

GAMBARAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA *FRESH GRADUATE* PSIKOLOGI ISLAM FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Psikologi Islam

Oleh
Muhammad Aldy Ramadhani
NIM. 170104040074



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Aldy Ramadhani
NIM : 170104040074
Tempat/Tgl.Lahir : Barabai, 8 Januari 1999
Jurusan/Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul "*Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Fresh Graduate Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin*" adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.
Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya

Banjarmasin,
Yang membuat pernyataan,



Muhammad Aldy Ramadhani

PERSETUJUAN SKRIPSI

GAMBARAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA *FRESH GRADUATE* PSIKOLOGI ISLAM FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARIBANJARMASIN

Dipersembahkan dan disusun oleh:

Muhammad Aldy Ramadhani
NIM.170104040074

Telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk dapat diujukan kepada Dewan Penguji

Pembimbing



Dra. Mulyani. M.Ag
NIP.196810101994032004

Mengetahui,
Ketua Jurusan Psikologi Islam



Dra. Mulyani. M.Ag
NIP.196810101994032004

Banjarmasin, 24 Juni 2024

PENGESAHAN SKRIPSI




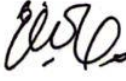

GAMBARAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA *FRESH GRADUATE* PSIKOLOGI ISLAM FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN

Dipersembahkan dan disusun oleh:

Muhammad Aldy Ramadhani
170104040074

Telah Diujikan pada Tim Penguji
Pada Hari: Selasa, 02 Juli 2024

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Drs. H. Arni, M. Fil.I (Ketua Penguji)	1. 
2. Miftahul Aula Sa'adah, M.Psi., Psikolog (Penguji 1)	2. 
3. Dra. Mulyani, M.Ag (Penguji 2)	3. 
4. Musfichin, M.A (Penguji 3)	4. 
5. Sarihat, M.A (Notulis)	5. 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Antasari Banjarmasin,



Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag
NIP. 19782272003121002

ABSTRAK

Muhammad Aldy Ramadhani. 170104040074. *Gambaran Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Fresh Graduate Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.* Pembimbing Dra. Mulyani, M.Ag, Pada Program Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Negeri Islam Antasari Banjarmasin, 2024.

Kata Kunci: *Quarter Life Crisis, Fresh Graduate, Psikologi Islam*

Quarter life crisis adalah pengalaman individu atas adanya fenomena sosial yang terjadi pada masyarakat muda ketika baru memasuki transisi ke masa dewasa dimana individu mulai bertanggung jawab atas kehidupannya di masa depan. Pengalaman yang dirasakan para kaum muda ini meliputi berbagai perasaan yang diantaranya cemas, takut, khawatir yang menjadi hal yang umum dirasakan oleh individu karena dimasa ini terkait dengan persiapan untuk meraih impian, cita-cita dan pekerjaan. Tujuan dalam penelitian ini ialah mencari tahu bagaimana gambaran atas pengalaman dari *quarter life crisis* pada mahasiswa *fresh graduated* jurusan psikologi islam di fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

Pada penelitian ini metode yang digunakan ialah kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data yaitu wawancara semi terstruktur dan dokumentasi. Penelitian ini dilaksanakan secara langsung dengan wawancara tatap muka untuk mencari data yang berkaitan dengan gambaran *quarter life crisis* pada mahasiswa *fresh graduate* Psikologi Islam.

Dari hasil yang didapat setiap subjek merasakan perasaan cemas, gelisah, khawatir, dan takut yang menerpa perjalanan kehidupan mereka setelah menyelesaikan pendidikan sarjana. Berdasarkan penjelasan yang diberikan para subjek, mereka sama-sama merasakan bagaimana kebingungan yang melanda perasaan ketika dihadapkan dengan pengambilan keputusan yang mempertaruhkan masa depan. Namun subjek memiliki perbedaan reaksi terkait gambaran mereka menilai diri mereka sendiri. Sehingga sebagian dari subjek mencoba untuk menciptakan pandangan yang positif pada diri mereka untuk bisa melangkah maju meskipun tidak menutup kemungkinan masih adanya perasaan pesimis terkait bagaimana kebingungan menjadi salah satu halangan yang bisa menimbulkan reaksi negatif lainnya. Pada faktor internal dan eksternal, individu muda merasakan masih adanya kekurangan dari segi pengalaman dan kemampuan karena kurangnya eksplorasi diri sehingga pada masa transisi individu merasakan masih adanya gejala dalam dirinya. Individu menghadapi dinamika kehidupan perlu mendorong dirinya untuk bisa berkembang melawan ketiastabilan perasaan dan pikiran, dengan menambah wawasan dan pengalaman yang penting untuk bisa menghadapi gelombang kehidupan.

MOTTO

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Katakanlah (Muhammad), Sesungguhnya sholatku, ibadahku, hidupku dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam.

Al-An'am (162)

KATA PERSEMBAHAN

Pertama saya ingin berterimakasih kepada Engkau Ya Allah, yang menjadi tujuan hidup dan akhir saya dalam anugerah cinta-Mu di dunia ini. Dan saya berterimakasih kepada engkau Ya Rasulallah, sang suritaulan kami, karena berkah engkau kami tidak henti-hentinya untuk bersyukur atas cinta yang telah Allah SWT berikan dengan segala kasih dan sayang-Nya.

Lalu skripsi ini saya persembahkan dan menjadi sebuah penghargaan kepada orang tua saya yang telah memberikan dukungan dan doa yang sebesar-besar dalam menjadi motivasi saya untuk menyelesaikan tugas akhir ini. Terimakasih Ya Allah, telah menghadirkan Mama dan Abah menjadi sosok terbaik dalam hidup saya. Tanpa inspirasi, doa, dan dukungan yang telah mereka berikan kepada saya menjadi penguat atas segala perjalanan yang saya arungi di negeri cinta ini.

Dan yang terakhir terimakasih kepada guru-guru, keluarga, dan teman-teman yang memberikan doa serta dukungan yang melimpah. Semoga segala keberkahan yang kalian berikan mampu menumbuhkan buah kecintaan kepada-Nya.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الحمد لله رب العالمين و الصلاة و السلام على أشرف الأنبياء و
المرسلين
سيدنا محمد و على اله و صحبه أجمعين

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Swt., karena atas berkat, rahmat serta karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Selawat serta salam juga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad Saw beserta para keluarga, sahabat serta pengikut beliau hingga akhir zaman. Dengan kelancaran dan perjuangan yang tidak sedikit, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “*Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Fresh Graduate Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Negeri Islam Antasari Banjarmasin*”.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, arahan, perhatian dan motivasi dari semua pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan rasaterimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan serta perhatian tersebut selama pembuatan skripsi ini. Khususnya, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
2. Ibu Dra. Mulyani. M.Ag selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam Fakultas

Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

3. Ibu Dra. Mulyani. M.Ag selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan penulisan skripsi yang sesuai dengan kepentingan pengembangan Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
4. Seluruh Dosen dan Karyawan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah banyak memberikan ilmu selama penulis berstudi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.
5. Kepala Perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin beserta staf.
6. Kepala Administrasi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin beserta staf.
7. Kedua orang tua dan keluarga atas doa serta dukungannya kepada peneliti.
8. Semua pihak yang memberikan bantuan dan motivasi yang sangat berharga dalam penyelesaian skripsi ini, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis berharap agar skripsi ini dapat bermanfaat untuk kita semua dan semoga segala bantuan dan bimbingan semua pihak kepada penulis diberikan Allah Swt. balasan pahala yang berlipat ganda. *Aamiin Ya Robbal ,,alamin.*

Banjarmasin, 20 Mei 2024

Muhammad Aldy Ramadhani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
ABSTRAK	v
MOTTO	vii
KATA PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan dan Signifikasi Penelitian	5
D. Definisi Istilah	7
E. Penelitian Terdahulu	8
F. Sistematika Penulisan	13
BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR	14
A. Tinjauan Teroritis	14
1. Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i>	14
2. Fase <i>Quarter Life Crisis</i>	17
3. Ciri-Ciri <i>Quarter Life Crisis</i>	19
4. Area Permasalahan <i>Quarter Life Crisis</i>	22
5. Aspek-Aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	25
6. Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Quarter life Crisis</i>	28
7. Macam-macam <i>Quarter Life Crisis</i>	33
8. <i>Quarter Life Crisis</i> Dalam Perspektif Islam.....	35
9. <i>Fresh Graduate</i>	41
B. Kerangka Pikir	43
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. Jenis Penelitian	44
B. Lokasi Penelitian	46
C. Subjek dan Objek Penelitian	47
D. Data dan Sumber Data	49
E. Teknik Pengumpulan Data	51
F. Teknik Pengolahan Data	57
G. Teknik Analisis Data	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	60
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	60
B. Penyajian Data	64

C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	89
D. Keterbatasan Penelitian	105
BAB V PENUTUP	106
A. Simpulan	106
B. Rekomendasi	108
DAFTAR PUSTAKA	110
LAMPIRAN	118
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	197

DAFTAR TABLE

Tabel 2.1 Kerangka Pikir	42
Tabel 3.1 Data Subjek Peneliti	47
Tabel 3.2 Blueprint Guide Wawancara.....	53
Tabel 4.1 Data Pribadi Professional Judgement	64
Tabel 4.2 Tahapan Penelitian.....	65
Tabel 4.3 Identitas Subjek.....	68
Tabel 4.4 Gambaran <i>Quarter life crisis</i> sesuai aspek	81
Table 4.5 Faktor <i>Quarter life crisis</i>	85