

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada hakikatnya manusia adalah sebagai makhluk individu, makhluk sosial, maupun makhluk religius. Setiap manusia di dunia pasti akan melewati beberapa tahapan perkembangan mulai dari bayi hingga lanjut usia. secara umum tahapan yang dilalui adalah bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa, dan lansia. Semua manusia berkembang dengan normal, yang mengalami kelainan perkembangan dan beresiko untuk mengalami masalah perkembangan, mempunyai persamaan kebutuhan baik dalam aspek fisik dan psikologisnya. Kebutuhan yang bersifat fisik misalnya tempat tinggal yang nyaman, terpenuhinya kebutuhan makanan yang bergizi, sedangkan kebutuhan psikisnya seperti kasih sayang, rasa perhatian, dll. Melihat adanya perbedaan karakteristik dan tugas perkembangan, salah satu masa yang dianggap penting dan menjadi perhatian banyak kalangan adalah masa peralihan dari remaja ke dewasa.¹

Dalam pandangan Islam, perkembangan manusia haruslah dipandang sebagai satu kesatuan yang utuh dan saling memiliki keterikatan, baik itu perkembangan fisik, mental, sosial, emosional tidak dapat dipisahkan dan memiliki hubungan yang kuat. Masa peralihan dari remaja ke dewasa adalah di mana masa ini mulai mengeksplorasi diri, mulai hidup terpisah dari orang tua dan mandiri, dan

¹ Imam Hanafi, *Perkembangan Manusia dalam Tinjauan Psikologi dan Al-Qur'an*, Millah Jurnal Pendidikan Islam, Vol. 1, No. 1, 2018, 85.

mulai mengembangkan sistem atau nilai-nilai yang sudah terinternalisasi sebelumnya. Masa di mana individu mulai mengeksplorasi diri dan lingkungannya disebut dengan masa *emerging adulthood*, istilah ini pertama kali di cetuskan oleh Arnett.²

Masa *emerging adulthood* yaitu periode antara masa remaja dan masa dewasa. Masa ini merupakan masa transisi dari dunia akademis ke dunia yang sebenarnya. Individu akan dihadapkan dengan pertanyaan-pertanyaan tentang bagaimana masa depannya, apa yang telah atau yang belum dilakukannya dimasa sekarang atau masa mendatang, serta pengaruh apa yang ada untuk masa depannya.³ Respons individu di dalam menghadapi masa *emerging adulthood* berbeda-beda. Banyaknya pilihan yang tersaji dari lingkungan eksternalnya dan kebingungan cara menghadapi untuk memutuskan mana yang dirasa sesuai (pilihan yang benar) cenderung membuat labil dan stress. Ada individu yang merasa senang dan antusias dan tertantang untuk menjelajahi kehidupan baru yang belum pernah dirasakan, namun ada juga yang merasakan kecemasan, tertekan dan hampa.⁴

Setiap manusia pasti akan menghadapi berbagai tantangan dan perubahan kehidupan yang tidak pernah lepas dari masalah. Manusia ingin selalu keluar dari masalahnya. Namun dalam hal ini, ada individu yang mampu menghadapi masalahnya dengan baik dan bijak, dan sebaliknya terdapat individu yang

² Alfiesyahrianta Habibie, Nandy Agustin Syakarofath, Zainul Anwar, *Peran Religiusitas Terhadap Quarter Life Crisis (QLC) Pada Mahasiswa*, *Jurnal Gamajop*, Vol. 5, No. 2, 2019, 129-130.

³ Akta Ririn Aristawati, dkk, *Emotional Intelligence dan Stress Pada Mahasiswa yang mengalami Quarter Life Crisis*, *Jurnal Psikologi Konseling*, Vol. 1 No. 2, 2021, 1036.

⁴ Putri Resha Pamungkas, Grendi Hendrastomo, *Quarter Life Crisis di Kalangan Mahasiswa*, *Indonesia Journal Of Society Studies*, Vol. 4, No. 1, 2024, 175.

menghadapi masalahnya dengan cara yang salah. Individu yang di dalam melewati tahapan perkembangannya tidak mampu merespons dengan baik berbagai persoalan yang dihadapi, diprediksi akan mengalami berbagai masalah psikologis, merasa terombang-ambing dalam ketidakpastian dan mengalami krisis emosional atau yang biasa disebut dengan *Quarter life crisis* khususnya pada usia dewasa awal. Banyak pendapat usia mengenai masa ini tapi secara umum bisa dikatakan mulai usia 20 tahun atau ketika telah menyelesaikan Pendidikan menengah, contohnya mahasiswa.⁵

Al-Qur'an menyebutkan ada 3 fase kehidupan, bahwa Allah SWT membagi fase umur manusia kepada tiga bagian, yaitu lemah (bayi), kemudian kuat (remaja), kemudian lemah dan beruban (tua). Berdasarkan pada Q.S.Al-Rum : 54

إِلَّا اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً

يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ

Artinya: “Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari Keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah Keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah yang Maha mengetahui lagi Maha Kuasa.” Q.S. Al-Rum : 54.

Di jelaskan di atas fase kedua, yaitu fase kuat ini dalam segi umur dapat diartikan sebagai masa generasi muda atau masa dewasa. Sebagaimana firman Allah *ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِنَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ* “kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa)...”

⁵ Alfiesyahrianta Habibie, Nandy Agustin Syakarofath, Zainul Anwar, *Peran Religiusitas Terhadap Quarter ...* 130.

Q.S. Ghafir: 67. Para ahli tafsir berselisih mengenai makna kata *asyudd*, sesuai dengan urutan ayat Al-Qur'an kata tersebut adalah masa yang dimulai dari akhir masa kanak-kanak sampai dengan permulaan tua. Ayat Al-Qur'an menyebut diantara keduanya.⁶ Masa dewasa adalah di mana saat seseorang sedang dalam puncak kekuatannya serta pembebanan syariat pun dimulai. Oleh karena itu, pada Q.S. Al-Hajj: 5 *لَتَبْلُغُوا 5 ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا* kata *nukhrijukum* (kami keluarkan kamu) dan kata *litablughu* (agar kamu umur dewasa sehingga kalian dibebani dengan syari'at dan diuji). Ketika manusia membutuhkan kematangan pikiran, kemampuan otaknya masih terus berkembang dan tidak berhenti ketika ia mencapai umur dewasa. Masa dewasa terus berlangsung sampai mencapai puncaknya pada usia 40 tahun.⁷

Usia dewasa awal lebih cenderung mengalami gangguan mental. Hal tersebut tentu tidak terlepas dari fase krisis yang dialaminya. Krisis ini disebut *Quarter Life Crisis* atau krisis seperempat abad. Di mana istilah tersebut pertama kali dimunculkan oleh Robinson dan Wilner, sebuah krisis yang harus dilewati setiap orang dan keadaan krisis tiap-tiap dewasa awal berbeda-beda. Belakangan, masalah *Quarter Life Crisis* menjadi sangat penting bagi kalangan muda.⁸ Krisis ini dapat menyerang siapa saja yang telah memasuki masa-masa *emerging adulthood*, proses pencarian jawaban atas semua permasalahan tersebut kemudian membuat individu menghadapi berbagai tantangan, di mana dari tantangan tersebut

⁶ Yuslianur, *Konsep Umur Milenial Menurut Para Mufassir*, (Skripsi, Pekanbaru: UIN, 2019), 15.

⁷ Yuslianur, *Konsep Umur Milenial ...* 15.

⁸ Lhyza Perante et al, *Tumatanda na Ako: The Quarter life Crisis Phenomenon Among Emerging Adults*, Psychology and Educatiin: A Multidisciplinary Journal, Vol. 7, 2023, 61.

individu berusaha mencari solusi untuk mengatasinya. Namun, beberapa orang memilih metode pemecahan masalah yang salah.

Krisis emosional yang dialami dalam jangka waktu panjang dapat menyebabkan konsekuensi negatif terhadap kehidupan, salah satunya stress bahkan depresi. Kondisi yang terakumulasi diprediksi memunculkan berbagai permasalahan baru, yaitu masalah emosi dan perilaku-perilaku agresif, tindak kekerasan dan respons yang emosional, penarikan diri secara sosial, kecemasan, dan depresi serta trauma.⁹ Hal ini sedikit banyak dapat dilihat dari maraknya kasus bunuh diri dikalangan remaja, seperti yang telah dikabarkan oleh beberapa media pemberitaan di Indonesia. Salah satunya yaitu tempo.co.¹⁰

Individu yang mengalami krisis di usia 20-an rentan mengalami penurunan dalam hal keagamaan, yang di mana dapat membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Kurangnya pemahaman, penghayatan dan partisipasi aktif pada kegiatan keagamaan yang dianut menimbulkan berbagai masalah seperti depresi dan kehilangan tujuannya. Sehingga perilaku dan sifat yang tidak wajar dilakukan oleh seorang remaja yang salah dalam bertindak. Oleh karena itu, yang berada pada fase krisis tersebut harus benar-benar memahami nilai-nilai kandungan di dalam Al-Qur'an, agar tidak bersikap menyimpang dalam menghadapi masa *Quarter Life Crisis*.

⁹ Alfiesyahrianta Habibie, Nandy Agustin Syakarofath, Zainul Anwar, *Peran Religiusitas Terhadap Quarter ...* 131.

¹⁰ Hamdan Cholifudin Ismail, *Remaja 16 Tahun Ditemukan Tewas Bunuh Diri di Kamar Rumah*, <https://metro.tempo.co/read/1568100/remaja-16-tahun-ditemukan-tewas-bunuh-diri-di-kamar-rumah>, diakses pada 26 November 2023.

Allah SWT memberikan pembicaraan khusus terhadap pemuda di dalam Al-Qur'an pada Q.S. Al-Kahfi ayat 13:

نَحْنُ نَقُصُّ عَلَيْكَ نَبَأَهُم بِالْحَقِّ ۗ إِنَّهُمْ فِتْيَةٌ ءَامَنُوا بِرَبِّهِمْ وَزِدَّوْهُمْ هُدًى

Artinya “kami kisahkan kepadamu (Muhammad) cerita ini dengan benar. Sesungguhnya mereka adalah pemuda-pemuda yang beriman kepada Tuhan mereka, dan Kami tambah pula untuk mereka petunjuk.”

Terdapat kata *al-fityatu* (الفتية) dalam bentuk jama' yang memiliki makna sedikit dan dalam bentuk tunggal *fata* (فتى) yang artinya pemuda/remaja. Menurut M. Quraish Shihab memberikan gambaran dari kata tersebut mengisyaratkan kelemahan dari segi fisik, usia yang belum berpengalaman dan jumlah yang sedikit. Kata tersebut ditujukan kepada sekelompok pemuda Ashabul Kahfi yang memiliki idealisme yang kuat dalam mempertahankan keimanan kepada Allah SWT. Usia remaja memang seringkali mengalahkan kebijaksanaan dan pengalaman orang tua, itu pula sebabnya kenapa Nabi Muhammad SAW mengingatkan agar memberi perhatian kepada para remaja atau pemuda.¹¹

Kata *naba'* secara harfiah adalah berita dan menunjukkan peristiwa-peristiwa besar yang mengejutkan dan memiliki kehebatan. Dalam ayat tersebut Allah SWT juga menggunakan kata *naba'* untuk menyebutkan cerita sekelompok pemuda Ashabul Kahfi. Hal ini mempunyai sebuah isyarat bahwa seorang pemuda/remaja adalah sekelompok elit masyarakat yang mampu menciptakan sebuah perubahan besar yang mengejutkan sekaligus membuat tercengang.¹²

¹¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, vol. 8, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 21.

¹² Dirhanuddin Doly Siregar, *Konsep Pemuda Dalam Al-Qur'an (studi tafsir tematik)*, (Skripsi, Medan: UIN), 2021, 4.

Namun seiring berkembangnya zaman dan dengan munculnya istilah *Quarter Life Crisis*, dan banyaknya pemuda yang mengalami fase tersebut. Islam sebagai agama sudah seharusnya ambil bagian untuk memberikan jalan keluar. Memang, term *Quarter Life Crisis* belum pernah dikenal dalam Islam. Akan tetapi, ketika dikaji ulang Islam telah menjelaskan dalam Al-Qur'an tentang prinsip kehidupan *Innama'al 'usri yusro* "setiap kesulitan ada kemudahan" (Q.S. Al-Insyiroh : 6). Al-Qur'an adalah petunjuk yang dapat dipahami untuk menemukan nilai-nilai yang dapat digunakan untuk menyelesaikan berbagai masalah dalam hidup. Apabila dihayati dan diamalkan akan menjadikan pikiran, rasa yang mengarah kepada realitas keimanan yang dibutuhkan bagi stabilitas dan ketentraman hidup individu dan masyarakat.¹³ Dalam hal ini Al-Qur'an mampu menjawab tantangan kontemporer baik secara spiritual dan material. Hal ini di dasarkan pada firman Allah SWT dalam surah al-Isra ayat 82:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۖ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya: "Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian." (Q.S.Al Isra : 82)

Ayat tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur'an turun sebagai penawar atau obat dari berbagai permasalahan manusia yang dapat diterapkan dalam kehidupan diantaranya penyakit-penyakit kejiwaan, seperti keraguan dan kebimbangan batin yang sering muncul di hati orang-orang beriman, dengan adanya perasaan yang menghampiri pada masa *Quarter Life Crisis* pasti akan berdampak dengan masa

¹³ M. Quraish Shihab, Wawasan Al-Qur'an, (Bandung: IKAPI, 1996), 13.

dewasa.¹⁴ Setiap orang merespon secara berbeda terhadap transisi dari masa remaja ke masa dewasa, ketika individu bereaksi negatif, mereka merasa sulit untuk menyesuaikan diri dengan masa dewasa dan kurang puas dengan kehidupan. Jika seseorang tidak dapat beradaptasi dengan perubahan ini, mereka dapat mengalami krisis emosional dan bahkan krisis seperempat kehidupan.¹⁵

Mengingat bahwa peran seorang remaja dan fase dewasa ini merupakan fase kesempurnaan dari kekurangan yang ada sebelumnya, serta masa ini untuk melihat segala perkara dengan pandangan yang cerdas dan bijaksana. Bukan dengan pandangan yang emosional atau tanpa perhitungan. Dengan demikian, ini merupakan fase yang sangat istimewa dalam kehidupan seseorang serta menentukan regulitas seseorang saat masa tua kelak.¹⁶ Sebagai seorang remaja islam perlu untuk berbenah diri dalam menghadapi masa depan, karena sifat atau karakter yang dimiliki harus mampu menghadapi berbagai cobaan yang akan datang. Maka pada era milenial ini kita memerlukan semangat kembali dengan pedoman kitab Al-Qur'an.

Dari permasalahan di atas, penulis tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai masalah *Quarter Life Crisis* dalam Al-Qur'an dengan fokus menggunakan kitab Tafsir Al-Misbah dan pemikiran Quraish Shihab guna untuk menemukan penafsiran yang relevan dengan masa kini. Pada penelitian ini alasan penulis memilih tafsir Al-Misbah pertama, Quraish Shihab dipandang sebagai

¹⁴ Saila Rahmatika, *Konsep Self Healing dalam AlQur'an, Skripsi*, (Malang: UIN, 2023), 5.

¹⁵ Akta Ririn Aristawati, dkk, *Emotional Intelligence dan Stress ...* 1037.

¹⁶ Yuslianur, *Konsep Umur Milenial ...* 14-15.

ulama objektif dalam menafsirkan ayat. Kedua, kitab tafsirnya mengkaji ayat-ayat Al-Qur'an secara komprehensif dan mencakup berbagai aspek yang dibutuhkan oleh masyarakat. Agar pembahasan tidak meluas, penulis membatasi kajian ini tidak membahas seluruh aspek *Quarter Life Crisis* secara teori psikologi maupun tafsir dari ulama lain, melainkan hanya menyoroti ayat-ayat yang memiliki keterkaitan dengan kondisi krisis yang dialami oleh individu usia dewasa awal dan bagaimana relevansi penafsiran dari tafsir Al-Misbah dengan realitas generasi muda masa kini. Selanjutnya disusun dalam sebuah bentuk skripsi yang berjudul **“*Quarter Life Crisis* dalam Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang tersebut, maka yang menjadi pokok permasalahan dalam penulisan ini sebagai berikut :

1. Bagaimana penafsiran ayat-ayat tentang *Quarter Life Crisis* menurut Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Misbah?
2. Bagaimana relevansi penafsiran ayat-ayat dengan *Quarter Life Crisis* di era masa kini?

C. Tujuan Penelitian

Suatu penelitian pasti mempunyai tujuan yang akan dicapai, berdasarkan permasalahan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui ayat-ayat tentang *Quarter Life Crisis* dalam Al-Qur'an menggunakan Tafsir Al-Misbah.

2. Menjelaskan penafsiran ayat-ayat tentang *Quarter Life Crisis* dalam Al-Qur'an menurut M. Quraish Shihab menggunakan Tafsir Al-Misbah.
3. Untuk mengetahui relevansi penafsiran Quraish Shihab mengenai ayat-ayat tersebut dengan masalah *Quarter Life Crisis* pada masa sekarang.

D. Signifikansi Penelitian

1. Secara Teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan zaman, serta dapat menambah khazanah keilmuan agama islam sesuai dengan ayat Al-Qur'an, serta membuka pengetahuan baru bagi penulis dalam hal studi tafsir dan keislaman.
2. Secara Praktis, penelitian ini diharapkan mampu untuk memberikan manfaat dalam menghadapi masa *Quarter Life Crisis* melalui ayat Al-Qur'an dan diharapkan dapat membantu Masyarakat untuk mengamalkan kebaikan dan menghindari dampak buruk dari *Quarter Life Crisis* serta menambah motivasi kepada orang lain untuk tetap menjaga ajaran sesuai dengan Al-Qur'an sehingga dapat menjaga dan membawa kemaslahatan Bersama untuk kehidupan dunia dan akhirat.

E. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman terhadap penelitian ini, sesuai dengan judul “ *Quarter Life Crisis* menurut tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab“ maka penulis perlu menegaskan beberapa istilah dari judul tersebut, yaitu sebagai berikut :

1. *Quarter Life Crisis*

Quarter Life Crisis merupakan sebuah fase perkembangan psikologis yang ada pada usia 20-an tahun yaitu masa transisi antara fase remaja ke fase dewasa awal.¹⁷ Dalam penelitian ini, penulis menggunakan beberapa term dalam Al-Qur'an yang memiliki keterkaitan makna dengan fenomena *Quarter Life Crisis*, seperti *khawf* (takut), *halu'an*, *kabad*, *yahzan*, *dhayiq*. Pemilihan term-term tersebut didasarkan pada karakteristik dan definisi *Quarter Life Crisis* itu sendiri, guna untuk memudahkan penelusuran ayat-ayat yang relevan dengan permasalahan yang di kaji.

2. Tafsir Al-Misbah

Menurut bahasa adalah keterangan atau penjelasan. Secara istilah tafsir adalah penjelasan atau pengungkapan makna ayat-ayat Al-Qur'an yang sesuai dengan batas kemampuan manusia dalam berfikir, baik penjelasan dari hikmah, hukum dan yang lainnya dengan ilmu-ilmu yang lain.¹⁸ Al-Misbah adalah kitab tafsir kontemporer karya dari salah satu mufassir Indonesia yaitu M. Quraish Shihab. Kitab tafsir ini terdiri dari 15 Juz yang cenderung bercorak sastra budaya dan kemasyarakatan (adabi al-ijtima'i) yakni corak yang berusaha memahami nash-nash Al-Quran dengan mengungkapkan ungkapan yang ada dalam Al-Qur'an secara teliti. Tafsir Al-Misbah merupakan objek dari penelitian ini. Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis membatasi dan memfokuskan ayat-ayat yang

¹⁷ Gerhana Nurhayati Putri, *Quarter Life Crisis ... 2*.

¹⁸ Abd. Muin Salim, MA, *Metodologi Ilmu Tafsir* (Yogyakarta: Teras, 2005), 7.

berkaitan dengan *Quarter Life Crisis* pada Q.S.Al-Baqarah Ayat 155, Al-Ma'arij Ayat 19, Al-Baqarah Ayat 216, Al-Imran Ayat 139, Al-Balad Ayat 4, At-Taubah Ayat 51, Al-Insyirah ayat 5-6.

F. Penelitian Terdahulu

Adapun peneliti telah melakukan pengamatan terhadap penelitian terdahulu, berikut beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini, yaitu :

1. Skripsi yang berjudul, "*Konsep tawakkal dalam tasawuf sebagai psikoterapi Quarter Life Crisis*", Universitas Islam Negeri (UIN) Surabaya, oleh Asmaul Asrofi, 2022. Metode yang digunakan adalah kajian kepustakaan, penelitian ini menggambarkan konsep pemikiran para tokoh sufi tentang tawakkal serta pemikiran Robinshon dan Santrock tentang *Quarter Life Crisis*, kemudian penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep tawakkal dalam tasawuf sebagai psikoterapi terhadap *Quarter Life Crisis*.

Adapun perbedaan pada penelitian ini dengan penulis adalah penelitian ini menggunakan konsep tawakkal dalam ilmu tasawuf oleh para sufi tentang *Quarter Life Crisis*, sedangkan kajian penulis membahas *Quarter Life Crisis* dalam Al-Qur'an menggunakan tafsir Al-Misbah dan bagaimana relevansinya.

2. Skripsi yang berjudul, "*Kontekstualisasi Quarter Life Crisis dalam pembinaan remaja perspektif Al-Qur'an*", Universitas Islam Negeri (UIN) Riau, oleh Yosi Amelia Nasution, 2023. Metode yang digunakan adalah

kajian kepustakaan, dalam penelitian ini menggunakan kitab tafsir klasik dan kitab tafsir modern. Kitab tafsir klasik yang digunakan yaitu tafsir Ath Thabari karya Abu Ja'far Muhammad dan kitab tafsir modern yaitu tafsir Al-Munir, tafsir Al-Misbah, dan tafsir Kementerian Agama. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap penafsiran ayat-ayat yang berkaitan dengan *Quarter Life Crisis* menurut para mufassir dan kontekstualisasi *Quarter Life Crisis* dalam pembinaan remaja menurut Al-Qur'an.

Adapun perbedaan pada penelitian ini dengan penulis adalah penelitian ini mengarah kepada pembinaan remaja dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* menggunakan beberapa kitab tafsir, dengan tujuan untuk menerapkan konsep *Quarter Life Crisis* dalam pembinaan remaja, sedangkan kajian penulis fokus membahas tentang *Quarter Life Crisis* serta menganalisis makna kata-kata dalam Al-Qur'an yang relevan dengan *Quarter Life Crisis* menggunakan pendekatan semantik dan hanya menggunakan tafsir Al-Misbah.

3. Skripsi yang berjudul, "*Nilai bimbingan islam untuk menghadapi Quarter Life Crisis dalam buku jika kita tak pernah jadi apa-apa karya Alvi Syahrin*", Universitas Islam Negeri (UIN) Surabaya, oleh Ayu Alvi Syahrina, 2023. Metode penelitian yang digunakan adalah kajian kepustakaan, Dalam penelitian ini membahas konsep bimbingan islam dalam buku jika tak pernah menjadi apa-apa dan gejala *Quarter Life Crisis* dalam buku tersebut.

Adapun perbedaan pada penelitian ini dengan penulis adalah penelitian ini bertujuan membentuk nilai bimbingan islam dalam kehidupan serta meningkatkan kualitas diri dalam menghadapi *Quarter Life Crisis*, sedangkan kajian penulis adalah membahas tentang *Quarter Life Crisis* dengan menggunakan tafsir Al-Misbah.

4. Skripsi yang berjudul “*Solusi Al-Qur’an Menghadapi Kecemasan pada Fase Quarter Life Crisis Perspektif Tafsir As-Sa’adi*”, Universitas Islam Negeri (UIN) Medan, oleh Nur Arsina Aginta, 2023. Metode penelitian yang digunakan adalah kajian kepustakaan, Dalam penelitian ini membahas tentang menghadapi kecemasan pada fase *Quarter Life Crisis* perspektif Tafsir As-Sa’adi.

Adapun perbedaan pada penelitian ini dengan penulis adalah penelitian ini menganalisis Solusi Al-Qur’an menghadapi kecemasan fase *Quarter Life Crisis* perspektif Tafsir As-Sa’adi, sedangkan kajian penulis fokus membahas *Quarter Life Crisis* dalam Al-Qur’an dengan menggunakan penafsiran Tafsir Al-Misbah.

5. Skripsi yang berjudul “*Konsep Umur Milenial Menurut Para Mufassir*”, Universitas Islam Negeri (UIN) Pekanbaru, oleh Yuslianur, 2019. Metode penelitian yang digunakan adalah kajian kepustakaan. Dalam penelitian ini membahas tentang konsep umur milenial oleh para mufassir agar menggunakan umur dengan sebaik-baiknya.

Adapun perbedaan pada penelitian ini dengan penulis adalah penelitian ini membahas tentang konsep umur generasi milenial oleh para mufassir, sedangkan kajian penulis adalah membahas tentang *Quarter Life Crisis* menggunakan tafsir Al-Misbah.

G. Metode Penelitian

Metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.¹⁹ Sedangkan manfaat dari metode penelitian yang jelas pada penelitian yang berbasis Al-Qur'an adalah agar dapat lebih mudah dalam memahami Al-Qur'an bagi orang-orang yang ingin memahami kandungan dari Al-Qur'an. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Jenis Penelitian

Peneliti menggunakan jenis penelitian kepustakaan (*Library Research*). Yakni jenis penelitian yang berhubungan dengan metode pengumpulan, membaca serta mengelola hasil penelitian. Lebih detailnya, penelitian ini akan mengumpulkan sumber-sumber data dari kitab Tafsir Al-Misbah untuk menjelaskan penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an tentang *Quarter Life Crisis* serta relevansinya di era masa kini, dan ditambah dengan referensi lainnya yang berhubungan dengan penelitian ini.

¹⁹ A. Muri Yusuf, M.Pd, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*, penerbit Kencana (Jakarta: Januari, 2017), 255.

2. Data dan Sumber Data

Data adalah bahan baku informasi untuk memberikan gambaran spesifik terhadap objek penelitian. Pada penelitian kualitatif, bentuk data berupa kalimat atau dari subjek penelitian. Adapun data primer, yang berkaitan langsung dengan objek utama dalam penelitian ini, yakni *Quarter Life Crisis* dalam Tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab.

Berdasarkan jenis penelitian yang digunakan adalah *library research*, maka sumber data yang penulis gunakan dalam penelitian ini berasal dari buku dan kitab tafsir yang berhubungan dengan tema penelitian ini. Adapun sumber pengumpulan data terbagi menjadi dua, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder:

a. Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data yang dijadikan rujukan sebagai sumber data pertama dalam penelitian. Dalam sumber data ini diambil dari penafsiran kitab tafsir karya M. Quraish Shihab yaitu, tafsir Al-Misbah.

b. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini adalah literatur-literatur yang berhubungan dengan *Quarter Life Crisis* dan pemikiran Quraish Shihab baik berbentuk buku, jurnal, atau artikel ilmiah dan beberapa artikel ilmiah yang menunjang kelengkapan dalam penelitian ini.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik dokumentatif. Teknik dokumentatif adalah salah satu cara untuk mengumpulkan data dengan cara menelaah sumber tertulis, baik berupa buku, laporan atau data-data informasi yang yang diperlukan dalam penelitian.²⁰ Pengambilan data pada data primer, yaitu diambil dari penafsiran kitab karya M. Quraish Shihab, tafsir Al-Misbah. Sedangkan, pengumpulan data pada data sumber sekunder mengumpulkan data dari beberapa dokumen yang berupa buku, jurnal dan segala yang berkaitan dengan penelitian ini.

4. Teknik Analisis Data

Analisis akan dilakukan oleh peneliti setelah data-data yang dibutuhkan peneliti terkumpul semuanya, baik data primer maupun sekunder. Dalam penelitian ini Teknik data yang digunakan adalah :

- a. Analisis deskriptif²¹, digunakan untuk menjelaskan suatu penafsiran atau pemikiran. Teknik ini digunakan untuk mendeskripsikan jawaban dari permasalahan penelitian ini yaitu *Quarter Life Crisis* dalam Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab.

Peneliti menggunakan pendekatan tematik dan semantik untuk menelusuri ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan fenomena *Quarter Life Crisis*,

²⁰ H. Rifa'i Abubakar, M.A, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Press Uin Sunan Kalijaga,2021), 114.

²¹ Andy Alfatih, *Pedoman Mudah Melaksanakan Penelitian Deskriptif Kualitatif*, (Palembang: Unsri Press, 2017), 1-2.

seperti krisis identitas, kegalauan hidup, dan kecemasan masa depan. Selanjutnya, peneliti menganalisis bagaimana Quraish Shihab menafsirkan ayat-ayat tersebut. Selain itu penelitian ini menggunakan pendekatan semantik untuk menganalisis makna kata kunci dalam ayat-ayat tersebut, seperti kata *halū'an*, *kabad*, *khawf*, *yaḥzan*, dan *ḍhayyiq*. peneliti tidak hanya menjelaskan makna ayat, tetapi juga mengaitkannya dengan kondisi sosial dan psikologis generasi muda, sehingga analisis yang dihasilkan bersifat relevan dengan persoalan kehidupan generasi muda masa kini.

H. Sistematika Penulisan

Untuk memperoleh penelitian yang terarah dan sistematis. Dalam penulisan ini, penulis akan menjelaskan sistematika penelitian, sebagai berikut :

Bab I Pendahuluan, diawali dengan dengan pendahuluan yang memuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, dan sistematikan penulisan.

Bab II Quarter Life Crisis, berisi tentang landasan teori tentang *Quarter Life Crisis*, pengertian *Quarter Life Crisis*, Fase-fase *Quarter Life Crisis*, Faktor-faktor *Quarter Life Crisis*, ciri-ciri *Quarter Life Crisis*, Dampak *Quarter Life Crisis*, Cara Mengatasi *Quarter Life Crisis*, *Quarter Life Crisis* dalam Perspektif Islam, *Quarter Life Crisis* menurut M. Quraish Shihab, dan *Term Quarter Life Crisis* dalam Al-Qur'an.

Bab III Riwayat Hidup M. Quraish Shihab, berisi tentang deskripsi umum mengenai kitab tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab serta biografi mufassir.

Bab IV Hasil dan Pembahasan, bab ini merupakan bab inti yaitu memuat tentang paparan dan analisis tentang *Quarter Life Crisis* dalam Tafsir Al-Misbah dan relevansi penafsiran ayat-ayat *Quarter Life Crisis* di era masa kini.

Bab V Penutup, yang terdiri dari kesimpulan dan saran. Kesimpulan merupakan jawaban dari permasalahan yang diteliti. Adapun saran ditetapkan sebagai motivasi dari penulis bagi subjek yang telah diteliti atau bagi pihak lain yang ingin melakukan penelitian serupa dikemudian hari.