

ABSTRAK

Resti Fauziyyah, 1201040137, 2024 **Hubungan Istiqomah Salat Duha Dengan Tingkat *Quarter life Crisis* pada Mahasiswa di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir**

Krisis seperempat abad atau kita kenal dengan istilah *Quarter life Crisis* adalah fenomena emosial yang wajar dialami oleh individu yang memasuki usia dewasa awal atau usia 20-an. Faktanya mahasiswa berada pada rentang usia tersebut dan rentang untuk mengalami krisis emosial. Permasalahan yang sering dialami oleh individu yang berada pada fase dewasa awal diantaranya yaitu munculnya rasa cemas akan ketidakpastian hidup yang dijalani, khawatir akan karir dan pekerjaan setelah mereka lulus, dan juga bingung serta bimbang akan masa depannya kelak, namun tidak semua individu dapat menanganinya krisis tersebut dengan baik. Salat duha merupakan salat sunnah muakkad yang memiliki banyak sekali keutamaan. salat sunnah ini selain untuk membuka pintu rezeki juga dapat membantu mengatasi berbagai persoalan emosional yang kerap dirasakan oleh individu. Karena salat duha ini bisa menjadi sarana kita berdoa kepada Allah dan memohon kesembuhan akan segala kecemasan dan kesedihan yang sedang dirasakan oleh individu. Maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat *Quarterlife Crisis* pada mahasiswa serta mengetahui apakah terdapat hubungan antara Istiqomah salat duha dengan tingkat *Quarterlife Crisis* pada mahasiswa di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif dengan metode survei, dimana teknik penarikan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* dengan jumlah sampel 100 responden mahasiswa yang berada di Pondok Pesantren Al-Ihsan Cibiru Hilir. Teknik pengumpulan data dalam Penelitian ini menggunakan Kuesioner atau angket yang disebarakan secara online menggunakan *Gform*, teknik pengolahan data menggunakan *SPSS Statistic 25* dengan melakukan uji hipotesis atau *Pearson Correlation*.

Dari penelitian ini didapat hasil bahwa adanya hubungan yang negatif antara Istiqomah salat duha dengan tingkat *Quarterlife Crisis* dengan nilai signifikansi 5% dihasilkan nilai *pearson Correlate* sebesar -0,292. Dapat disimpulkan dengan apabila tingkat istiqomah salat duha tinggi, maka tingkat *quarterlife crisis* akan rendah, begitu pun sebaliknya. Berdasarkan hasil analisis tersebut maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima

Kata Kunci : Istiqomah, *Quarterlife crisis*, Salat Duha