

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia pada hakikatnya merupakan makhluk peralihan yang akan mengalami fase-fase perkembangan dalam siklus kehidupannya. Dimulai dari masa perkembangan kanak-kanak, remaja, dewasa, hingga lanjut usia. Pada setiap fase perkembangan tersebut memiliki tugas dan tanggung jawab tersendiri yang harus dipenuhi oleh individu. Masa transisi dari masa remaja ke dewasa merupakan salah satu fase yang dianggap penting dan menjadi perhatian. Menurut Papalia dan Feldman (2014) pada masa ini seseorang sudah mulai mengeksplorasi diri, mulai hidup terpisah dari orang tua dan mandiri, dan mulai mengembangkan sistem atau nilai-nilai yang sudah terinternalisasi sebelumnya. Setelah individu menyelesaikan tugas-tugas perkembangan pada masa remaja maka individu akan memasuki fase dewasa awal dengan tuntutan tanggung jawab yang lebih kompleks. Menghadapi hal tersebut, respon yang ditimbulkan individu akan berbeda-beda. Menurut Nash dan Murray (dalam Artiningsih & Savira, 2021) sebagian individu akan merasa senang, antusias dan tertantang, namun ada pula yang justru merasa cemas, khawatir, tertekan maupun hampa karena merasa belum cukup memiliki bekal atau persiapan. Kondisi munculnya respon yang berbeda-beda terhadap tantangan dan perubahan merupakan tahapan yang harus dilewati oleh setiap individu. Tahapan ini disebut dengan istilah *emerging adulthood* yang pertama kali dikenalkan oleh Arnett (dalam Santrock, 2012) periode atau fase diantara masa remaja dan dewasa yang terjadi di usia sekitar 18-29 tahun.

Masa dewasa awal ini ditandai dengan eksplorasi identitas, khususnya dalam relasi romantis dan pekerjaan, ketidakstabilan, terfokus pada diri, merasa seperti berada atau di peralihan, usia dengan berbagai kemungkinan (Arnett, dalam Santrock, 2012). Selain itu, masa dewasa awal merupakan waktu untuk membangun kemandirian pribadi dan ekonomi, mengejar pengembangan karier, memilih jodoh, belajar hidup dengan seseorang dengan

cara yang intim, memulai sebuah keluarga, serta membesarkan anak-anak (Santrock, 2018). Sementara itu menurut Atwood dan Scholtz (dalam Habibie et al., 2019) individu dituntut untuk bersaing dengan lebih baik agar dapat bertahan hidup, yang mengakibatkan dewasa muda menjadi stres dan merasa terbebani. Eksplorasi yang luas pada masa dewasa awal ini akan menghadapi individu pada banyaknya tantangan dan perubahan sehingga menimbulkan kebingungan dalam menentukan keputusan yang dirasa sesuai atau benar. Peristiwa timbulnya rasa tidak berdaya dalam menghadapi tantangan dan perubahan yang terjadi pada masa *emerging adulthood* yang kemudian menimbulkan krisis emosional atau respons yang negatif dari dalam diri individu dikenal dengan istilah *quarter life crisis*.

Krisis emosional yang terjadi pada individu di fase *quarter life crisis* meliputi perasaan tidak berdaya, merasa ragu atas kemampuan diri sendiri, terisolasi, dan cemas akan kegagalan di masa depan. Robbins dan Wilner (2001) menyatakan *quarter life crisis* merupakan fenomena yang dialami oleh individu sebagai respon terhadap munculnya ketidakstabilan, ragu akan kemampuan diri sendiri, takut akan kegagalan, terisolasi, perubahan yang terus-menerus, banyaknya pilihan, dan juga rasa panik akibat tidak berdaya. *Quarter life crisis* atau krisis seperempat kehidupan terjadi sebagai efek ataupun respon terhadap ketidakstabilan atas perubahan yang konstan, pilihan hidup yang banyak dan beragam yang menyebabkan individu tersebut rentan akan kecemasan (Robbins & Wilner, 2001). Adapun pendapat yang dinyatakan oleh Fischer (dalam Habibie et al., 2019) *quarter life crisis* merupakan perasaan khawatir yang hadir atas ketidakpastian kehidupan mendatang seputar relasi, karier, dan kehidupan sosial yang terjadi sekitar usia 18-29 tahun.

Robbins dan Wilner (2001) menyatakan terdapat 7 aspek seseorang dapat dikatakan mengalami *quarter life crisis*, yaitu perasaan bimbang dalam mengambil keputusan, penilaian diri yang negatif, perasaan terjebak, keputusasaan, cemas, tertekan, dan khawatir dengan hubungan interpersonal. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Washle (2018) ditemukan bahwa ketidakpuasan mengenai pekerjaan, stres, masalah percintaan dan kesehatan

mental menjadi faktor penting penyebab *quarter life crisis*. Memperhatikan fenomena *quarter life crisis* tersebut, telah dilakukan penelitian oleh LinkedIn dengan metodologi survei online pada tanggal 31 Oktober-3 November 2017 di antara 6.014 responden dalam rentang usia 25-33 tahun di seluruh Amerika Serikat, Inggris, India, dan Australia. Data ini menunjukkan 75% usia 25-33 tahun pernah mengalami *quarter life crisis*, dengan rata-rata usia 27 tahun.

Indonesia telah mengalami fenomena bonus demografi sejak tahun 2012. Berdasarkan analisis yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) puncak bonus demografi diperkirakan akan terjadi pada periode tahun 2020-2035. Hal ini ditunjukkan dengan jumlah penduduk Indonesia yang didominasi oleh penduduk usia produktif, sehingga jumlah tenaga kerja akan semakin meningkat. Kondisi ini berkaitan dengan mahasiswa dimana usia mahasiswa termasuk kedalam usia produktif. Dengan demikian, Mahasiswa merupakan sekelompok individu yang berada dalam rentang usia dewasa muda dan memiliki kemungkinan untuk mengalami *quarter life crisis* (Robbins & Wilner, 2001). Mahasiswa berkemungkinan untuk mengalami *quarter life crisis* didukung oleh pendapat Atwood dan Scholtz (dalam Habibie et al., 2019) yang menyatakan bahwa *quarter life crisis* merupakan sebuah fase perkembangan psikologis yang muncul di usia 18-29 tahun sebagai transisi antara fase remaja atau *adolescence* ke fase dewasa atau *adulthood*. Hal tersebut disadari menggambarkan adanya kekhawatiran atas ketidaksesuaian harapan mengenai dunia kerja yang kelak akan individu hadapi pada usia dua puluhan. Sebuah survei yang dilakukan GenSINDO mengenai *quarter life crisis* secara daring atau dalam jaringan pada tanggal 24-28 April 2020 dengan total 31 responden yang berusia 18-25 tahun, diketahui 95% berstatus mahasiswa dan sisanya adalah pekerja. Hasil survei menunjukkan beberapa hal yang menimbulkan kecemasan bagi responden ketika memasuki fase dewasa awal atau *emerging adulthood*, yakni karier, jodoh, pendidikan, persaingan global, dan kesehatan.

Mahasiswa tingkat akhir kerap mengalami krisis emosional karena kesulitan dalam menentukan keputusan seperti untuk melanjutkan pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi, memilih pekerjaan, waktu untuk menikah hingga

mulai memikirkan gaya hidup yang lebih baik. Mahasiswa tingkat akhir merupakan mahasiswa yang telah menyelesaikan seluruh mata kuliahnya dan sedang mengambil tugas akhir atau skripsi. Sementara itu skripsi merupakan gerbang terakhir yang umumnya dilalui oleh setiap mahasiswa yang sebelum akhirnya lulus dan menjadi sarjana.

Krisis emosional apabila tidak diatasi dapat menimbulkan stres, dan bahkan depresi. Sebagaimana yang dipaparkan dalam laman *kumparan.com* (2022), terdapat seorang mahasiswa di salah satu universitas di Jogja meninggal bunuh diri. Di dalam tas milik mahasiswa tersebut ditemukan sebuah surat yang diduga mengindikasikan pada kondisi psikologisnya yang tidak dalam kondisi baik. Dalam berita tersebut juga dinyatakan bahwa tidak sedikit mahasiswa yang dirundung cemas dan bingung karena belum adanya kesiapan menghadapi ritme kehidupan yang semakin sulit. Seperti yang diberitakan pada lama *news.detik.com* (2022), seorang mahasiswa diduga meninggal bunuh diri dan keterangan awal dari pihak keluarga bahwa korban memiliki beberapa masalah ekonomi yang sedang dihadapi.

Fenomena *quarter life crisis* juga terjadi pada kalangan mahasiswa di Kota Bekasi. Guna mendapatkan gambaran mengenai *quarter life crisis*, peneliti melakukan wawancara kepada sepuluh mahasiswa tingkat akhir di Kota Bekasi pada tanggal 2 September 2022 sampai dengan 15 September 2022 mengenai kebingungan dalam mengambil keputusan, penilaian diri yang negatif, perasaan terjebak, keputusasaan, cemas, tertekan, dan kekhawatiran terkait hubungan interpersonal. Berdasarkan wawancara yang telah dilaksanakan tersebut diperoleh hasil yang diperlihatkan dalam Tabel 1.1.

Tabel 1.1 Hasil Wawancara *Quarter Life Crisis*

No	Responden	Rangkuman Wawancara
1	AF	Responden mengatakan bahwa dirinya merasa tertekan karena kondisi kuliah yang akan lulus tidak tepat waktu. Meskipun hal tersebut adalah sebuah proses tetap saja

		<p>mendatangkan kecemasan terhadap karier karena keinginan dari diri sendiri agar segera mampu mandiri secara finansial dengan memiliki pekerjaan dengan upah yang besar.</p>
2	YS	<p>Responden mengaku mengalami stres dan lelah saat menjalani tugasnya sebagai mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir dan juga cemas karena keraguan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi dunia kerja. Hal tersebut juga terkait dengan jurusan kuliah tidak sesuai dengan pekerjaan yang diinginkannya</p>
3	SN	<p>Responden mengaku tertekan karena tuntutan orang tua agar ia dapat segera lulus kuliah dan mendapat pekerjaan yang baik. Ia mengaku sudah memiliki gambaran tentang jenis pekerjaan yang ingin ditekuni, beliau pun telah mengikuti beberapa seminar yang sesuai dengan jurusannya, namun masih merasa tidak yakin apakah yang dilakukannya sudah cukup untuk bersaing dalam persaingan dunia karir.</p>
4	AJ	<p>Responden mengaku merasakan kecemasan dalam mendapatkan pekerjaan. Karena menurutnya mendapatkan pekerjaan bukanlah suatu hal yang mudah, terlebih lagi ia sedikit ragu dengan kemampuan yang dimilikinya dan juga belum memiliki gambaran tentang pekerjaan yang akan dipilihnya.</p>

5	F	Responden mengatakan mengalami stres karena sering memikirkan untuk mendapatkan pekerjaan dengan upah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sendiri. Responden merasa cemas karena orang tuanya hanya akan membantunya dalam masa kuliah.
6	R	Responden mengatakan dirinya merasa kebingungan dalam mencari pekerjaan paruh waktu karena ia tidak mengetahui pekerjaan apa yang dapat dipilihnya, ia harus menutup biaya kuliahnya sendiri karena keadaan finansial keluarga sedang tidak stabil. Adapun keinginannya agar mendapatkan pekerjaan yang baik setelah menjadi sarjana.
7	RM	Responden mengaku dirinya cemas tiap kali membayangkan dunia karir yang menantinya. Ia takut setelah dirinya lulus dari perguruan tinggi tidak bisa segera mendapatkan pekerjaan yang baik, bahkan kerap kali terbayang menjadi sarjana yang masih menjadi beban keluarga.
8	H	Responden mengatakan dirinya tidak fokus saat mengerjakan tugas akhir kuliah atau skripsi karena selalu terbayang tentang kualifikasi pekerjaan yang menuntut standar minimal IPK perusahaan-perusahaan. Responden juga menambahkan apakah jurusan yang dipilih merupakan pilihan yang tepat.

9	DF	Responden mengaku dirinya menyesal telah membuang banyak waktunya saat masih semester awal karena tidak pernah mengikuti seminar atau pelatihan-pelatihan yang berkaitan dengan jurusan kuliahnya. Ia khawatir dengan tingkat kemampuan dalam bidang kuliahnya tersebut yang hanya rata-rata saja.
10	DW	Responden mengatakan bahwa membayangkan perihal dunia karir kerap membuatnya gelisah, ia mengkhawatirkan bila pekerjaan yang diperolehnya kelak tidaklah sesuai dengan apa yang diharapkan.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa sepuluh mahasiswa tingkat akhir tersebut mengalami kecemasan terhadap bayangan masa depan mengenai dunia kerja. Empat dari sepuluh mahasiswa khawatir terkait kemungkinan pekerjaan yang didapatkannya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Selain itu, lima mahasiswa mengalami keraguan terhadap dirinya sendiri terkait kemampuan atau wawasan dalam menghadapi dunia karier. Adapun juga empat mahasiswa yang menilai negatif diri sendiri karena banyaknya materi kuliah yang tidak dipahami, kemudian tertekan dan merasa salah memilih jurusan kuliah.

Mahasiswa pada beberapa peminatan lebih cemas akan masa depan akibat hilangnya kepercayaan akan masa depan sesuai dengan pengalaman yang mereka peroleh dari sesama alumni yang tidak memiliki kesempatan kerja (Hammad, 2016). Mahasiswa juga dapat mengalami krisis dikarenakan kesulitan dalam menentukan apa yang akan dilakukan setelah lulus dari perkuliahan. Hal-hal tersebut terjadi karena kurangnya kemampuan perencanaan karier yang dimiliki mahasiswa, bekal ilmu selama kuliah,

pengalaman serta keterampilan yang dimiliki saat mahasiswa memasuki dunia kerja.

Menurut Yusuf (dalam Latif et al., 2017) sukses pribadi dan karier adalah produk individu yang bersangkutan selama kehidupan. Karier bukan anugerah dari individu lainnya, karier seseorang tercipta dan diciptakan yang bersangkutan melalui dan selama kehidupannya. Berdasarkan pendapat tersebut, dalam upaya meraih kesuksesan dalam berkarier dibutuhkan perencanaan yang baik sebelum individu memasuki dunia kerja atau menjalani karier yang dipilihnya. Menurut Hurlock salah satu tugas perkembangan masa dewasa awal ini adalah memperoleh pekerjaan yang layak, dengan demikian pada masa ini seharusnya individu sudah mulai memikirkan rencana masa depan yang berhubungan dengan karier dan pekerjaan apa yang akan dirintis setelah tamat dari masa perkuliahan (dalam Laksmiana, 2018).

Peneliti memilih mahasiswa tingkat akhir sebagai responden penelitian, karena bertepatan bahwa dalam waktu dekat mahasiswa akan menghadapi masa transisi menuju dunia kerja. Sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Fischer (dalam Habibie et al., 2019) mahasiswa tingkat akhir rentan terhadap *quarter life crisis* karena pada masa ini terdapat fase perubahan dari dunia akademis menuju dunia nyata. Diperlukan kesiapan kerja yang baik bagi mahasiswa agar mampu bersaing dalam dunia kerja. Penting halnya mempergunakan waktu sebijak mungkin bagi mahasiswa dalam upaya meningkatkan kualitas diri baik secara akademis maupun non akademis dan juga mulai mengidentifikasi pilihan karier yang sesuai. Mahasiswa diharapkan mampu menentukan karier untuk ditekuni di kemudian hari dan mulai mempersiapkan diri, baik dalam hal pendidikan ataupun keterampilan yang relevan dengan karier yang dipilih.

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis*, yang dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal, salah satunya adalah pekerjaan dan karier yang merupakan salah satu faktor eksternal yang dapat mempengaruhi *quarter life crisis*. Hal ini sejalan dengan teori yang

dikemukakan oleh Allison (2010) bahwa relasi (keluarga, percintaan, dan teman), pekerjaan dan karier, dan tantangan di bidang akademis merupakan faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* yang berasal dari luar individu. Diharapkan agar mahasiswa untuk memulai memiliki gambaran-gambaran tentang pilihan karier yang sesuai dengan dirinya. Berdasarkan hal tersebut, maka perencanaan karier bagi mahasiswa akan diperlukan guna membekali diri untuk menghadapi fase selanjutnya, yakni dunia kerja. Sejalan dengan itu, persaingan global memunculkan kualifikasi dan tuntutan yang sangat beragam. Kemampuan dan keterampilan individu menjadi sangat penting dan berharga (Hermawati, 2014).

Menurut Zlate (dalam Antoniu, 2010) mengungkapkan bahwa perencanaan karier adalah penilaian diri dimana seseorang mengevaluasi diri sendiri, memahami kemampuan seseorang, minat, motivasi diri, menetapkan tujuan untuk karier, dan mengembangkan strategi untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Terdapat lima tahapan dalam perencanaan karier, yaitu analisis diri, eksplorasi peluang karier, membuat keputusan dan penetapan tujuan, perencanaan dan mengejar target karier. Adapun menurut Super (dalam Sharf, 2010) perencanaan karier merupakan suatu rangkaian dimana pekerjaan, jabatan dan kedudukan yang mengarah pada kehidupan dalam dunia kerja.

Perencanaan karier merupakan salah satu hal yang penting untuk diperhatikan bagi mahasiswa guna memiliki tujuan yang jelas setelah kelulusan dan juga mahasiswa lebih mampu untuk bersaing dengan pencari kerja lainnya dalam mendapat pekerjaan yang diharapkan. Hal tersebut didukung oleh penjelasan dari Prayitno (dalam Latif et al., 2017) yang mengungkapkan bahwa mahasiswa yang sukses dapat dilihat dari tiga sisi, yaitu sukses akademik, sukses dalam hubungan sosial kemasyarakatan, dan sukses dalam persiapan karier. Perencanaan karier merupakan serangkaian tindakan atau aktivitas yang dilakukan individu berkenaan dengan pencapaian tujuan karier sesuai dengan kecenderungan arah karier atau pekerjaan yang akan ditekuninya, yang meliputi aspek pemahaman diri, eksplorasi, membuat

keputusan, dan persiapan diri memasuki dunia kerja yang sesungguhnya (Latif et al., 2017).

Perencanaan karier merupakan perencanaan masa depan individu, dimana membantu individu mengenali dunia kerja dan dunianya sendiri secara mendalam, menyadari pentingnya perencanaan masa depan, dan memikirkan kaitan antara diri sendiri dan dunia kerja (Winkel & Hastuti, 2004). Perencanaan karier diartikan dengan kemampuan individu mengevaluasi kemampuan dan minatnya sendiri, mempertimbangkan kesempatan karier alternatif, menyusun tujuan karier, dan merencanakan aktivitas-aktivitas pengembangan praktis (Mondy, dalam Nurmasari, 2015). Mahasiswa melakukan penilaian dan mengasah kemampuan dirinya tersebut, kemudian memahami minat yang dimilikinya, dan melakukan pertimbangan mengenai pilihan karier dan mulai menyusun rencana untuk meraih karier yang diharapkan. Dengan demikian individu mampu menentukan apa yang akan dilakukannya setelah kelulusan, baik itu melanjutkan studi ke jenjang berikutnya, melamar pekerjaan pada perusahaan yang diinginkan, ataupun dengan mencoba untuk berwirausaha dengan modal usaha yang telah disiapkan, baik itu dari tabungan simpanan, modal yang diberikan atau dipinjamkan orang tua, atau pinjaman dari bank, dan individu juga dapat memillih untuk melanjutkan usaha yang dijalankan oleh orang tuanya. Hal ini sesuai dengan pernyataan paparan yang dilansir dari rencanamu.id (2016), dipaparkan bahwa tahap selanjutnya yang dapat dipilih oleh individu setelah lulus kuliah diantaranya dengan mencari pekerjaan, berwirausaha, kerja paruh waktu, melanjutkan studi ke jenjang selanjutnya, hingga menikah.

Dalam upaya mendapatkan gambaran tentang kemampuan perencanaan karier pada mahasiswa peneliti melakukan wawancara kepada sepuluh mahasiswa tingkat akhir di Kota Bekasi pada tanggal 2 September 2022 sampai dengan 15 September 2022 mengenai kemampuan perencanaan karier yang dilakukan mahasiswa tingkat akhir. Hasil yang didapatkan setelah melakukan wawancara dapat dilihat dalam Tabel 1.2.

Tabel 1.2 Hasil Wawancara Kemampuan Perencanaan Karier

No	Responden	Rangkuman Hasil Wawancara
1	AF	Responden mengaku bahwa dirinya sudah memiliki gambaran mengenai minat dan pilihan pekerjaannya, namun ia tidak yakin apakah bidang pekerjaan yang dipilihnya sudah tepat mengingat kemampuannya yang terbatas.
2	YS	Responden mengaku bimbang terhadap pekerjaan yang akan dipilihnya, karena tidak yakin atas kemampuannya. Kemudian ia mengatakan telah mengikuti pelatihan untuk mengasah kemampuannya.
3	SN	Responden menyatakan bahwa dirinya telah khawatir tidak bisa mencapai tujuan kariernya, sehingga melakukan segala upaya dalam rangka persiapan mencapai tujuan kariernya yang diinginkan.
4	AJ	Responden mengaku sudah memiliki keputusan karier yang akan dilakukan setelah lulus kuliah, namun ia belum mengetahui tentang peluang pekerjaan yang diharapkannya.
5	F	Responden mengaku sudah memiliki persiapan karier, namun tidak mengetahui peluang kerja yang dapat

		memberi upah yang cukup untuk kebutuhan hidupnya.
6	R	Reponden mengaku memahami tentang keinginan dan kemampuan dirinya namun belum tahu pekerjaan yang tepat bagi dirinya.
7	RM	Responden mengatakan telah menghadiri <i>jobfair</i> rangka mencari informasi peluang kerja untuk mencari tahu pekerjaan yang sesuai bagi dirinya.
8	H	Responden mengaku tidak mengeksplorasi peluang-peluang pekerjaan, dan ia memutuskan membuka bisnis kuliner setelah lulus kuliah.
9	DF	Responden mengatakan dirinya telah menjalani pelatihan dan mengikuti serangkaian webinar agar memiliki kemampuan yang cukup untuk mencapai tujuan kariernya.
10	DW	Responden mengaku belum mengetahui minat namun memahami kemampuan dirinya, dan memutuskan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang S2.

Berdasarkan rangkuman wawancara kepada sepuluh mahasiswa tingkat akhir tersebut dapat disimpulkan bahwa sembilan responden telah memutuskan untuk bekerja setelah menyelesaikan kuliahnya dan satu reponden memutuskan untuk melanjutkan pendidikan ke tahap berikutnya.

Kurangnya pemahaman mengenai minat, kemampuan, dan minimnya informasi peluang kerja menyebabkan responden merasa bimbang dalam memutuskan tujuan karier pilihannya dan juga mendatangnya kecemasan karena tidak yakin apakah dirinya mampu mencapai tujuan kariernya.

Mondy (dalam Nurmasari, 2015) menyatakan bahwa fokus utama dalam perencanaan karier haruslah selaras antara tujuan pribadi dengan kesempatan-kesempatan yang secara realistis tersedia. Dengan begitu kematangan dalam merencanakan karier dianggap sebagai hal yang penting, karena sebagian besar kehidupan individu akan digunakan untuk bekerja. Kurangnya individu dalam memiliki kemampuan perencanaan karier dapat menyebabkan kesalahan dalam perkembangan kariernya, termasuk kesalahan dalam menentukan studi lanjutan. Mahasiswa dapat mengalami kebingungan dalam menentukan pilihan pekerjaan karena banyaknya jenis pekerjaan yang ada dan juga tidak ada jaminan pilihan mana yang benar dan sesuai dengan diri masing-masing individu. Dengan demikian, kemampuan perencanaan karier penting untuk dimiliki sehingga mempermudah individu dalam menentukan pilihan pekerjaan yang tepat yang sesuai dengan kemampuan dan minat masing-masing individu. Idealnya mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, yang seakan menjadi tuntutan bahwa mereka sudah mampu untuk terjun ke dalam dunia kerja. Namun demikian, realita menunjukkan mahasiswa tingkat akhir banyak yang mengalami *quarter life crisis*.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan dapat disimpulkan apabila mahasiswa tingkat akhir memiliki kemampuan perencanaan karier yang baik maka akan lebih mempermudah mahasiswa dalam menentukan pilihan kerja yang sesuai dengan dirinya, begitu pun sebaliknya apabila mahasiswa tidak memiliki kemampuan perencanaan karier yang baik akan rentan mengalami *quarter life crisis* karena merasa kebingungan dalam menentukan pilihan karier yang sesuai dengan kemampuan dan minatnya. Kemudian berdasarkan hasil wawancara kepada sepuluh mahasiswa tingkat akhir di Kota Bekasi ditemukan fenomena *quarter life crisis* karena harus memenuhi tugasnya sebagai mahasiswa tingkat akhir yang harus siap

menghadapi dunia kerja. Adapun penyebab *quarter life crisis* tersebut terjadi karena ketidakmampuan dalam perencanaan karier sehingga mahasiswa dihadapkan pada kebingungan dalam menentukan pilihan karier yang akan ditekuninya di masa mendatang.

Berdasarkan pemaparan dan data yang telah diuraikan tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan antara Kemampuan Perencanaan Karier dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Kota Bekasi”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang permasalahan diatas, *quarter life crisis* kerap terjadi pada mahasiswa tingkat akhir atau individu dewasa awal yang berada pada fase *emerging adulthood*, yakni usia 18 sampai 29 tahun. Dikarenakan belum adanya perencanaan dan bekal untuk tugas perkembangan selanjutnya. Yang merupakan kehidupan kerja yang akan dihadapi individu dalam waktu dekat setelah menyelesaikan studinya. Sehingga menimbulkan tantangan tersendiri bagi mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi.

Penelitian terkait *quarter life crisis* yang berkaitan dengan karier telah dilakukan di Indonesia. Namun demikian, tidak banyak dilakukannya penelitian yang berkenaan dengan karier masih tergolong minim. Adapun penelitian yang telah dilakukan tersebut bertujuan untuk mengetahui seberapa kuat tingkat pengaruh kematangan karier terhadap *quarter life crisis*, dan juga objek penelitian tersebut terfokus hanya di salah satu fakultas pada suatu universitas. Sementara itu, penelitian yang dilakukan dengan tujuan dalam membuktikan hubungan antara kemampuan perencanaan karier dengan *quarter life crisis* masih tergolong minim. Rohmatul Umah (2021) hasil penelitian menunjukkan bahwa kematangan karier berpengaruh sebesar 41,6% terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sedangkan sebesar 58,4% terjadinya *quarter life crisis* dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya.

Dengan demikian, berdasarkan peninjauan yang telah dilakukan oleh peneliti atas penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dituntut untuk memiliki kemampuan perencanaan karier yang baik dalam menunjang kesiapannya dalam menghadapi dunia karier dimasa mendatang. Mahasiswa tingkat akhir harus dapat memahami penilaian dirinya dan memiliki gambaran mengenai dunia karier. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara kemampuan perencanaan karier dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kemampuan perencanaan karier dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi serta kajian ilmu Psikologi khususnya dalam Psikologi Perkembangan terkait dengan hubungan antara kemampuan perencanaan karier dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir

Peneliti berharap mahasiswa mendapatkan manfaat dari penelitian ini berupa wawasan terkait gambaran mengenai krisis pada dewasa awal atau mahasiswa tingkat akhir yaitu *quarter life crisis*, dan diharapkan penelitian ini membantu mahasiswa untuk lebih mempersiapkan diri agar mampu mencegah terjadinya fase *quarter life crisis*.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi atau acuan bagi peneliti selanjutnya terkait dengan penelitian mengenai *quarter life crisis* dan kemampuan perencanaan karier.