

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Pada tanggal 22 September 1961, peristiwa penting terjadi bagi Fakultas Ushuluddin IAIN Antasari Banjarmasin (saat itu berlokasi di Amuntai, Kabupaten Hulu Sungai Utara). Momentum tersebut menandai pembukaan resmi Fakultas Ushuluddin yang telah lama dinantikan oleh sejumlah lulusan Madrasah Aliyah dan sejenisnya. Sehari sebelumnya, Fakultas Tarbiyah di Barabai dan Fakultas Adab di Kandangan juga diresmikan. Ketiga fakultas ini dikoordinasikan oleh satu badan yang disebut Koordinator Fakultas Adab, Tarbiyah, dan Ushuluddin, yang berbasis di Banjarmasin. Badan ini dipimpin oleh Gubernur Kalimantan Selatan H. Maksid dengan H.Abd. Rasyid Nasar sebagai Sekretarisnya.¹

Mulai tahun 1978, Fakultas Ushuluddin secara bertahap diintegrasikan ke Banjarmasin, dengan lokasi yang berada di Jl. A. Yani No.Km. 4.5, RW.5, Kebun Bunga, Kec. Banjarmasin Tim., Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan 70235. Pada tahun 2020, Universitas Islam Negeri Antasari dibagi menjadi dua lokasi, yang pertama

¹ “Sejarah Fakultas,” *Fakultas Ushuluddin dan Humaniora* (blog), accessed February 25, 2024, <https://fuh.uin-antasari.ac.id/sejarah/>.

berlokasi di Jl. Trikora KM. 1,5 Kel. Kemuning, Kec. Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan, yang dikenal sebagai Kampus II. Akibatnya, sebagian dari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora pindah ke Kampus II tersebut.

Jurusan Perbandingan Agama adalah jurusan pertama yang dibuka di Fakultas Ushuluddin. Pembukaannya terjadi pada tahun 1977, bersamaan dengan pembukaan program doktoral atau Program Sarjana Lengkap pada tanggal 7 Pebruari 1977 di Banjarmasin. Sejak saat itu, Fakultas Ushuluddin mengalami pertumbuhan yang pesat. Saat ini, terdapat lima jurusan yang dikembangkan di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, yaitu Studi Agama-agama (sebelumnya Perbandingan Agama), Ilmu al-Qur'an dan Tafsir (sebelumnya Tafsir Hadis), Aqidah dan Filsafat Islam, Psikologi Islam, serta Ilmu Hadis.²

2. Hasil Uji Instrumen

a) Uji Validitas

Validitas mengacu pada kemampuan sebuah instrumen pengukur untuk mengukur dengan tepat apa yang dimaksudkan. Fokus dalam menilai validitas adalah pada isi dan kegunaan instrumen tersebut. Uji validitas bertujuan untuk mengevaluasi seberapa akurat sebuah tes dapat memenuhi fungsinya, yaitu apakah instrumen yang

² "Sejarah Fakultas."

telah dirancang dapat mengukur dengan benar apa yang seharusnya diukur. Uji ini digunakan untuk menentukan keabsahan suatu kuesioner.³

Menurut Masrun yang dikutip dalam buku yang ditulis oleh Sugiyono, kriteria untuk menguji validitas adalah menggunakan teknik korelasi yang dianggap sebagai teknik yang paling umum digunakan hingga saat ini. Dalam menafsirkan koefisien korelasi, Masrun menjelaskan bahwa jika suatu item memiliki korelasi positif dengan kriteria (skor total) dan korelasinya tinggi, maka item tersebut dianggap memiliki validitas yang tinggi juga. Minimal persyaratan untuk memenuhi standar adalah jika nilai korelasi (r) adalah 0,3. Jika korelasi antara suatu item dengan skor total kurang dari 0,3, maka item dalam instrumen tersebut dianggap tidak valid.⁴

Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Item

No.	r hitung	r kritis	Keputusan
1.	0,40	0,30	Valid
2.	0,22	0,30	Tidak Valid
3.	0,38	0,30	Valid
4.	0,54	0,30	Valid
5.	0,64	0,30	Valid
6.	0,40	0,30	Valid
7.	0,68	0,30	Valid
8.	0,66	0,30	Valid
9.	0,26	0,30	Tidak Valid
10.	0,14	0,30	Tidak Valid
11.	0,53	0,30	Valid
12.	0,72	0,30	Valid
13.	0,31	0,30	Valid

³ Budi Darma, *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji T, Uji F, R2)* (Guepedia, 2021), 7.

⁴Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D," *Alfabeta, Bandung*, 2020, 190.

No.	r hitung	r kritis	Keputusan
14.	0,16	0,30	Tidak Valid
15.	0,57	0,30	Valid
16.	0,72	0,30	Valid
17.	0,39	0,30	Valid
18.	0,36	0,30	Valid
19.	0,57	0,30	Valid
20.	0,62	0,30	Valid
21.	0,54	0,30	Valid
22.	0,50	0,30	Valid
23.	0,75	0,30	Valid
24.	0,68	0,30	Valid
25.	0,42	0,30	Valid
26.	0,62	0,30	Valid
27.	0,74	0,30	Valid
28.	0,67	0,30	Valid
29.	0,21	0,30	Tidak Valid
30.	0,65	0,30	Valid
31.	0,33	0,30	Valid
32.	0,36	0,30	Valid
33.	0,64	0,30	Valid
34.	0,15	0,30	Tidak Valid
35.	0,29	0,30	Tidak Valid
36.	0,59	0,30	Valid
37.	0,37	0,30	Valid
38.	0,68	0,30	Valid
39.	0,84	0,30	Tidak Valid
40.	0,43	0,30	Valid
41.	0,75	0,30	Valid
42.	0,53	0,30	Valid
43.	0,36	0,30	Valid
44.	0,33	0,30	Valid
45.	0,60	0,30	Valid
46.	0,46	0,30	Valid
47.	0,02	0,30	Tidak Valid
48.	0,33	0,30	Valid

No.	r hitung	r kritis	Keputusan
49.	0,52	0,30	Valid
50.	0,39	0,30	Valid
51.	0,72	0,30	Valid
52.	0,56	0,30	Valid
53.	0,17	0,30	Tidak Valid
54.	0,36	0,30	Valid
55.	0,57	0,30	Valid

b) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengevaluasi kestabilan alat pengukur dengan tujuan untuk menentukan apakah alat pengukur tersebut dapat diandalkan dan memberikan hasil yang konsisten jika diulang pengukurannya. Salah satu metode yang umum digunakan untuk menguji reliabilitas adalah menggunakan *Cronbach's Alpha*.⁵

Tabel 4.2 Hasil Uji Reliabilitas

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
,944	45

Tabel 4.3 Kriteria Koefisien Reliabilitas

Nilai	Keterangan
$r < 0.20$	Sangat Rendah
$0.20 \leq r < 0.40$	Rendah
$0.40 \leq r < 0.70$	Sedang
$0.70 \leq r < 0.90$	Tinggi
$0.90 \leq r < 1.00$	Sangat Tinggi

⁵ Duwi Priyatno, *Buku Saku Analisis Statistik Data SPSS* (Media Pressindo, 2011), 69.

Hasil uji reliabilitas variabel *quarterlife crisis* sebesar 0.944, artinya tingkatan reliabilitas sangat tinggi, sehingga alat ukur ini dapat dijadikan riset lanjutan.

B. Paparan Data Hasil Penelitian

1. Responden Penelitian

Berikut data sampel yang telah didapatkan yakni:

Tabel 4.4 Gambaran Karakteristik Responden

Kategori	Frekuensi (F)	Persen (%)
Usia		
20 tahun	3	2,68%
21 tahun	42	37,5%
22 tahun	37	33,04%
23 tahun	20	17,86%
24 tahun	8	7,14%
25 tahun	2	1,78%
Jumlah	112	100%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	26	23,21%
Perempuan	86	76,79%
Jumlah	112	100%
Angkatan		
2018	8	7,14%
2019	11	9,82%
2020	93	83,04%
Jumlah	112	100%
Jurusan		
Psikologi Islam	63	56,25%
Ilmu al-Qur'an dan Tafsir	34	30,35%
Akidah dan Filsafat Islam	9	8,04%
Studi Agama-agama	6	5,36%
Jumlah	112	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa usia responden terdiri dari 20 tahun hingga 25 tahun yang mana responden dengan usia 20 tahun berjumlah 3 orang (2,68%), usia 21 tahun berjumlah 42 orang (37,5%), usia 22 tahun berjumlah 37 orang (33,04%), usia 23 tahun berjumlah 20 orang (17,86%), usia 24 tahun berjumlah 8 orang (7,14%), dan usia 25 tahun sebanyak 2 orang (1,78%). Sebanyak 26 orang (23,21%) responden berjenis kelamin laki-laki dan 86 (76,79%) responden lainnya adalah perempuan. Kemudian, sebagian responden yang berasal dari angkatan 2018 berjumlah 8 orang (7,14%), angkatan 2019 berjumlah 11 orang (9,82%) dan angkatan 2020 berjumlah 81 orang (83,04%).

Adapun mayoritas responden ialah mahasiswa dari jurusan Psikologi Islam yakni 63 orang (56,25%), mahasiswa jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir yakni 34 orang (30,35%), mahasiswa dari jurusan Akidah dan Filsafat Islam yakni 9 orang (8,04%), serta mahasiswa dari jurusan Studi Agama-agama yakni 6 orang (5,36%).

2. Deskripsi Data Penelitian

a) Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan suatu uji untuk mengevaluasi apakah nilai residual memiliki distribusi yang normal atau tidak.⁶ Data yang memiliki distribusi normal berarti data tersebut tersebar secara normal, yang berarti data tersebut bisa mewakili

⁶ Eng Yeri Sutopo M.T and Achmad Slamet, *Statistik Inferensial* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2017), 95.

populasi secara umum. Dalam uji normalitas, korelasi dianggap baik jika data berdistribusi normal, yaitu ketika nilai signifikansi (p) lebih besar dari 0,05. Namun, jika nilai (p) kurang dari 0,05 maka data dianggap tidak memiliki distribusi normal.⁷ Metode uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini ialah *Kolmogorov Smirnov* yang menggunakan program *IBM SPSS for windows versi 24*. Berikut hasil dari uji normalitas pada tabel.

Tabel 4.5 Uji Normalitas

Uji Normalitas			
<i>Kolmogorov Smirnov</i>			
	Statistik	N	Sig.
<i>Quarterlife Crisis</i>	0.054	112	0.200

Berdasarkan hasil uji normalitas kepada 112 responden, diketahui nilai signifikansi berada pada kriteria $0.200 > 0.05$ untuk skala *quarterlife crisis*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

b) Analisis Hasil Skor Empirik

Dalam studi ini, skor empiris didapatkan melalui analisis deskriptif. Pendekatan tersebut dimanfaatkan untuk memberikan gambaran atau deskripsi empiris terhadap data yang telah dikumpulkan dalam penelitian.⁸ Analisis deskriptif dalam penelitian ini tidak melibatkan perbandingan atau hubungan antar variabel. Skala untuk mengukur

⁷ Vivi Herlina, *Panduan Praktis Mengolah Data Kuesioner Menggunakan SPSS* (Elex Media Komputindo, 2019), 83.

⁸ Ratna Wijayanti Daniar Paramita, "Metode Penelitian Kuantitatif, Edisi 1," 2015, 64.

quarterlife crisis menggunakan skor angka 1 hingga 4 dengan 45 pernyataan. Berikut ini tabel hasil skor empirik:

Tabel 4.6 Data Hasil Skor Empirik Skala *Quarterlife Crisis*

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
112	61	165	109,77	18,60

Berdasarkan hasil uji tersebut didapati hasil bahwa skala *quarterlife crisis* memiliki 112 responden, skor *maximum* sebesar 165 dan *minimum* sebesar 61. Adapun nilai *mean* yang diperoleh ialah 109,77 dan standar deviasi sebesar 18,60.

c) Kategorisasi Data

Pengelompokan data ditentukan berdasarkan rata-rata dan standar deviasi dari skala yang diperoleh. Untuk menentukan kategori, digunakan rumus sebagai berikut:

Tabel 4.7 Rumus Kategorisasi Data

Kategori	Interval
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

Keterangan:

M : *Mean*

SD : Standar Deviasi

Tabel 4.8 Kategorisasi Data

Kategori	Interval
Rendah	$X < 109,77 - 1 (18,650)$ $= X < 91,12$
Sedang	$109,77 - 1 (18,650) \leq X < 109,77 + 1 (18,650)$ $= 91,12 \leq X < 128,42$
Tinggi	$109,77 + 1 (18,650) \leq X$ $= 128,42 \leq X$

Adapun nilai kategorisasi yang telah didapatkan berdasarkan kriteria pedoman kategorisasi pada penelitian ini yaitu tingkat rendah bernilai 91,12. Artinya, data-data yang jatuh dalam rentang ini dianggap memiliki tingkat yang rendah sesuai dengan kriteria yang ditetapkan dalam penelitian. Kemudian, tingkat sedang mencakup semua nilai X yang nilainya sama dengan atau lebih besar dari 91,12, tetapi kurang dari 128,42. Artinya, data-data dalam rentang ini dianggap memiliki tingkat yang sedang menurut kriteria yang ditetapkan dalam penelitian. Lalu, tingkat tinggi bernilai 128,42. Artinya, data-data dalam rentang ini dianggap memiliki tingkat yang tinggi menurut kriteria yang ditetapkan dalam penelitian.

Berikut hasil tingkat *quarterlife crisis* pada mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018-2020 di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

Tabel 4.9 Tingkat *Quarterlife Crisis*

Kategori	Interval	Frekuensi (F)	Persen (%)
Rendah	$X < 91,12$	15	13,4%
Sedang	$91,12 \leq X < 128,42$	80	71,4%
Tinggi	$128,42 \leq X$	17	15,2%
Total		112	100%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa semester akhir angkatan 2018-2020 di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin mengalami *quarterlife crisis* pada tingkat rendah sebanyak 15 orang (13,4%), tingkat sedang sebanyak 80 orang (71,4%), dan tingkat tinggi sebanyak 17 orang (15,2%). Dapat diperoleh kesimpulan, bahwasanya *quarterlife crisis* pada mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018-2020 di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin tergolong sedang dengan persentase sebesar 71,4%.

Tingkat rendah, sedang, dan tinggi dalam konteks hasil penelitian tersebut mengacu pada tingkat keparahan atau intensitas dari *quarterlife crisis* yang dialami oleh mahasiswa semester akhir angkatan 2018-2020 di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

1. Tingkat rendah, mengindikasikan bahwa mahasiswa tersebut mengalami *quarterlife crisis* dalam tingkat keparahan yang relatif rendah. Mereka mungkin memiliki beberapa pertanyaan atau kekhawatiran tentang masa depan mereka, tetapi perasaan tersebut tidak mengganggu kehidupan mereka secara signifikan.

2. Tingkat sedang, menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami *quarterlife crisis* pada tingkat keparahan yang sedang. Mereka mungkin merasakan tekanan, kebingungan, atau kekhawatiran yang lebih serius tentang identitas, tujuan, atau arah hidup mereka. *Quarterlife crisis* pada tingkat sedang bisa memengaruhi kesejahteraan dan produktivitas mahasiswa secara nyata.
3. Tingkat tinggi, menandakan bahwa sejumlah kecil mahasiswa mengalami *quarterlife crisis* pada tingkat keparahan yang tinggi. Mereka mungkin merasa sangat terganggu, tidak mampu mengatasi tekanan dan ketidakpastian, dan mungkin memerlukan bantuan profesional atau dukungan ekstra untuk mengatasi perasaan-perasaan tersebut.

Dalam kasus ini, dengan 71,4% mahasiswa mengalami *quarterlife crisis* pada tingkat sedang, ini menunjukkan bahwa mayoritas dari mereka menghadapi tantangan yang signifikan dalam menghadapi periode transisi ke dewasa muda.

Berdasarkan data penelitian untuk kategori usia, maka uji yang dilakukan adalah uji analisis deskriptif:

Tabel 4.10 Tingkat *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Usia

Usia	N	Kategori			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
20 tahun	3	-	3 (100%)	-	100%
21 tahun	42	5 (11,9%)	31 (73,8%)	6 (14,3%)	100%
22 tahun	37	7 (18,9%)	23 (62,2%)	7 (18,9%)	100%
23 tahun	20	3 (15%)	14 (70%)	3 (15%)	100%
24 tahun	8	-	7 (87,5%)	1 (12,5%)	100%
25 tahun	2	-	2 (100%)	-	100%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang berusia 20 tahun terdapat 3 orang (100%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang. Pada mahasiswa yang berusia 21 tahun terdapat 5 orang (11,9%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat rendah, 31 orang (73,8%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang, dan 6 orang (14,3%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat tinggi. Kemudian, pada mahasiswa yang berusia 22 tahun terdapat 7 orang (18,9%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat rendah, 23 orang (62,2%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang, dan 7 orang (18,9%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat tinggi.

Lalu, pada mahasiswa yang berusia 23 tahun terdapat 3 orang (15%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat rendah, 14 orang (70%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang, dan 3 orang (15%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat tinggi. Sedangkan pada mahasiswa yang berusia 24 tahun 6 orang (87,5%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang, dan 1 orang (12,5%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat tinggi. Serta pada mahasiswa yang berusia 25 tahun terdapat 2 orang (100%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang.

Berdasarkan data penelitian untuk kategori angkatan dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.11 Tingkat *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Angkatan

Angkatan	N	Kategori			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
2018	8	-	6 (75%)	2 (25%)	100%
2019	11	1 (9,1%)	8 (72,7%)	2 (18,2%)	100%
2020	93	14 (15%)	66 (71%)	13 (14%)	100%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas angkatan didominasi oleh angkatan 2020. Mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018 terdapat 6 orang (75%) yang mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang, dan 2 orang (25%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat tinggi. Lalu, angkatan 2019 terdapat 1 orang (9,1%) yang mengalami *quarterlife crisis* tingkat rendah, 8 orang (72,7%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang, dan 2 orang (18,2%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat tinggi. Sedangkan, pada mahasiswa tingkat akhir angkatan 2020 terdapat 14 orang (15%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat rendah, 66 orang (71%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang, dan 13 orang (14%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat tinggi.

Berikut adalah data penelitian untuk kategori jurusan dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.12 Tingkat *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Jurusan

Jurusan	N	Kategori			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
PI	63	6 (9,5%)	47 (74,6%)	10 (15,9%)	100%
IAT	34	7 (20,6%)	22 (64,7%)	5 (14,7%)	100%
AFI	9	1 (11,1%)	6 (66,7%)	2 (22,2%)	100%
SAA	6	1 (16,7%)	5 (83,3%)	-	100%

Berdasarkan tabel di atas, mayoritas jurusan didominasi oleh jurusan Psikologi Islam sebanyak 63 orang, dengan tingkat rendah sebanyak 6 orang (9,5%), tingkat sedang sebanyak 47 orang (74,6%), dan tingkat tinggi sebanyak 10 orang (15,9%). Kemudian, jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir sebanyak 34 orang, dengan tingkat rendah sebanyak 7 orang (20,6%), tingkat sedang sebanyak 22 orang (64,7%), dan

tingkat tinggi sebanyak 5 orang (14,7%). Lalu, untuk jurusan Akidah dan Filsafat Islam sebanyak 9 orang, dengan tingkat rendah sebanyak 1 orang (11,1%), tingkat sedang sebanyak 6 orang (66,7%), dan tingkat tinggi sebanyak 2 orang (22,2%). Sedangkan, untuk jurusan Studi Agama-agama sebanyak 6 orang, dengan tingkat rendah sebanyak 1 orang (16,7%) dan tingkat sedang sebanyak 5 orang (83,3%).

Berikut data penelitian untuk kategori jenis kelamin:

Tabel 4.13 Tingkat *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Kategori			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Laki-laki	26	4 (15,4%)	18 (69,2%)	4 (15,4%)	100%
Perempuan	86	11 (12,8%)	62 (72,1%)	13 (15,1%)	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas laki-laki dan perempuan berada pada tingkat kategori sedang. Mahasiswa laki-laki sebanyak 4 orang (15,4%) berada pada tingkat *quarterlife crisis* yang rendah, 18 orang (69,2%) berada pada tingkat *quarterlife crisis* yang sedang, dan 4 orang (15,4%) berada pada tingkat *quarterlife crisis* yang tinggi. Kemudian, pada mahasiswa perempuan terdapat 11 orang (12,8%) berada pada tingkat *quarterlife crisis* yang rendah, 62 orang (72,1%) berada pada tingkat *quarterlife crisis* yang sedang, dan 13 orang (15,1%) berada pada tingkat *quarterlife crisis* yang tinggi.

Untuk mempermudah dalam analisis, peneliti menyajikan tabel simpulan mengenai tingkat *quarterlife crisis* di setiap kategori, yakni:

Tabel 4.14 Simpulan Tingkat *Quarterlife Crisis* Setiap Kategori

Kategori	N	Tingkat			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Usia					
20 tahun	3	-	3 (100%)	-	100%
21 tahun	42	5 (11,9%)	31 (73,8%)	6 (14,3%)	100%
22 tahun	37	7 (18,9%)	23 (62,2%)	7 (18,9%)	100%
23 tahun	20	3 (15%)	14 (70%)	3 (15%)	100%
24 tahun	8	-	7 (87,5%)	1 (12,5%)	100%
25 tahun	2	-	2 (100%)	-	100%
Jumlah	112	15	80	17	100%
Jenis Kelamin					
Laki-laki	26	4 (15,4%)	18 (69,2%)	4 (15,4%)	100%
Perempuan	86	11 (12,8%)	62 (72,1%)	13 (15,1%)	100%
Jumlah	112	15	80	17	100%
Angkatan					
2018	8	-	6 (75%)	2 (25%)	100%
2019	11	1 (9,1%)	8 (72,7%)	2 (18,2%)	100%
2020	93	14 (15%)	66 (71%)	13 (14%)	100%
Jumlah	112	15	80	17	100%
Jurusan					
Psikologi Islam	63	6 (9,5%)	47 (74,6%)	10 (15,9%)	100%
Ilmu al-Qur'an dan Tafsir	34	7 (20,6%)	22 (64,7%)	5 (14,7%)	100%
Akidah dan Filsafat Islam	9	1 (1,11%)	6 (66,7%)	2 (22,2%)	100%
Studi Agama-agama	6	1 (16,7%)	5 (83,3%)	-	100%
Jumlah	112	15	80	17	100%

Tabel tersebut menyajikan data yang komprehensif mengenai beberapa variabel, termasuk usia, jenis kelamin, angkatan, dan jurusan, serta pembagian dalam kategori tingkat (rendah, sedang, tinggi). Berdasarkan usia, tabel tersebut menunjukkan distribusi usia responden dalam kelompok usia 20 hingga 25 tahun. Mayoritas responden berada pada usia 21 tahun (42 responden) dan 22 tahun (37 responden),

dengan jumlah yang beragam untuk kelompok usia lainnya. Tidak ada data untuk usia 20 tahun, 24 tahun, dan 25 tahun pada kategori "tingkat rendah".

Adapun data jenis kelamin menunjukkan perbandingan antara responden laki-laki (26 responden) dan perempuan (86 responden). Persentase laki-laki dan perempuan relatif seimbang dalam masing-masing kategori tingkat.

Tabel menggambarkan distribusi responden berdasarkan tahun angkatan mereka ke dalam program yang diamati. Mayoritas responden pada angkatan tahun 2020 (93 responden), dengan jumlah yang lebih rendah untuk angkatan tahun 2018 (8 responden) dan 2019 (11 responden). Kategori "tingkat sedang" memiliki jumlah yang signifikan dari semua tahun angkatan.

Kemudian, data jurusan memperlihatkan distribusi responden dalam berbagai jurusan yang diamati. Jurusan Psikologi Islam memiliki jumlah responden terbanyak (63 responden), diikuti oleh Ilmu al-Qur'an dan Tafsir (34 responden), Akidah dan Filsafat Islam (9 responden), dan Studi Agama-agama (6 responden). Mayoritas dari setiap jurusan berada di kategori "tingkat sedang".

Tabel tersebut memberikan gambaran yang komprehensif tentang komposisi populasi yang diamati dalam kaitannya dengan variabel-variabel tertentu, seperti usia, jenis kelamin, angkatan, dan jurusan.

d) Analisis Skala *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Aspek

Faktor utama pembentuk variabel *quarterlife crisis* terdapat 7 (tujuh) aspek yang telah ditentukan melalui perhitungan *Microsoft Excel* secara keseluruhan, yaitu:

Tabel 4.15 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis*

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	22	7	14,46	2,92	60,26%
Perasaan putus asa	8	26	10	16,41	2,84	51,28%
Penilaian negatif terhadap diri	8	28	8	17,88	3,87	55,88%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	18	5	11,58	2,12	57,90%
Perasaan cemas	9	35	10	23,18	4,65	64,40%
Tertekan	2	8	2	5,33	1,35	66,74%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	28	8	18,57	4,01	66,32%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis*, aspek keseimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 60,26%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 51,28%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 55,88%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 57,90%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 64,40%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 66,74%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 66,32%. Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan adalah aspek tertekan.

Apabila ditinjau berdasarkan kategori usia, maka hasilnya adalah:

Tabel 4.16 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Usia 20 Tahun

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	16	14	14,66	1,15	61,11%
Perasaan putus asa	8	22	14	18	4	56,25%
Penilaian negatif terhadap diri	8	22	15	18,33	3,51	57,29%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	14	12	13	1	65%
Perasaan cemas	9	26	20	23,66	3,21	65,74%
Tertekan	2	5	5	5	0	62,5%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	20	17	19	1,73	67,5%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada usia 20 tahun, aspek kebimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 61,11%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 56,25%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 57,29%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 65%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 65,74%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 62,5%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 67,5%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada usia 20 tahun adalah aspek khawatir akan hubungan interpersonal.

Kemudian untuk usia 21 tahun dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.17 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Usia 21 Tahun

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	22	7	14,78	2,98	61,60%
Perasaan putus asa	8	27	14	18,40	2,67	57,51%
Penilaian negatif terhadap diri	8	28	8	17,71	4,08	55,35%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	18	5	11,35	2,52	56,78%
Perasaan cemas	9	35	13	23,42	5,21	65,07%
Tertekan	2	8	3	5,45	1,23	68,15%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	27	9	18,64	4,25	66,58%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada usia 21 tahun, aspek kebimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 61,60%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 57,51%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 55,35%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 56,78%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 65,07%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 68,15%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 66,58%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada usia 21 tahun adalah aspek tertekan.

Kemudian untuk peran aspek *quarterlife crisis* pada usia 22 tahun dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.18 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Usia 22 Tahun

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	19	7	14,40	3,13	60,02%
Perasaan putus asa	8	28	12	18,86	3,34	58,95%
Penilaian negatif terhadap diri	8	26	10	18,21	3,82	56,92%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	16	8	11,59	1,93	57,97%
Perasaan cemas	9	31	12	23,02	4,33	63,96%
Tertekan	2	8	2	5,40	1,62	67,56%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	28	8	18,08	4,51	64,57%

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada usia 22 tahun, aspek kebimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 60,02%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 58,95%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 56,92%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 57,97%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 63,96%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 67,56%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 64,57%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada usia 22 tahun adalah aspek tertekan.

Lalu, peran aspek *quarterlife crisis* pada usia 23 tahun dapat dilihat data analisisnya sebagai berikut:

Tabel 4.19 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Usia 23 Tahun

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	19	7	13,65	3,06	56,87%
Perasaan putus asa	8	26	14	19	2,99	59,37%
Penilaian negatif terhadap diri	8	24	9	17,1	3,85	53,43%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	14	8	11,65	1,72	58,25%
Perasaan cemas	9	32	10	22,85	5,38	63,47%
Tertekan	2	7	2	5,2	1,32	65%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	25	9	19	3,24	67,85%

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada usia 23 tahun, aspek kebingungan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 56,87%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 59,37%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 53,43%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 58,25%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 63,47%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 65%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 67,85%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada usia 23 tahun adalah aspek khawatir akan hubungan interpersonal.

Adapun untuk usia 24 tahun dapat dilihat sebagai berikut aspek *quarterlife crisis* yang berperan:

Tabel 4.20 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Usia 24 Tahun

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	18	12	15	1,92	62,5%
Perasaan putus asa	8	25	17	20,37	2,97	63,67%
Penilaian negatif terhadap diri	8	24	16	18,87	3,04	58,98%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	14	10	12,37	1,59	61,87%
Perasaan cemas	9	28	21	23,5	2,32	65,27%
Tertekan	2	7	4	5,37	0,91	67,18%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	23	15	18,12	2,64	64,73%

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada usia 24 tahun, aspek kebimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 62,5%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 63,67%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 58,98%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 61,87%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 65,27%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 67,18%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 64,73%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada usia 24 tahun adalah aspek tertekan.

Kemudian, peran aspek *quarterlife crisis* pada usia 25 tahun dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.21 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Usia 25 Tahun

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	15	14	14,5	0,70	60,41%
Perasaan putus asa	8	19	12	15,5	4,94	48,43%
Penilaian negatif terhadap diri	8	24	13	18,5	7,77	57,81%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	12	8	10	2,82	50%
Perasaan cemas	9	23	22	22,5	0,70	62,5%
Tertekan	2	4	3	3,5	0,70	43,75%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	25	21	23	2,82	82,14%

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada usia 25 tahun, aspek kebimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 60,41%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 48,43%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 57,81%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 50%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 62,5%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 43,75%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 82,14%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada usia 25 tahun adalah aspek khawatir akan hubungan interpersonal.

Lalu, jika ditinjau berdasarkan jawaban dari kategori jenis kelamin maka hasilnya adalah:

Tabel 4.22 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Jenis Kelamin Perempuan

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	21	7	14,61	2,84	60,90%
Perasaan putus asa	8	28	12	18,80	3,14	58,75%
Penilaian negatif terhadap diri	8	26	8	17,68	3,72	55,26%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	16	5	11,61	2,05	58,08%
Perasaan cemas	9	34	12	23,40	4,55	65,01%
Tertekan	2	8	2	5,37	1,31	67,15%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	28	8	18,65	3,93	66,61%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* perempuan yakni, aspek keseimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 60,90%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 58,75%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 55,26%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 58,08%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 65,01%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 67,15%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 66,61%. Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada perempuan adalah aspek tertekan.

Kemudian, peran aspek *quarterlife crisis* ditinjau berdasarkan jenis kelamin laki-laki yakni:

Tabel 4.23 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Jenis Kelamin Laki-laki

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	22	7	13,96	3,18	58,17%
Perasaan putus asa	8	27	14	18,53	2,78	57,93%
Penilaian negatif terhadap diri	8	28	11	18,53	4,36	57,93%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	18	8	11,46	2,35	57,30%
Perasaan cemas	9	35	10	22,46	5,01	62,39%
Tertekan	2	8	2	5,23	1,50	65,38%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	27	9	18,30	4,35	65,38%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* laki-laki yakni, aspek keseimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 58,17%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 57,93%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 57,93%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 57,30%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 62,39%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 65,38%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 65,38%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada laki-laki adalah aspek tertekan dan khawatir akan hubungan interpersonal.

Adapun peran aspek *quarterlife crisis* jika ditinjau berdasarkan angkatan mahasiswa, yakni:

Tabel 4.24 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Mahasiswa Angkatan 2018

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	16	13	14,75	1,28	61,45%
Perasaan putus asa	8	26	12	20,37	4,56	63,67%
Penilaian negatif terhadap diri	8	24	13	17,25	3,41	53,90%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	14	8	12	1,92	60%
Perasaan cemas	9	32	21	25	3,54	69,44%
Tertekan	2	7	3	5,25	1,48	65,62%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	25	17	20,87	3,09	74,55%

Hasil analisis deskriptif yang terdapat dalam tabel tersebut dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada mahasiswa angkatan 2018, aspek keseimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 61,45%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 63,67%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 53,90%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 60%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 69,44%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 65,62%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 74,55%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan angkatan 2018 adalah aspek khawatir akan hubungan interpersonal.

Lalu, peran aspek *quarterlife crisis* untuk mahasiswa angkatan 2019 dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 4.25 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Mahasiswa Angkatan 2019

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	18	11	15,27	2,05	63,63%
Perasaan putus asa	8	24	16	19,90	2,21	62,21%
Penilaian negatif terhadap diri	8	25	13	19	3,57	59,37%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	16	8	12,36	2,11	61,81%
Perasaan cemas	9	29	19	23,81	2,85	66,16%
Tertekan	2	7	5	5,45	0,68	68,18%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	26	16	19,27	2,86	68,83%

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang terdapat dalam tabel tersebut dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada mahasiswa angkatan 2019, aspek keseimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 63,63%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 62,21%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 59,37%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 61,81%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 66,16%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 68,18%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 68,83%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada angkatan 2019 adalah aspek khawatir akan hubungan interpersonal.

Sedangkan, peran aspek *quarterlife crisis* pada mahasiswa angkatan 2020 ialah:

Tabel 4.26 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Mahasiswa Angkatan 2020

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	22	7	14,34	3,10	59,76%
Perasaan putus asa	8	28	12	18,46	2,94	57,69%
Penilaian negatif terhadap diri	8	28	8	17,80	3,95	55,64%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	18	5	11,45	2,13	57,25%
Perasaan cemas	9	35	10	22,95	4,89	63,76%
Tertekan	2	8	2	5,33	1,41	66,66%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	28	8	18,29	4,15	65,32%

Berdasarkan analisis deskriptif yang terdapat dalam tabel tersebut dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada mahasiswa angkatan 2020, aspek keseimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 59,76%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 57,69%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 55,64%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 57,25%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 63,76%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 66,66%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 65,32%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada angkatan 2020 adalah aspek tertekan.

Jika peran aspek *quarterlife crisis* ditinjau berdasarkan jurusan, maka dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.27 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Jurusan Psikologi Islam

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	21	10	14,87	2,35	61,97%
Perasaan putus asa	8	26	12	18,76	2,70	58,63%
Penilaian negatif terhadap diri	8	25	11	17,58	3,34	54,96%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	15	8	11,50	1,79	57,53%
Perasaan cemas	9	34	14	23,57	4,18	65,47%
Tertekan	2	8	3	5,38	1,19	67,26%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	26	12	18,95	3,37	67,68%

Hasil analisis deskriptif yang terdapat dalam tabel tersebut dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada mahasiswa jurusan Psikologi Islam, aspek keseimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 61,97%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 58,63%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 54,96%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 57,53%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 65,47%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 67,26%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 67,68%. Dari hal tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada jurusan Psikologi Islam adalah aspek khawatir akan hubungan interpersonal.

Pada mahasiswa jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir, peran aspek *quarterlife crisis* dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.28 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	22	7	14,05	3,55	58,57%
Perasaan putus asa	8	27	12	18,61	3,49	58,18%
Penilaian negatif terhadap diri	8	28	9	18,61	4,29	58,18%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	18	8	11,88	2,31	59,41%
Perasaan cemas	9	35	10	22,41	5,34	62,25%
Tertekan	2	8	2	5,14	1,61	64,33%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	28	8	18,08	4,73	64,60%

Berdasarkan analisis deskriptif yang terdapat dalam tabel tersebut dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada mahasiswa jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir, aspek kebimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 58,57%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 58,18%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 58,18%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 50,41%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 62,25%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 64,33%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 64,60%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir adalah aspek khawatir akan hubungan interpersonal.

Kemudian untuk mahasiswa jurusan Akidah dan Filsafat Islam, peran aspek *quarterlife crisis* dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.29 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Jurusan Akidah dan Filsafat Islam

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	19	7	14,88	3,40	62,03%
Perasaan putus asa	8	28	15	20,44	3,53	63,88%
Penilaian negatif terhadap diri	8	25	8	18,44	5,91	57,63%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	16	7	11,77	2,81	58,88%
Perasaan cemas	9	31	18	24,77	3,89	68,82%
Tertekan	2	8	4	6	1,5	75%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	26	11	18	5,40	64,28%

Dari analisis deskriptif yang terdapat dalam tabel tersebut dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada mahasiswa jurusan Akidah dan Filsafat Islam aspek keseimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 62,03%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 63,88%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 57,63%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 58,88%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 68,82%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 75%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 64,28%. Dapat disimpulkan bahwa aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada jurusan Akidah dan Filsafat Islam adalah aspek tertekan.

Kemudian untuk mahasiswa jurusan Studi Agama-agama, peran aspek *quarterlife crisis* dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.30 Analisis Statistik Deskriptif Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Jurusan Studi Agama-agama

Aspek	N Item	Max	Min	Mean	St.Dev	%
Kebimbangan dalam mengambil keputusan	6	16	8	11,83	2,63	49,30%
Perasaan putus asa	8	21	14	16,6	2,33	52,08%
Penilaian negatif terhadap diri	8	21	13	16	2,68	50%
Merasa terjebak dalam situasi yang sulit	5	14	5	10,33	3,01	51,66%
Perasaan cemas	9	30	12	21,16	6,04	58,79%
Tertekan	2	7	4	5	1,09	62,5%
Khawatir akan hubungan interpersonal	7	24	13	18,16	4,26	64,88 %

Berdasarkan analisis deskriptif yang terdapat dalam tabel tersebut dapat diketahui bahwa dalam membentuk *quarterlife crisis* pada mahasiswa jurusan Studi Agama-agama aspek kebimbangan dalam mengambil keputusan berkontribusi sebesar 49,30%, aspek perasaan putus asa berkontribusi sebesar 52,08%, aspek penilaian negatif terhadap diri berkontribusi sebesar 50%, aspek merasa terjebak dalam situasi yang sulit berkontribusi sebesar 51,66%, aspek perasaan cemas berkontribusi sebesar 58,79%, aspek tertekan berkontribusi sebesar 62,5%, dan aspek khawatir akan hubungan interpersonal berkontribusi sebesar 64,88%. Kesimpulannya, aspek *quarterlife crisis* yang dominan berperan pada jurusan Studi Agama-agama adalah aspek khawatir akan hubungan interpersonal.

Berikut ini tabel simpulan aspek-aspek per kategori untuk mempermudah analisis:

Tabel 4.31 Simpulan Kontribusi Aspek *Quarterlife Crisis* Setiap Kategori

Kategori	Aspek-aspek						
	1	2	3	4	5	6	7
Usia							
20 tahun	61,11%	56,25%	57,29%	65%	65,74%	62,5%	67,5%
21 tahun	61,60%	57,51%	55,35%	56,78%	65,07%	68,15%	66,58%
22 tahun	60,02%	58,95%	56,92%	57,97%	63,96%	67,56%	64,57%
23 tahun	56,87%	59,37%	53,43%	58,25%	63,47%	65%	67,85%
24 tahun	62,5%	63,67%	58,98%	61,87%	65,27%	67,18%	64,73%
25 tahun	60,41%	48,43%	57,81%	50%	62,5%	43,75%	82,14%
Jenis Kelamin							
Laki-laki	58,17%	57,93%	57,93%	57,30%	62,39%	65,38%	65,38%
Perempuan	60,90%	58,75%	55,26%	58,08%	65,01%	67,15%	66,61%
Angkatan							
2018	61,45%	63,67%	53,90%	60%	69,44%	65,62%	74,55%
2019	63,63%	62,21%	59,37%	61,81%	66,16%	68,18%	68,83%
2020	59,76%	57,69%	55,64%	57,25%	63,76%	66,66%	65,32%
Jurusan							
Psikologi Islam	61,97%	58,63%	54,96%	57,53%	65,47%	67,26%	67,68%
Ilmu al-Qur'an dan Tafsir	58,57%	58,18%	58,18%	59,41%	62,25%	64,33%	64,60%
Akidah dan Filsafat Islam	62,03%	63,88%	57,63%	58,88%	68,82%	75%	64,28%
Studi Agama-agama	49,30%	52,08%	50%	51,66%	58,79%	62,5%	64,88%

Keterangan:

- 1 = Kebimbangan dalam mengambil keputusan
- 2 = Perasaan putus asa
- 3 = Penilaian negatif terhadap diri
- 4 = Merasa terjebak dalam situasi sulit
- 5 = Perasaan cemas
- 6 = Tertekan
- 7 = Khawatir hubungan interpersonal

Tabel tersebut merupakan sebuah data yang menggambarkan tingkat kecenderungan atau persepsi terhadap beberapa aspek *quarterlife crisis* berdasarkan beberapa kategori seperti usia, jenis kelamin, angkatan, dan jurusan. Setiap baris dalam tabel mewakili satu kelompok dari kategori tersebut, sementara kolom-kolomnya mewakili aspek-aspek *quarterlife crisis* yang diamati.

Data dari usia menunjukkan bahwa pada umumnya, semakin bertambahnya usia, terdapat peningkatan kecenderungan dalam beberapa aspek psikologis seperti kebimbangan dalam mengambil keputusan, perasaan putus asa, penilaian negatif terhadap diri sendiri, serta perasaan cemas dan tertekan. Namun, perlu dicatat bahwa ada penurunan pada beberapa aspek di usia 25 tahun, terutama dalam perasaan putus asa dan perasaan tertekan.

Perbandingan antara jenis kelamin menunjukkan bahwa perempuan memiliki kecenderungan yang sedikit lebih tinggi dalam beberapa aspek seperti perasaan cemas,

tertekan, dan khawatir akan hubungan interpersonal meskipun perbedaannya tidak terlalu signifikan.

Dari segi angkatan, tidak ada pola yang jelas dalam kecenderungan aspek *quarterlife crisis*. Namun, angkatan 2018 cenderung memiliki tingkat kecenderungan yang lebih tinggi dalam beberapa aspek seperti perasaan cemas dan khawatir akan hubungan interpersonal. Perbedaan dalam kecenderungan aspek *quarterlife crisis* juga terlihat antara jurusan. Jurusan Akidah dan Filsafat Islam, misalnya, menunjukkan tingkat kecenderungan yang lebih tinggi dalam hampir semua aspek yang diamati, sementara Studi Agama-agama memiliki tingkat kecenderungan yang lebih rendah secara keseluruhan.

Tabel ini memberikan gambaran yang detail tentang bagaimana aspek *quarterlife crisis* dapat bervariasi tergantung pada faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, angkatan, dan jurusan di lingkungan tertentu.

C. Pembahasan

1. Tingkat *Quarterlife Crisis* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2018-2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran umum dan kategorisasi *quarterlife crisis* pada 112 responden yang merupakan mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018-2020 di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, ditemukan bahwa 15 responden (13,4%) mengalami *quarterlife*

crisis pada tingkat yang rendah. Kemudian, ditemukan bahwa 80 responden (71,4%) mengalami *quarterlife crisis* pada tingkat sedang dan 17 responden lainnya (15,2%) mengalami *quarterlife crisis* pada tingkat tinggi. Mayoritas responden dalam penelitian mengenai *quarterlife crisis* pada mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018-2020 di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora berada pada kategori sedang, dengan jumlah 80 responden (71,4%).

Individu yang mengalami *quarterlife crisis* pada tingkat sedang sering membandingkan diri mereka dengan orang lain, mengalami kesedihan dan tekanan, terutama dalam hal hubungan, karier, dan sering kali meragukan keputusan yang telah mereka buat. Mereka merasa terbebani dan belum cukup matang secara emosional untuk dianggap sebagai individu dewasa. Ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Robbins dan Wilner bahwa orang yang mengalami *quarterlife crisis* akan mengalami pergejolakan emosional yang tidak stabil dan merasa khawatir tentang masa depan, termasuk karier dan keuangan.⁹

Ada beberapa faktor yang dapat membantu individu mengurangi tingkat stres saat menghadapi *quarterlife crisis*. Faktor-faktor tersebut termasuk kesejahteraan psikologis, resiliensi (kemampuan untuk pulih dari kesulitan), cara mengatasi stres, dan kecerdasan emosional. Faktor-faktor tersebut dapat membantu individu tetap

⁹ Alexandra Robbins and Abby Wilner, *Quarterlife Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties* (Penguin, 2001), 13.

termotivasi, optimis, dan memiliki tujuan hidup yang jelas untuk terus maju dalam mencapai impian mereka.¹⁰

Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi juga memiliki kemampuan untuk menanggung dan menghadapi tantangan hidup saat mengalami *quarterlife crisis*. Temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Argasiam menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi seseorang, semakin rendah pula tingkat *quarterlife crisis* yang mereka alami. Individu yang memiliki resiliensi cenderung mudah pulih dari pengalaman hidup yang sulit dan penuh tantangan dengan cara meningkatkan pengetahuan mereka, beradaptasi, dan mengatasi situasi yang serupa yang mungkin terjadi di masa depan.¹¹

Hasil data yang beragam mengenai *quarterlife crisis* pada mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018-2020 di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin tentu dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal merupakan faktor utama yang memicu timbulnya masalah *quarterlife crisis*. Hal ini terjadi ketika individu belum sepenuhnya mengenali diri mereka sendiri dan belum memiliki pemahaman yang jelas tentang identitas serta motivasi mereka. Individu sering kali mengalami kurangnya motivasi bahkan tidak memiliki keinginan untuk mengejar hobi atau minat mereka.

¹⁰ Iqomah Iqomah, Meyritha Meyritha, and Yoga Yoga, "Gambaran Quarterlife Crisis Pada Emerging Adulthood," *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)* 4, no. 2 (2023): 97.

¹¹ Brigitan Argasiam, "Hubungan Perbandingan Sosial Dan Resiliensi Dengan Quarterlife Crisis Pada Kelompok Milenial," 2019, 87.

Faktor eksternal juga memiliki dampak signifikan terhadap timbulnya *quarterlife crisis* pada seseorang. Misalnya, tekanan dari lingkungan sekitar dapat mempengaruhi individu yang mengalami *quarterlife crisis*. Selain faktor internal, faktor lingkungan juga memiliki kontribusi yang kuat terhadap kondisi tersebut. Merasa kurang prestasi juga merupakan hal yang umum dirasakan. Individu kadang-kadang merasa tidak memiliki pencapaian yang membanggakan dan merasa bahwa mereka belum mencapai hal-hal yang bernilai, sehingga merasa seperti stagnan dalam kehidupan.¹²

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk memahami dampak dari pengendalian diri, tawakal (keyakinan kepada Tuhan), dan efikasi diri. Dalam konteks Islam, terdapat beberapa metode yang diajarkan untuk meningkatkan rasa percaya diri individu dalam menghadapi *quarterlife crisis*. Ini termasuk mengenal diri sendiri, berpikir positif, mengamalkan keyakinan dan bertindak sesuai, berserah diri kepada Tuhan (tawakal), bersyukur, dan melakukan evaluasi diri secara teratur.¹³ Hal tersebut sebagaimana dijelaskan pada konsep *quarterlife crisis* dalam al-Qur'an Surah *āli 'Imrān* ayat 139 yang menegaskan kepada manusia agar tidak cemas, takut (*khauf*), dan bersedih (*yahzanu*).

¹² Siti Hasmah Fazira, Arri Handayani, dan Farikha Wahyu Lestari, "Faktor Penyebab *Quarterlife Crisis* pada Dewasa Awal," *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)* 5, no. 2 (2023): 2229.

¹³ Mashdaria Huwaina and Khoironi Khoironi, "Hubungan Antara Pemahaman Konsep Percaya Diri Dalam Al-Qur'an Terhadap Masalah Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa," *ANFUSINA: Journal of Psychology* 4, no. 1 (2021): 25.

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “Dan janganlah kamu merasa lemah (motivasi, semangat, kemauan) dan jangan pula kamu bersedih hati (putus asa), sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.” (QS. āli ‘Imrān [3]: 139).¹⁴

Ayat tersebut menjelaskan bahwa kegagalan atau kekalahan dalam perjuangan tidak boleh mengundang keputusasaan atau kesedihan yang berlarut selama keimanan masih bersemayam di dalam dada.¹⁵

Ditinjau dari aspek pembentukan aspek *quarterlife crisis*, pada hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek yang paling berperan pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin adalah aspek tertekan, yang ditunjukkan dengan nilai persentase 66,74%. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami rasa tertekan dan tidak bahagia selama menjadi mahasiswa semester akhir serta merasa hidup berat dan stres ketika belum memiliki penghasilan di usia tersebut.

2. *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Usia

Berdasarkan penelitian, ditemukan bahwa mahasiswa yang berusia 20 tahun semuanya mengalami *quarterlife crisis* dengan tingkat sedang. Pada usia 21 tahun, sebagian mengalami *quarterlife crisis* dengan tingkat rendah (11,9%), sedangkan sebagian besar mengalami tingkat sedang (73,8%) dan tinggi (14,3%). Pada usia 22

¹⁴ Iffatul Azizah, “*Quarterlife crisis* di Masa Pandemi pada Mahasiswa Akhir IAIN Ponorogo Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Angkatan 2018,” *Tesis*, 2022, 33.

¹⁵ M. Quraish Shihab, *Al-Lubab: Makna, Tujuan, Dan Pelajaran Dari Surah-Surah al-Qur’an*, vol. 1 (Tangerang: Lentera Hati, 2012), 137.

tahun, jumlah yang mengalami tingkat rendah sedikit lebih tinggi (18,9%), namun sebagian besar masih mengalami tingkat sedang (62,2%) dan tinggi (18,9%). Pada usia 23 tahun, jumlah yang mengalami tingkat rendah sedikit meningkat (15%), dengan sebagian besar mengalami tingkat sedang (70%) dan tinggi (15%). Di usia 24 tahun, mayoritas mengalami *quarterlife crisis* dengan tingkat sedang (87,5%), dan sebagian kecil mengalami tingkat tinggi (12,5%). Pada usia 25 tahun, semua mahasiswa yang diobservasi mengalami *quarterlife crisis* dengan tingkat sedang.

Pada perhitungan tersebut, diketahui bahwa usia 22 tahun memiliki persenan paling besar dalam kategori tingkat tinggi, yakni 18,9%. Ditinjau dari aspek yang berperan juga usia 22 tahun dominan berada di aspek tertekan yang paling berperan, yakni sebesar 67,56%. Begitu pun juga pada usia 21 dan 24 tahun yang memiliki peran aspek tertinggi pada bagian tertekan, yakni sebesar 68,15% untuk usia 21 tahun dan 67,18% untuk usia 24 tahun. Namun, jika dilihat secara keseluruhan usia 21 dan 22 tahun lah yang paling tinggi besaran peran aspek tertekan *quarterlife crisis*. Hal ini dikarenakan usia tersebut merupakan masa transisi yang signifikan dari remaja ke dewasa muda, artinya pada usia tersebut individu akan merasakan tekanan baru terkait tanggung jawab dan nilai-nilai ketika berada dalam fase ini, karena mereka akan memiliki peran yang berbeda dari sebelumnya.¹⁶

¹⁶ Jeffrey Jensen Arnett, "Emerging Adulthood: Understanding the New Way of Coming of Age.," ed. Jeffrey Jensen Arnett and Jennifer Lynn Tanner (Washington: American Psychological Association, 2006), 1, <https://doi.org/10.1037/11381-001>.

Adapun untuk aspek yang paling berperan pada usia 20, 23 dan 25 tahun ialah aspek khawatir terhadap hubungan interpersonal. Usia 20 tahun sebesar 67,5%, usia 23 tahun sebesar 67,85%, dan usia 25 tahun sebesar 82,14% besaran peran aspek khawatir terhadap hubungan interpersonal.

Menurut teori perkembangan psikososial Erikson, hubungan interpersonal memegang peranan penting pada masa dewasa awal dikarenakan fase keintiman versus isolasi akan menjadi tantangan utama mereka. Individu pada tahap ini mulai selektif dalam membina hubungan yang intim, hanya dengan orang-orang tertentu yang memiliki kesamaan nilai dan pandangan. Dorongan untuk membentuk hubungan dengan orang lain muncul pada tahap ini, termasuk pemahaman tentang kedekatan dengan orang lain mencakup kerjasama dan interaksi yang sehat dengan mereka. Namun, dampaknya akan berbeda jika individu tidak mampu menjalin hubungan interpersonal dengan baik pada tahap ini, yakni dapat menyebabkan perasaan terisolasi bahkan merasa kesepian.¹⁷

Penelitian oleh Robbins menunjukkan bahwa individu yang berusia 20-an sering mengalami kebingungan tentang identitas mereka, merasa frustrasi dengan hubungan dan karier, merasa kecewa dengan berbagai hal, dan bahkan merasa sangat khawatir tentang masa depan mereka sebagai orang dewasa. Hal ini sesuai dengan pengamatan tersebut.¹⁸ *Quarterlife crisis* adalah fenomena yang umum terjadi dalam proses

¹⁷ Oliver C. Robinson, Gordon R. T. Wright, dan Jonathan A. Smith, "The Holistic Phase Model of Early Adult Crisis," *Journal of Adult Development* 20, no. 1 (Maret 2013): 28,

¹⁸ Robbins and Wilner, *Quarterlife Crisi*, 6.

pertumbuhan hampir semua individu saat mereka berada dalam transisi dari masa remaja menuju dewasa awal. Kelompok mahasiswa adalah salah satu kelompok yang cenderung rentan mengalami *quarterlife crisis* karena mereka berada dalam fase awal dewasa.

3. *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Angkatan

Berdasarkan hasil, mayoritas angkatan didominasi oleh angkatan 2020 yakni 14 orang (15%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat rendah, 66 orang (71%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang, dan 13 orang (14%) mengalami *quarterlife crisis* tingkat tinggi. Pada mahasiswa angkatan 2020, aspek yang paling berperan adalah aspek tertekan yang artinya mereka merasa tekanan hidup semakin berat di saat masih belum memiliki penghasilan dan ditambah lagi kehidupan sebagai mahasiswa semester akhir yang tidak memberikan kebahagiaan bagi mereka. Perasaan tersebut membuat mereka merasa tidak berfungsi dengan baik dan optimal karena merasa terus-menerus ditekan oleh masalah tersebut.¹⁹

Sesuai dengan penelitian Angraini Nurul Fadila dan Rezki Hariko bahwa jika mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi memiliki tingkat kebahagiaan tinggi, hal tersebut dikarenakan mereka berada pada lingkungan sosial yang baik. Namun, apabila mahasiswa berada di tingkat yang sedang, artinya hal ini dikarenakan banyaknya tuntutan dalam proses menyusun skripsi yang mengakibatkan individu

¹⁹ Alexandra Robbins and Abby Wilner, *Quarterlife Crisis*, 70.

menjadi merasa tidak bahagia dan tertekan.²⁰

Adapun mahasiswa tingkat akhir angkatan 2019 yang memiliki tingkat tinggi sebesar 18,2% dan angkatan 2018 sebesar 25%, yang artinya kedua angkatan ini mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan skripsi. Aspek *quarterlife crisis* yang sangat berperan pada angkatan 2018 dan 2019 ialah aspek kekhawatiran terhadap hubungan interpersonal. Hal ini berkaitan dengan hubungan sosialnya terhadap orang tua, teman, maupun pasangan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hendrik Tuaputimain & Victor D. Tutupary, mahasiswa yang memiliki hubungan interpersonal yang kuat cenderung memiliki pandangan yang lebih positif terhadap situasi sulit, seperti saat mengerjakan skripsi, dibandingkan dengan mereka yang memiliki hubungan interpersonal yang lemah. Mahasiswa yang merasa didukung dan dihargai oleh lingkungan sosialnya cenderung memiliki motivasi yang lebih tinggi untuk menyelesaikan skripsi mereka. Dukungan sosial yang meliputi pujian atas kemajuan dalam penyelesaian skripsi serta memberikan nasihat saat mahasiswa mengalami kesulitan dapat meningkatkan motivasi mereka dan mengurangi perilaku prokrastinasi. Hal ini terkait dengan kemampuan mahasiswa untuk mengelola krisis emosional dan menemukan kedamaian dalam diri mereka.²¹

²⁰ Angraini Nurul Fadila and Rezki Hariko, "Gambaran Happiness Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi," *Current Issues in Counseling* 3, no. 1 (2023): 137.

²¹ Hendrik Tuaputimain dan Victor Tutupary, "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi," *Tangkoleh Putai* 18, no. 2 (2021): 154–155.

Artinya, mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018 dan 2019 memiliki perasaan khawatir terhadap hubungan interpersonal yang tinggi. Terlebih saat memasuki fase semester akhir yang membuat mereka merasa kesepian kehilangan teman karena harus menyelesaikan skripsi sendirian. Ditambah lagi dengan tuntutan budaya bahwa usia dewasa awal adalah usia yang seharusnya sudah menikah, sedangkan bagi mahasiswa semester akhir merasa belum cukup siap dari segi finansial dan mentalitas, juga kekhawatiran mengecewakan kedua orang tua karena belum sukses. Maka dari itu, dukungan sosial di fase mahasiswa tingkat akhir ini sangatlah penting agar tidak terjadi kekhawatiran yang tinggi.

4. *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Jurusan

Quarterlife crisis berdasarkan jurusan jika dilihat kategori yang paling tinggi tingkatannya ialah jurusan Akidah Filsafat dan Islam, yakni sebesar 22,2% yang mengalami *quarterlife crisis* tinggi. Sedangkan untuk jurusan Psikologi Islam memiliki persentase tingkat tinggi sebesar 15,9% dan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir sebesar 14,7% dengan tingkat tinggi juga. Hanya jurusan Studi Agama-agama saja yang tidak ditemui *quarterlife crisis* yang tinggi.

Ditinjau berdasarkan aspek yang paling berperan pada mahasiswa tingkat akhir jurusan Akidah dan Filsafat Islam, maka aspek yang paling berperan tinggi adalah aspek tertekan sebesar 75%, yang kemudian diikuti oleh aspek perasaan cemas sebesar 68,82%. Pada aspek tertekan menunjukkan bahwa mahasiswa Akidah dan Filsafat

Islam merasa terbebani oleh masalah yang mereka hadapi dan merasa bahwa beban tersebut terlalu berat. Perasaan tersebut membuat mereka merasa tidak berfungsi dengan baik dan tidak optimal karena mereka merasa terus-menerus ditekan oleh masalah tersebut.²² Terlebih lagi tekanan yang ada pada aspek tersebut memiliki pernyataan tentang stres ketika belum memiliki penghasilan di usia saat ini serta merasa kehidupan sebagai mahasiswa semester akhir yang sangat berat dan tidak memberikan rasa kebahagiaan. Artinya, mereka tertekan di bagian tersebut.

Sedangkan pada aspek perasaan cemas mengartikan bahwa mahasiswa jurusan Akidah dan Filsafat Islam memiliki beragam harapan yang ingin mereka capai, namun mereka merasa sulit untuk melakukannya karena terhalang oleh rasa cemas dan ketakutan bahwa mereka tidak akan mampu mencapai hasil yang memuaskan saat ini.²³ Seperti kekhawatiran dalam hubungan interpersonal, karier, dan skripsi.

Adapun pada jurusan Psikologi Islam, Ilmu al-Qur'an dan Tafsir, serta Studi Agama-agama, aspek yang paling berperan penting ialah aspek kekhawatiran terhadap hubungan interpersonal. Sebesar 67,68% pada jurusan Psikologi Islam, kemudian 64,60% pada jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir, dan 64,88% pada jurusan Studi Agama-agama. Artinya, besar kemungkinan mereka mengalami kekhawatiran terkait pertemanan, hubungan romantis, hubungan dengan keluarga, dan juga merasa kesepian.

²² Robbins and Wilner, *Quarterlife Crisis*, 70.

²³ Robbins and Wilner, *Quarterlife Crisis* 56.

5. *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin dalam penelitian ini dijadikan variabel demografi untuk mengevaluasi apakah terdapat perbedaan antara perempuan dan laki-laki dalam tingkat *quarterlife crisis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat krisis lebih tinggi pada kelompok perempuan daripada pada kelompok laki-laki dalam demografi tersebut.

Krisis yang dialami oleh perempuan lebih sering terkait dengan masalah keluarga dan hubungan, seperti perceraian atau putus cinta, serta hubungan yang *toxic*. Di sisi lain, krisis yang dialami oleh laki-laki cenderung lebih terfokus pada masalah yang berkaitan dengan pekerjaan, seperti merasa terperangkap dalam pekerjaan, stres atau tekanan kerja, dan pengangguran.²⁴

Berdasarkan penelitian ini aspek yang membuat tingkat krisis perempuan lebih tinggi adalah aspek tertekan sebesar 67,15%, yang dimana mereka lebih dominan dengan krisis yang terkait dengan kurangnya kebahagiaan dan pesimis pada dirinya selama menjadi mahasiswa semester akhir serta masalah finansial.

Kemudian, aspek *quarterlife crisis* laki-laki yang berkontribusi ialah aspek tertekan dan juga aspek kekhawatiran akan hubungan personal yang keduanya sama-sama memiliki jumlah persenan sebesar 65,38%. Artinya, laki-laki cenderung banyak menghadapi krisis yang berhubungan dengan kurangnya kebahagiaan dan pandangan

²⁴ Oliver C. Robinson, Gordon R. T. Wright, dan Jonathan A. Smith, “*The Holistic Phase Model of Early Adult Crisis*,” *Journal of Adult Development* 20, no. 1 (Maret 2013): 13.

pesimis terhadap diri mereka sendiri saat mereka menjalani semester terakhir sebagai mahasiswa, sekaligus menghadapi masalah finansial yang signifikan dan juga mengkhawatirkan perihal tanggungjawab terhadap pasangan dan sebagai anak, serta sosialisasinya terhadap teman dan juga keluarga.

D. Keterbatasan Penelitian

Dalam proses penelitian ini, masih ada beberapa keterbatasan yang belum diatasi. Keterbatasan tersebut meliputi:

1. Dalam proses pengumpulan data, peneliti hanya melakukan wawancara sebagai langkah awal dalam studi ini. Sedangkan, data yang terkumpul hanya berasal dari jawaban angket responden yang dibagikan, tanpa adanya wawancara mendalam (*deep interview*).
2. Dalam proses pengisian kuesioner dilakukan melalui *platform Google Form* dan disebarluaskan melalui *WhatsApp* yang menyebabkan peneliti tidak dapat mengawasi atau mengontrol responden secara langsung. Kendala ini timbul karena keterbatasan waktu dalam penelitian.
3. Generalisasi dari temuan penelitian ini mungkin menjadi sulit karena fokus pada sampel yang mungkin tidak mencerminkan keseluruhan populasi mahasiswa.