

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia terus berkembang dan mengalami perubahan (*change over time*) ke arah yang positif, menjadi hamba Allah yang bertaqwa dan husnul khatimah di akhir kehidupan masing-masing. Seseorang yang mampu menjalani setiap tahapan kehidupan biasanya mampu menjalani tahapan kehidupan selanjutnya, karena telah mampu menyelesaikan tugas perkembangan dan sekaligus selesai menghadapi hambatan dalam tugas-tugas perkembangan.¹ Black Allison yang memaparkan tentang beberapa pengalaman seseorang, yakni pada usia 18-29 tahun, untuk mengidentifikasi *stressor* yang biasa terjadi pada mahasiswa. Penelitian ini juga menerangkan hasil, adalah adanya respon emotional yang muncul selama fase *quarter life crisis* yang terjadi pada individu adalah bimbang, cemas, frustrasi, gelisah pada mahasiswa.² Perkembangan pada usia tersebut yaitu dewasa awal, mahasiswa akan mengalami masa perubahan dari remaja ke dewasa, di mana mahasiswa sudah mulai mengeksplor diri, menyelesaikan masalahnya sendiri, mampu bertahan hidup dan membangun relasi. Pada sebagian individu yang tidak mampu mengatasi tantangan dan perubahan yang terjadi

¹ Miftahul Jannah, Siti Rozaina Kamsani, Nurhazlina Mohd. Ariffin, "Perkembangan Usia Dewasa : Tugas Dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai," Bunayya : *Jurnal Pendidikan Anak* vol. 7, no. 2 (2021): 114, h. 117

² Afnan Afnan, Rahmi Fauzia, Meydisa Utami, Tanau, Hubungan Efikasi Diri dengan Stress Pada Mahasiswa yang Berada Dalam Fase *Quarter Life Crisis*, *Jurnal Kognisia*, Vol. 3 Nomor 1, Februari 2020, h. 24

pada masa ini, muncul krisis emosional dalam diri. Krisis emosional yang terjadi membuat individu dapat mengalami fenomena *quarter life crisis*.³

Menyambut masa dewasa ini tuntutan serta tekanan bagi individu justru bertambah dan bermacam-macam. Persoalan yang sering dialami mahasiswa tingkat akhir meliputi keraguan untuk menghadapi realitas dengan ketidakstabilan perubahan yang terus-menerus terjadi bahkan individu memungkinkan berpikir secara berlebihan mengenai apa yang terjadi dihidupnya. Ada kecemasan dan ketakutan akan masa depan yang mungkin dihadapi. Bahkan seringkali pilihan yang telah diambil menjadi sebuah keraguan besar dan munculnya perasaan tidak menentu, tidak bisa membuat keputusan berdasarkan realita sehingga kebingungan menentukan pilihan masa depannya.⁴

Menurut Robbins dan Wilner, *quarter life crisis* dikatakan sebagai sebuah krisis dikarenakan pada masa ini seorang individu berada dalam keadaan yang belum siap, selain itu dikarenakan ada banyaknya tuntutan dan pilihan yang diberikan oleh lingkungan yang kemudian memunculkan rasa bingung, ragu, cemas terhadap hidup dan masa depan, serta rasa takut akan kegagalan juga sangat tinggi. Di masa ini seorang individu menemukan banyak perubahan dalam hidupnya dan seorang dewasa muda

³ Naimi Syifa Urrahma, Sri Wahyuni, Wasisto Utomo, Hubungan Tingkat Spiritual dengan Kejadian Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir, *Jurnal Kesehatan Komunitas* Vol. 8 Nomor 3, 2022), h. 391

⁴ Jean Michelle Madeline Sallata and Arthur Huwae, “Resiliensi Dan Quarter Life-Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir,” *Jurnal Cakrawala Ilmiah* Vol.2, No., no. 5 (2023): 1–22, h.143

dituntut untuk mengikuti tuntutan yang ada di masyarakat meskipun tuntutan tersebut bertentangan dengan keinginan yang ingin dicapai.⁵

Santrock menjelaskan rentang usia masa dewasa awal berkisar dari usia 18 tahun hingga 25 tahun. Berdasarkan penjelasan teori perkembangan psikososial, masa dewasa awal dimulai dari usia 20 sampai 30 tahun. Menurut Hurlock tugas perkembangan masa dewasa awal meliputi mendapatkan suatu pekerjaan, memilih seseorang yang dijadikan pasangan hidup, mulai belajar hidup bersama dengan suami atau istri dalam membentuk suatu keluarga, mengelola rumah tangga, membesarkan anak, menerima tanggung jawab sebagai warga negara, serta mulai bergabung dalam suatu kelompok sosial.⁶ *Self Esteem* (harga diri) merupakan salah satu elemen penting bagi pembentukan konsep diri seseorang, dan akan berdampak luas pada sikap dan perilaku. Menurut pandangan Rosenberg, dua hal yang berperan dalam pembentukan harga-diri (*self-esteem*), yaitu *reflected appraisals* dan komparasi sosial (*social comparisons*). Mereka yang memiliki harga-diri (*self-esteem*) rendah diduga memiliki kecenderungan menjadi rentan terhadap depresi, penggunaan narkoba, dan dekat dengan kekerasan. Harga-diri (*self-esteem*) yang tinggi membantu meningkatkan inisiatif, resiliensi dan perasaan puas pada diri seseorang. Terlihat bahwa harga-diri (*self-esteem*) yang tinggi mencerminkan kondisi pribadi positif, yang akan memunculkan sikap yang baik dalam berinteraksi

⁵ Karpika I Puti and Segel Ni Wayan Widiyani, "Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia," *Jurnal Pendidikan* vol. 22, no. 2 (2021): 513–27, <https://doi.org/10.5281/zenodo.5550458>.

⁶ Rahma Adellia and Sheilla Varadhila, "Dinamika Permasalahan Psikososial Masa," (Psikosains: *Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi* Vol. 18, No. 1, Februari 2023), h. 31

dengan orang lain. Seseorang dengan harga diri (*self-esteem*) tinggi dikatakan memiliki resiliensi yang tinggi, yaitu memiliki kemampuan untuk bangkit kembali, dengan cara mengatasi tekanan yang dialami.⁷

Baron dan Byrne menyatakan *self esteem* sebagai penilaian terhadap diri sendiri yang dibuat individu dan dipengaruhi oleh karakteristik yang dimiliki oleh orang lain dalam menjadi pembanding. Sedangkan Stuart dan Sundeen, mengatakan bahwa harga diri (*self-esteem*) adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal dirinya. Dapat diartikan bahwa harga diri menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga, dan kompeten.⁸

Bahwa individu dengan *self esteem* rendah menunjukkan perilaku berbeda dengan individu yang memiliki *self esteem* tinggi. Individu dengan *self esteem* rendah cenderung merasa terasing, merasa tidak disayangi, tidak dapat mengekspresikan diri dan terlalu lemah untuk mengatasi kekurangan yang dimiliki.⁹ Dalam mengatasi masalah *quarter-life crisis*, Islam memiliki konsep untuk menumbuhkan atau meningkatkan kepercayaan diri dalam rangka menjawab tantangan *quarter life crisis* tersebut. Bahwa dalam al-Qur'an (Q.S Fusshilat: 30) disebutkan bahwa kepercayaan diri yang berupa

⁷ Srisayekti, Wilis, Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar, *Jurnal Psikologi* vol. 42, no. 2, Agustus 2015, h. 143

⁸ Ns. Muhammad Suhron S. Kep., M. Kes, *Terapi dan Asuhan Keperawatan Konsep Diri*. (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2017) h. 29

⁹ Samuel Elfranata, Damask Jordhi Daud, Yeni Yeni, Nova Pratiwi, Eka Meliyani, Ervin Ervin, Heleri Kasidi Mecang JEID: Pengaruh *Self Esteem* dan *Self Efficacy* Terhadap Kesiapan Kerja Siswa SMK Negeri di Kecamatan Pontianak Utara, *Journal of Educational Integration and Development* Volume 2, Nomor 4, 2022, h. 263

perasaan tentram, nyaman, bahagia dan tidak khawatir akan kehidupan masa depan, akan datang kepada orang-orang yang beriman kepada Allah swt. Seperti dalam penggalan ayat berikut ini.

لِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَنْزِيلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا
بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ

Artinya: "Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): "Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu". (Fushshilat 30)

Ayat di atas menjelaskan bahwa orang-orang yang mengakui bahwa Tuhan Yang Maha Esa adalah satu-satunya yang menciptakan, memelihara, menjaga kelangsungan hidup, memberi rezeki, dan berhak disembah, dan yang tetap teguh dalam pendiriannya itu, maka para malaikat akan turun untuk mendampingi mereka pada saat-saat diperlukan. Para malaikat akan menjadi teman mereka dan berkata, "Janganlah kamu merasa takut menghadapi masa datang, dan janganlah kamu bersedih hati dan

bergembiralah kamu dengan memperoleh surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu melalui Rasul-Nya” tafsir ini terdapat dari tafsir Quraish Shihab¹⁰

Selain itu di jelaskan dalam al-Qur'an yang berkenaan dengan cara menjaga harga diri, seperti terdapat surah al-Anfal 6:1. Firman Allah SWT:

يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْأَنْفَالِ ۖ قُلِ الْأَنْفَالُ لِلَّهِ وَالرَّسُولِ ۚ فَاتَّقُوا اللَّهَ وَأَصْلِحُوا ذَاتَ بَيْنِكُمْ ۚ وَأَطِيعُوا

اللَّهِ وَرَسُولَهُ إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: *Bertaqwalah kamu kepada Allah dan perbaikilah keadaan perhubungan di antara kamu, serta taatlah kepada Allah dan rasul-Nya, jika betul kamu orang-orang yang beriman.* (al-Anfal 6:1)

Ayat di atas menjelaskan tentang persoalan harta rampasan perang yang diperoleh kaum Muslimin setelah usainya Perang Badar Kubra. Perang ini berakhir dengan kemenangan kaum Muslimin. Mereka memperoleh harta rampasan perang yang banyak. Al-Anfal (al-Ganimah) ialah segala macam harta yang diperoleh kaum Muslimin dari musuh dalam medan pertempuran. Harta rampasan perang ini dinamakan al-Anfal (bentuk jamak dari Nafal) karena harta-harta ini menjadi harta kekayaan kaum Muslimin. Setelah kaum Muslimin memperoleh harta rampasan perang itu, terjadilah perselisihan pendapat di antara mereka yang ikut berperang. Perselisihan itu

¹⁰ Shihab, M, Quraish. 2009. Tafsir Al Mishbah: pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an. Jakarta: Lentera Hati

mengenai cara-cara pembagiannya, dan pihak-pihak manakah yang berhak mendapatkan. Tafsir ini dijelaskan oleh tafsir Tahlili.¹¹

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dr. Oliver Robinson dari University of Greenwich, dalam penelitian ini 86% dari 1.100 partisipan yang mengikuti penelitian merasa bahwa dirinya berada dalam di bawah tekanan untuk berhasil dalam hubungan, keuangan, dan pekerjaan sebelum mencapai usia 30 tahun.¹² Pada hari Selasa, 09 Jan 2024 19:05 WIB melalui detikjatim.com, di beritakan terdapat Seorang mahasiswa nekat bunuh diri dengan menceburkan diri di aliran sungai Brantas. Belakangan diketahui pemicu korban berinisial MAS (24), warga Kepanjen, Kabupaten Malang, bunuh diri karena depresi "Dari keterangan keluarga diketahui korban diduga mengalami depresi. Karena skripsi yang tidak bisa diselesaikan,". Gandha menyebut korban tercatat sebagai mahasiswa semester 9 di salah satu perguruan tinggi negeri di Malang. Belum dapat menyelesaikan bangku kuliah diduga mendorong korban bunuh diri.¹³

Menurut Riewanto dalam Agus Mujianto krisis yang dialami mahasiswa tingkat akhir disebabkan berbagai hambatan seperti mencari judul skripsi, keuangan yang terbatas, kecemasan dalam menghadapi dosen pembimbing, revisi berulang kali serta tuntutan untuk wisuda, kecemasan masalah karir dan tuntutan lainnya. Mahasiswa tingkat akhir seringkali mengalami berbagai macam perasaan negatif serta kebingungan, kesedihan,

¹¹ Kementrian Agama, Al-Qur'an (al-Anfal 6:1)

¹²Rani, (2022), *Quarter Life Crisis: Sebuah Tahap Menuju Kedewasaan*.
<https://psychology.binus.ac.id/2022/11/29/quarter-life-crisis-sebuah-tahap-menuju-kedewasaan/>

¹³ Detikjatim.com, "Motif Mahasiswa Malang Bunuh Diri gegara Depresi Skripsi Tak Selesai" selengkapnya <https://www.detik.com/jatim/berita/d-7132997/motif-mahasiswa-malang-bunuh-diri-gegara-depresi-skripsi-tak-selesai>, diakses pada tanggal Selasa, 09 Jan 2024 19:05 WIB

rasa bersalah, kemarahan pada diri sendiri maupun kondisi yang dialaminya, merasa tertekan serta kehilangan harapan akan masa depannya.

Fenomena ini terjadi pada mahasiswa tingkat akhir 'adalah fase yang sering dialami oleh seseorang individu di usia 20an, adanya merasa kekhawatiran terkait apa yang akan dilakukan setelah lulus, kecemasan, putus asa, tekanan akademis, dan merasa tidak yakin apa yang terjadi pada masa depannya seorang individu. Salah satu mahasiswa tingkat akhir yang berinisial AP seringkali merasa diri tidak layak dan merasa tidak puas tentang bagaimana ia dapat menjadi berguna bagi orang tua, keluarga, serta merasa cemas, bingung dalam menghadapi bimbingan skripsi serta khawatir dalam kurun waktu belum menyelesaikan seminar proposal. Kondisi lainnya dari inisial AJ merasa khawatir karena skripsi yang dikerjakan tidak kunjung selesai dalam kurun waktu, menjelang kelulusan dari hal tersebut membuat dirinya putus asa, cemas, merasa dirinya tidak berguna dengan membandingkan dirinya dengan orang yang sudah lulus sarjana.

Peneliti memilih Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam bonjol sebagai responden penelitian karena bertepatan dengan kelulusan dan tugas akhir yang seringkali membuat mahasiswa tertekan, seperti yang dikatakan Fischer dalam Agus Mujianto masa transisi dari dunia akademis menuju dunia nyata sehingga individu sangat rentan mengalami *quarter life crisis*. Perubahan kehidupan seperti masa transisi serta penekanan pada keberhasilan akademik dan karir dapat beresiko menimbulkan kecemasan hingga episode krisis yang diakibatkan oleh perasaan tidak punya harapan, kelelahan mental, sedih hingga depresi

yang dihadapi. Mahasiswa tingkat akhir tidak memperhatikan nilai nilai dirinya terdahulu sehingga terkadang merasa dirinya tidak berarti dalam kehidupan dan dirinya merasa rendah atau tidak berguna sehingga membandingkan dirinya ke orang lain yang sudah lulus sarjana, hal itu lah muncul nya *quarter esteem* yang negatif pada diri sendiri. Jadi, mahasiswa membutuhkan dukungan sosial dan psikologi supaya ada kontribusi dalam hidup merasa dihargai, dianggap, dan percaya diri

Penyebab fenomena yang terjadi pada mahasiswa tingkat akhir ini adalah mahasiswa yang memiliki *self esteem* rendah rentan mengalami *quarter life crisis*, karena seseorang individu merasa tidak pasti dengan ekspektasi pribadi maupun sosial, cenderung merasa kewalahan, tuntutan hidup, serta takut kegagalan, seperti halnya kasus fenomena mahasiswa yang hampir pasrah dengan kehidupannya dan merasa beban orang tua karena mengalami depresi dalam mengerjakan skripsi karena tak kunjung selesai. *Self esteem* tinggi bisa membuat para mahasiswa menjadi mampu pada keyakinan diri seorang individu, berani menghadapi kritikan & percaya diri.

Keterkaitan *self-esteem* dengan *quarter-life crisis* sangat penting untuk dipahami. Mahasiswa dengan tingkat harga diri yang tinggi lebih mampu menghadapi tantangan, sementara mahasiswa tingkat akhir yang mengalami krisis mungkin merasa terjebak, merasa tidak layak, tidak puas dan tidak berdaya, hal itulah bisa menurunkan *self esteem*. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan menganalisis fenomena ini di kalangan mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu

Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang, memberikan wawasan yang lebih dalam tentang bagaimana kedua faktor ini saling memengaruhi dan bagaimana dukungan sosial serta intervensi dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi tantangan ini.

Harapannya dengan adanya penelitian yang berjudul **“Hubungan *Self Esteem* dengan *Quarter life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Imam Bonjol Padang”** ini dapat menginformasikan pentingnya *Self esteem* dalam menghadapi *quarter life crisis*. Dengan memahami hubungan ini diharapkan dapat ditemukan strategi yang efektif untuk membantu mahasiswa mengatasi tantangan yang mereka hadapi. Manfaat dari penelitian ini dapat memberi wawasan yang berharga bagi pihak universitas dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan yang akan diangkat dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan *self esteem* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir?”

B. Rumusan dan Batasan Masalah

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas dapat dirumuskan permasalahan penelitian, Berdasarkan latar belakang masalah di atas yang telah diuraikan sebelumnya, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan *self esteem* dan *quarter life crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang ?”

2. Batasan Masalah

Banyaknya permasalahan yang ada, agar peneliti lebih terfokus serta memperoleh hasil yang sesuai dengan yang diharapkan maka perlu dibatasi masalah yang akan diteliti.

1. Kategorisasi *Self esteem* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang.
2. Kategorisasi *Quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang.
3. Uji hubungan *Self esteem* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir UIN Imam Bonjol Padang.

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self esteem* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang. Berdasarkan permasalahan penelitian yang ada maka tujuan penelitian ini ialah untuk:

1. Kategorisasi *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang
2. Kategorisasi tingkat *self esteem* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang.
3. Menguji signifikan hubungan *self esteem* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang.

2. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Secara Praktis

1. Diharapkan untuk dapat mengembangkan teori-teori yang bersangkutan dengan ilmu bimbingan konseling, terutama tentang bagaimana mahasiswa meningkatkan *self esteem* yang menghadapi *quarter life crisis*
2. Untuk melengkapi syarat-syarat mendapat gelar sarjana pada Bimbingan dan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah UIN Imam Bonjol Padang.

b. Secara Akademis

1. Untuk memberi masukan kepada pembaca khususnya mahasiswa agar bisa memahami tentang *quarter life crisis* dan *self esteem*
2. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sebuah masukan dan pemahaman serta dapat menjadi tambahan ilmu bagi para konselor, mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) dalam memahami klien.

D. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan aspek penelitian yang memberikan informasi tentang bagaimana caranya mengukur variabel.

Penelitian ini menggunakan *self-esteem* dan *quarter life crisis* sebagai variabel utama.

1. *Self-Esteem*

Self-esteem didefinisikan sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri, mencakup sikap, kepercayaan diri, dan penerimaan diri. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Coopersmith *Self-Esteem*

Inventory (CSEI), yang telah divalidasi oleh expert judgment. Skala pengukuran yang digunakan adalah ordinal dengan rentang skor 1-4. Semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin tinggi tingkat *self-esteem* seseorang. Penentuan kategori menggunakan patokan 75% dari skor maksimum (rentang skor 26-78).

2. Quarter Life Crisis

Quarter life crisis merupakan fase perubahan emosional dan psikologis yang dialami individu pada usia transisi dari remaja ke dewasa (sekitar 21-28 tahun). Krisis ini melibatkan kebimbangan dalam pengambilan keputusan, perasaan terjebak, kecemasan, dan tekanan dalam hubungan interpersonal. Instrumen yang digunakan adalah Quarter Life Crisis Questionnaire (QLCQ) yang telah diuji validitasnya oleh expert judgment. Skala pengukuran juga bersifat ordinal (1-4). Semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin positif quarter life crisis yang dialami. Skor total berada dalam rentang 25-75, dengan kategori yang ditentukan berdasarkan 75% dari skor maksimum.

Tabel 1.1
Definisi Operasional

Variabel	Indikator	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
<i>Self Esteem</i>	1. Kekuasaan 2. Keberartian 3. Kebajikan 4. Kemampuan	<i>Self esteem</i> adalah penilaian diri yang dipengaruhi oleh sikap, interaksi, penghargaan, dan penerimaan orang lain terhadap individu. <i>self esteem</i> yang tinggi memiliki ciri-ciri seperti Memiliki kapasitas untuk menghadapi tantangan dan terbuka. Serta memiliki tujuan dalam hidupnya	Kuesioner Instrumen ini berdasarkan teori <i>Coopersmith self esteem Inventory</i> (CSEI) yang telah diuji oleh <i>expert judgement</i> .	Ordinal 1-4	semakin tinggi skornya, semakin tinggi tingkat <i>self esteem</i> . total (rentang 26-78), skala menggunakan patokan 75% dari skor maksimum
<i>Quarter Life Crisis</i>	1. Kebimbangan dalam pengambilan keputusan. 2. Perasaan putus asa menghadapi kegagalan 3. Penilaian diri yang negatif 4. Terjebak dalam situasi yang sulit 5. Perasaan cemas 6. Perasaan tertekan 7. khawatir terhadap relasi interpersonal	<i>Quarter life crisis</i> ini merupakan periode pergolakan emosional dan perasaan insecure setelah perubahan besar dari masa remaja menuju fase dewasa. Biasanya dimulai rentang usia 21-28 tahun.	Kuesioner, Instrumen ini berdasarkan teori <i>Quarter Life Crisis Questionnaire (QLCQ)</i> yang telah diuji oleh <i>expert judgement</i> .	Ordinal 1-4	Semakin tinggi skornya, semakin positif <i>quarter life crisis</i> , Skor total (rentang 25-75), skala menggunakan patokan 75% dari skor maksimum

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa yang dimaksudkan judul ini adalah mengkaji tentang “Hubungan *Self Esteem* Dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang.

E. Sistematika Penelitian

Untuk memudahkan dalam memahami skripsi ini, maka dalam beberapa bab tersebut yang terkait antara satu dengan yang lainnya. Adapun sistematika penulisan ini adalah sebagai berikut:

Bab I: Pendahuluan yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penjelasan istilah dan sistematika penulisan

Bab II: Dalam bab ini berisi landasan teoritis yang meliputi, *quarter life crisis*, pengertian *quarter life crisis*, Faktor faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis*, Fase fase *quarter life crisis*, aspek aspek *quarter life crisis*, *Self Esteem*, pengertian *self esteem*, aspek aspek *self esteem*, hubungan *self esteem* dan *quarter life crisis*, cara mengatasi *quarter life crisis*, kajian relevan, kerangka berpikir, hipotesis.

Bab III: Metodologi penelitian yang terdiri dari metode, jenis penelitian, tempat penelitian, populasi, sampel, definisi operasional, instrumen penelitian, pengujian instrumen, analisis data.

Bab IV: Berisikan tentang hasil penelitian pembahasan, yang terdiri dari persiapan penelitian, pelaksanaan penelitian, deskripsi data penelitian, analisis data, hasil penelitian yang meliputi *quarter life crisis*, hasil uji hipotesis, dan yang terakhir pembahasan.

Bab V: Bab ini berisi kesimpulan-kesimpulan yang diperoleh dari hasil pengolahan data dan penelitian. Selain itu, dalam bab ini juga berisi sar



UIN IMAM BONJOL
PADANG