

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Erikson dalam Monks, Knoers, & Haditono (2001) dewasa awal dimulai usia 20 - 30 tahun, pada masa ini individu akan memikul tanggung jawab yang lebih besar dari masa perkembangan sebelumnya, ketika memasuki masa dewasa awal individu akan dituntut untuk menjadi orang yang dewasa, menjadi pribadi yang mandiri, dapat menentukan jalan hidupnya secara mandiri, dapat meningkatkan kualitas dirinya, mendapatkan pekerjaan yang layak serta mempunyai karir yang baik. Ditambahkan oleh Hurlock (2002) pada fase perkembangan dewasa awal, individu akan mulai menemui banyak masalah, penuh ketegangan, emosional, periode isolasi sosial, serta perubahan nilai-nilai dan penyesuaian diri pada pola hidupnya.

Pada fase perkembangan dewasa awal, seseorang dianggap sudah waktunya untuk melepaskan masa remaja, namun belum memasuki fase mengemban tanggung jawab yang umum ditemui pada masa dewasa (Arnett, 2000). Sehingga tak jarang bagi sebagian orang merasa belum siap berubah status menjadi dewasa, harus dihadapkan dengan tuntutan dan pilihan, mulai rasa bingung, rasa cemas terhadap hidup dan masa depan, rasa takut akan kegagalan juga sangat tinggi serta menemukan banyak perubahan dalam hidupnya (Putri, 2019). Menurut Atwood dan Scholtz (2008) *quarter life crisis* biasanya dimulai jika seseorang telah berada dalam tahap dewasa awal, merupakan fase yang dialami oleh individu dengan rentang usia 18-29 tahun.

Istilah krisis seperempat kehidupan / *quarter life crisis* ini dicetuskan pertama kali oleh Robbins dan Wilner (2001) dalam bukunya yang berjudul *the quarter life crisis*, didefinisikan sebagai suatu respon terhadap ketidakstabilan yang memuncak, perubahan yang konstan, terlalu banyak pilihan-pilihan, serta perasaan panik dan tidak berdaya (*sense of helplessness*), seperti gaya hidup yang monoton, mempertanyakan dirinya sendiri, transisi dari masa remaja menu

dewasa, dari sekolah ke dunia luar datang sebagai kejutan yang banyak di usia dua puluhan yang saat ini tidak siap, tidak tahu apa yang harus dilakukannya, merasa ragu-ragu dan ketakutan, sehingga pada fase ini disebut (*quarter life crisis*) yang menjadi awal proses transisi menuju kedewasaan.

Temuan lain terdapat dalam penelitian Vasquez (2015) yang menyatakan bahwa individu pada awal masa dewasa memang rentan mengalami *quarter-life crisis* sebagai akibat dari tekanan pekerjaan, hubungan, dan berbagai harapan untuk menjadi orang dewasa yang benar-benar sukses. Sementara itu, Macrae (2011) dalam penelitiannya melaporkan bahwa banyak dewasa muda pada usia 20-30an mengalami serangan panik dan merasa meragukan kemampuan dirinya sendiri untuk menjalankan kehidupan pada masa dewasa, sebagai akibat dari krisis ini.

Quarter life crisis dapat terjadi juga karena adanya tekanan dari keluarga, teman sebaya, ataupun perasaan tidak aman terhadap masa depan, kekecewaan akan sesuatu, kecemasan terhadap suatu hubungan, pekerjaan serta karier, faktor norma sosial budaya, keluarga dan pertemanan dapat mempengaruhi bagaimana individu memandang permasalahannya, semakin memperoleh tekanan, individu akan mulai dan mudah membangun emosi-emosi dan pandangan negatif terhadap dirinya sendiri, padahal di sisi lain, sebenarnya masih banyak aspek positif yang mungkin dimiliki individu tersebut namun tidak disadari sehingga akibatnya produktivitas dan fungsi sosialnya menjadi terganggu, perasaan khawatir yang hadir atas ketidakpastian mengenai kehidupan mendatang seperti permasalahan relasi, karir, maupun kehidupan sosial yang terjadi pada individu dengan usia sekitar 20 tahun ketika seseorang mengalami *quarter life crisis* (Fischer, 2008).

Berdasarkan uraian diatas peneliti melakukan rangkaian wawancara kepada tiga informan sebagai dasar analisis kedepan, tanggal 5 desember 2021, peneliti melakukan wawancara pertama kepada informan dengan inisial L, seorang perempuan usia 24 tahun lulusan *fresh graduate* dengan kategori *cumlaude*, L

merupakan anak kedua dari tiga bersaudara, namun sayangnya saat ini L hanya tinggal berdua saja dengan adiknya, mengingat ibunya telah meninggal, sehingga bapaknya memilih untuk menikah lagi dan menetap di rumah istrinya yang baru, sedangkan kakaknya telah menikah dan memiliki rumah sendiri, L juga menuturkan jika saat ini dirinya kurang diperhatikan oleh orang tuanya. Saat ini L memiliki harapan untuk kuliah kembali dan memiliki pekerjaan tetap, sayangnya saat ini L tak kunjung mendapat pekerjaan yang tetap, sehingga L merasakan bingung dan sedikit tertekan, apa lagi banyak dari teman sebayanya telah banyak yang bekerja, memiliki penghasilan tetap, memiliki banyak hal yang mereka inginkan, dan juga banyak yang telah menikah, ditambah lagi banyak pertanyaan dari lingkungan sekitarnya, kapan menikah, kerja dimana sekarang, hal demikian membuat L semakin minder dan merasa tertinggal jauh dengan temannya. Untuk mengisi kesibukannya, L sekarang bekerja sebagai tenaga pengajar bimbingan belajar dan *online shop*, disamping L tetap mencari pekerjaan yang lebih baik. L juga menuturkan jika dirinya semakin bingung harus bagaimana, mengingat adiknya saat ini menginginkan segera menikah, sedangkan L tidak ingin didahului oleh adiknya. Di lain sisi L belum ada pandangan perihal pernikahan, mengingat L belum memiliki pasangan untuk diajak ke jenjang yang lebih serius, padahal sebenarnya L juga menginginkan untuk menjalin hubungan yang serius, sehingga hal ini menjadikan beban pikirannya, mengingat L juga merasakan kesepian, dikarenakan kurang adanya seseorang yang mendukung dan diajak untuk berkeluh-kesah serta merancang masa depan.

Pada tanggal 12 desember 2021 peneliti melanjutkan wawancara pada informan kedua dengan inisial I seorang laki-laki berusia 24 tahun, seorang perantau dari luar Jawa yang tinggal dengan saudaranya, dengan lingkungan sosial yang religius, dimana tempat yang ditematinya merupakan panti asuhan dan pondok pesantren. Dalam wawancaranya, I menuturkan jika dirinya sedang merasa bingung dengan statusnya sebagai mahasiswa semester akhir, tuntutan pondok dan pekerjaannya. Dirinya mengatakan jika dirinya merasa kurang nyaman dengan

tanggung jawab pondok, serta pola asuh yang diberikan kepadanya, sehingga I merasa tidak dapat mengembangkan kemampuannya, namun disisi lain, merasa tidak enak jika harus menolak itu semua, mengingat saudaranya telah memberinya tempat tinggal selama ini. I mengatakan jika dirinya memilih untuk bekerja apa saja yang dapat menghasilkan uang, agar tidak selalu bergantung pada kiriman uang dari orang tuanya untuk memenuhi kebutuhan hidup dan biaya kuliahnya, sehingga I bekerja apa saja yang dapat menghasilkan uang, dengan demikian dirinya sering bergonta-ganti profesi, dirinya juga mengatakan jika saat ini tidak fokus untuk menyelesaikan kuliahnya bahkan terkesan mengesampingkannya, dirinya justru lebih fokus untuk membantu mengelola biro perjalanan wisata yang dimiliki oleh saudaranya. Hal demikian dimanfaatkannya untuk mencari pengalaman dan relasi sebagai penunjang pekerjaannya setelah lulus nanti, karena dirinya merasa belum cukup, jika hanya mengandalkan kemampuan akademiknya saja. I juga mengatakan jika dirinya sering merasakan kebingungan jika dihadapkan banyak pilihan, serta kesulitan untuk memecahkan masalah yang dihadapinya. Bahkan akhir-akhir ini dirinya membandingkan dirinya dengan teman sebayanya, karena telah banyak yang bekerja, belum lagi masalah hubungannya, dimana dirinya dimintai kejelasan tentang keseriusannya dari orang tua pasangannya.

Pada tanggal 8 maret 2022 peneliti melanjutkan wawancara pada informan ketiga dengan inisial A, seorang laki-laki berusia 23 tahun, berstatus mahasiswa tingkat akhir yang sekaligus bekerja di salah satu penyedia layanan pengiriman barang di kodus, A merupakan anak pertama dari 2 bersaudara, A menceritakan jika saat ini dia sedang merasa kebingungan diantara menyelesaikan skripsinya atau fokus untuk bekerja, A juga menuturkan alasannya bekerja ialah A bingung belum ada pandangan setelah lulus ini harus bekerja dimana, selain itu faktor ekonomi pun menjadi salah satu alasannya, bahwa A merasa malu kepada orang tuanya, jika harus terus-terus membiayai kuliah dan kebutuhan hidupnya. Selain itu, A juga merasa apa yang telah dipelajari di kampus belum cukup sebagai modal untuk bekerja setelah

lulus, sehingga A bekerja juga sebagai salah satu alternatif untuk mengisi pengalaman pekerjaan, sebagai modal untuk melamar pekerjaan setelah lulus, tak hanya itu A juga merasakan kebingungan untuk menentukan setelah lulus nanti mau ambil pekerjaan sebagai kantoran / *freelance* mengingat A sebenarnya lebih suka kerja sebagai *freelance*, meskipun dari orang tua tidak mengharuskan, namun orang tua memiliki harapan jika A bisa kerja kantoran, sehingga A benar-benar harus mempertimbangkan perihal pekerjaan yang di pilihnya nanti, mengingat A tidak mau mengecewakan orang tua. Serta akhir-akhir ini A diminta oleh orangtuanya untuk menyelesaikan skripsinya, sehingga A juga mau tidak mau harus menyelesaikan skripsinya di sela-sela ia bekerja, bahkan A mengatakan jika saat ini ia merasa minder dengan lingkungan pertemanannya mengingat teman A banyak yang telah lulus dan bekerja, bahkan A menyalahkan dirinya atas kondisi yang dirasakannya saat ini, sesekali A juga merasa jauh dengan Tuhannya, bahkan A merasa kurang taat beribadah dengan tuhan. Sedangkan untuk pekerjaannya saat ini A merasa harus mempersiapkan dan mempertimbangkan setelah lulus nanti, mengingat juga kedepan manajemen perusahaan yang ditempatinya akan berubah.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Robinson dan Wright (2013) menyatakan jika jenis peristiwa krisis ditemukan berbeda baik menurut jenis kelamin maupun dekade, dimana krisis yang dialami pada wanita berfokus pada keluarga dan hubungan, seperti kasus perceraian, putus cinta, hubungan kasar, perselisihan keluarga, dan kesulitan dengan anak-anak, sedangkan krisis pada laki-laki berfokus pada masalah yang berhubungan dengan pekerjaan, seperti kasus terjebak dalam pekerjaan, stres atau tekanan dalam pekerjaan dan pengangguran.

Temuan serupa terdapat dalam penelitian oleh Yeler, Berber, Ozdogan & Cok (2021) yang menyatakan mayoritas dewasa awal di Turki merasakan hidupnya rumit, karena ketidak pastian dan kesulitan hidup yang semakin meningkat, serta mengalami krisis yang berkaitan tentang pekerjaan dan keuangan, seperti halnya

sering berganti-ganti pekerjaan, karena memiliki beberapa masalah penyesuaian saat berjuang untuk mengikuti perubahan yang datang pada masa dewasa awal, beberapa transisi umum selama masa dewasa awal, seperti kelulusan sekolah menengah, transisi langsung ke kehidupan profesional tanpa pendidikan perguruan tinggi, transisi mahasiswa baru, pengalaman tahun senior, dan kehidupan setelah kuliah.

Quarter life crisis menggambarkan kesulitan-kesulitan yang dialami kaum muda dalam masa transisi menuju kedewasaan, sedikit yang diketahui tentang bagaimana krisis ini bermanifestasi dalam konteks budaya yang berbeda atau dampak dari latar belakang pendidikan, data dianalisis dengan *interpretative phenomenological analysis*, dengan tema 'dewasa paksa', yang terdiri dari pengalaman traumatis karena harus mengambil peran dan tanggung jawab orang dewasa sebelum seseorang merasa mampu melakukannya, bagaimana faktor budaya dan pendidikan membentuk pengalaman ini: perasaan terburu-buru menuju swasembada finansial, harus melatih diri sendiri untuk menjadi dewasa, dan harus menjadi pelayan rumah. sebagai kesimpulan, meskipun ada beberapa konsistensi seputar efek traumatis dari asumsi tanggung jawab orang dewasa yang terlalu dini, budaya dan latar belakang pendidikan dapat mengubah kontur pengalaman ini dan maknanya (Raginie, Siobhan, dan Anna, 2021).

Berdasarkan latar belakang masalah diatas yang diambil melalui proses wawancara, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait fenomena *quarter life crisis* pada dewasa awal dengan menggunakan faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis*, yang di kemas dalam tulisan ilmiah yang berjudul "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Quarter Life Crisis* Pada Dewasa Awal".

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* pada dewasa awal.

C. Manfaat Penelitian

Tujuan dari peneliti maka didapatkan dua manfaat, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat teoritis

Dapat memberi sumbangsih terkait pengembangan psikologi perkembangan melalui faktor-faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis*.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi informan, dapat memberikan tambahan wawasan tentang kondisi yang mempengaruhi *quarter life crisis* yang dijalani saat ini.
- b. Bagi peneliti lain, penelitian ini dapat menjadi referensi untuk meneliti lebih lanjut tentang *quarter life crisis* pada dewasa awal.

