



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 4 Tahun 2023 Page 8578-8588

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual dengan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal

Shofura Nur Almalail^{1✉}, Kus Hanna Rahmi²

Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Email: almanur291@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecerdasan spiritual dengan quarter life crisis pada dewasa awal. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Subjek pada penelitian ini adalah dewasa awal yang berusia minimal 21 tahun, dengan teknik pengambilan data menggunakan Teknik Purposive Sampling. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 110 mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas X. Alat ukur penelitian ini berupa skala Quarter Life Crisis dan skala Kecerdasan Spiritual dengan menggunakan skala likert. Berdasarkan hasil penelitian metode analisis yang digunakan pada penelitian kali ini ialah Korelasi pearson product moment. Diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara Quarter Life Crisis dengan Kecerdasan Spiritual pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas X dengan nilai signifikan sebesar <001 ($p < 0.05$) dengan nilai korelasi sebesar -0.487^{**} yang dari hasil penelitian terdapat adanya hubungan antara Quarter Life Crisis dengan Kecerdasan Spiritual pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas X dalam penelitian ini. Hasil tersebut menunjukkan bahwa, semakin tinggi Quarter Life Crisis maka semakin rendah Kecerdasan Spiritual begitupun sebaliknya semakin rendah Quarter Life Crisis maka semakin tinggi Kecerdasan Spiritual.

Kata Kunci: *Dewasa Awal, Kecerdasan Spiritual, Quarter Life Crisis*

Abstract

The purpose of this study was to find out whether there is a relationship between spiritual intelligence and quarter life crisis in early adulthood. This research uses. This study uses a correlational quantitative research method. The subjects in this study were early adults aged min 21 years, with the data collection technique using the Purposive Sampling Technique. The sample in this study was 110 final year students of the Faculty of Psychology, University of X. The measurement tools for this research were the Quarter Life Crisis scale and the Spiritual Intelligence scale using a Likert scale. Based on the research results, the analytical method used in this study is the Pearson Product Moment Correlation. It is known that there is a negative relationship between Quarter Life Crisis and Spiritual Intelligence in final year students of the Faculty of Psychology X University with a significant value of <001 ($p < 0.05$) with a correlation value of -0.487^{**} which from the results of the study there is a relationship between Quarter Life Crisis with Spiritual Intelligence in final year students of the X University Faculty of Psychology in this study. These results show that the higher the Quarter Life Crisis, the lower the Spiritual Intelligence and vice versa, the lower the Quarter Life Crisis, the higher the Spiritual Intelligence.

Keywords: *Early Adults, Spiritual Intelligence, Quarter Life Crisis*

PENDAHULUAN

Dalam proses kehidupan, manusia mengalami proses perkembangan, baik itu secara fisik maupun psikologis. Erikson (1968) menyebutkan terdapat delapan tahapan perkembangan yang akan dilewati oleh manusia yaitu masa bayi, kanak-kanak awal, masa usia bermain, masa usia sekolah, masa remaja, masa dewasa muda, masa dewasa, dan masa lanjut usia. Setiap tahapan perkembangan itu memiliki karakter dan prosesnya belajarnya masing-masing. Proses belajar pada saat ini menjadi sangat penting bagi setiap individu dalam era globalisasi individu dituntut untuk terbuka terhadap wawasan apapun baik dalam berpikir kritis maupun pemecahan masalah secara kreatif. Papalia dan Olds (2001) menyatakan pada masa peralihan dari masa remaja menuju ke masa dewasa awal individu akan belajar berpikir lebih abstrak, bersikap mandiri, dan bertanggung jawab (Putri, 2020). Masa peralihan yang terjadi membuat individu mulai mengeksplorasi dalam tiga bidang fundamental yaitu percintaan, pendidikan, dan karir. Istilah *emerging adulthood* pertama kali dikemukakan oleh Arnett. Arnett (2000) menyebutkan masa peralihan dan eksplorasi dengan istilah *emerging adulthood*. *Emerging adulthood* adalah suatu masa peralihan individu dari remaja menuju dewasa dengan rentang usia 18-25 tahun (Wijaya & Saprowi, 2022).

Nash dan murray (2010) menyatakan, Individu yang tidak mampu menghadapi perubahan dan tantangan yang terjadi pada dewasa awal akan merasa tertekan karena merasa tidak siap ketika menghadapi situasi yang sulit. Hal tersebut dapat mengganggu psikologis individunya sehingga dalam diri individu timbul rasa panik, muncul kecemasan, tidak percaya diri, stress hingga depresi (Sujudi & Ginting, 2020). Pada tahun 2018 di Indonesia prevalensi gangguan emosional dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia. Ini diakibatkan karena adanya tekanan dari berbagai pihak (egsa.geo.ugm.ac.id, 2020). Hal ini termasuk kedalam individu kelompok usia 18-25 yang sedang di masa *emerging adulthood*. Individu yang memiliki skor presentasi yang tinggi pada gangguan mental emosional baik itu kecemasan maupun depresi dapat membuat individu mengalami krisis perkembangan maupun emosional negatif individu pada masa *emerging adulthood* yang biasa disebut sebagai *Quarter Life Crisis*

Quarter Life Crisis banyak terjadi di kalangan dewasa awal dengan rentang usia 18-29 tahun yang dapat menimbulkan permasalahan psikologis. Penelitian yang dilakukan LinkedIn (2017) menunjukkan sebanyak 75% dari 6.014 responden berusia 23-33 tahun dari berbagai negara seperti Amerika, Inggris, India, dan Australia pernah mengalami *Quarter Life Crisis*. 61% penyebab *quarter life crisis* menyebutkan belum mampu menemukan pekerjaan dan karir yang disukainya dan 48% menyatakan sering membandingkan diri dengan temannya yang lebih sukses, hal ini membuat cemas sehingga individu merasa frustrasi dan tidak yakin dengan kehidupannya dimasa depan seputar karir, relasi sosial dan pencapaian diri lainnya .

Robin dan Wilner (2001) yang mendefinisikan *quarter life crisis* sebagai periode krisis identitas akibat dari ketidaksiapan individu saat proses peralihan dari remaja menuju ke

dewasa. Ketidaksiapan tersebut membuat individu merasa lebih sulit dalam menjalani kehidupannya, cemas, tidak stabil. Hal itu dapat terjadi ketika manusia dihadapkan dengan banyak pilihan mengenai karir, pendidikan, keuangan, dan hubungan antar relasi. Sesuai dengan Survey yang dilakukan GenSINDO mengenai *quarter life crisis* pada april 2020 kepada mahasiswa dan pekerja usia 18-25 tahun dengan jumlah 31 responden. menyatakan saat memasuki fase dewasa awal mereka mencemaskan masalah karir, jodoh, persaingan pendidikan global, dan kesehatan (Nurdifa, 2020) .

Terdapat beberapa aspek yang dirasakan individu saat mengalami *quarter life crisis* diantaranya kekhawatiran dalam mengambil keputusan, putus asa, muncul penilaian negatif dalam diri, berada dalam situasi yang sulit, merasa cemas akan masa depan, tertekan, dan ketakutan akan ketidaksesuaian (Artiningsih & Savira, 2021; Wijaya & Saprowi, 2022). The Guardian dalam Forbes menyatakan sebanyak 86% dari 1.100 individu mengalami *quarter life crisis* yang disebabkan oleh rasa insecure, kecewa, kesepian, dan depresi (Schroeder, 2016). *Quarter Life Crisis* pada teknologi juga berkontribusi terhadap kesehatan mental pada fase dewasa awal, salah satunya adalah penggunaan media sosial. Pada saat ini hampir semua orang memiliki media sosial sebagai sarana penunjang hidupnya. Media sosial seakan menciptakan gaya hidup ideal yang sebenarnya tidak indah kenyataan. Media sosial yang mudah diakses kapan pun dan di dalamnya banyak orang yang menampilkan kesuksesan dan keberhasilan menjadikan seseorang merasa tertinggal, *insecure*, dan membandingkan pencapaian dirinya dengan orang lain. Hal inilah menjadi salah satu tekanan dan beban pikiran pada individu.

Masalah yang sering terjadi pada mahasiswa tingkat akhir diantaranya hubungan percintaan, finansial, tugas akhir, organisasi, dosen, setelah lulus mau ngapain, dll yang menimbulkan kekhawatiran akan masa depannya. Posisi transisi dari mahasiswa menjadi sarjana membuat mahasiswa mengalami *quarter life crisis*. Mahasiswa akan merasa galau, gelisah tentang masa depan, lulus dengan nilai memuaskan atau tidak, lanjut bekerja atau menikah, dll (Wicaksono, 2022). *Quarter Life Crisis* dapat menjadi titik balik untuk menjadi lebih baik dari pada sebelumnya jika berhasil melalui dan mengatasi masa ini (Wijaya & Saprowi, 2022). Hal ini secara tidak disadari terjadi juga pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi

Berdasarkan hasil wawancara singkat penulis dengan lima mahasiswa psikologi terkait *quarter life crisis* di dapatkan data bahwa terdapat kekhawatiran menentukan tujuan hidup, takut lulus tidak tepat waktu, kekhawatiran mengenai pasangan seperti halnya Subjek AC (21 tahun) yang memiliki kekhawatiran sulit bisa menjalin relasi dan menikah di usia yang ideal. Kemudian diperkuat lagi oleh data hasil wawancara yang dilakukan NS (21 tahun) tidak mampu mengontrol dirinya, merasa tidak berdaya saat mendapatkan tugas dan tuntutan kegiatan perkuliahan yang lebih banyak dari pada sebelumnya. Sehingga subjek memandang dirinya rendah dan tidak percaya diri bahwa dirinya bisa.

Dari pemaparan diatas merupakan ciri-ciri dari *quarter life crisis* sehingga peneliti

menduga bahwa terdapat masalah *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas psikologi. Dari hasil wawancara didapatkan data bahwa *quarter life crisis* memiliki dampak yang cukup buruk pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi seperti mahasiswa tidak bisa lulus dengan tepat waktu dengan melebihi dari 8 semester, takut akan hubungan dengan lawan jenis sehingga ingin menikah, khawatir tidak berkarir sesuai bidangnya, dan bahkan tidak ingin berkarir padahal tergolong kedalam usia produktif sehingga masa depan nya tidak sesuai harapan.

Mukti (dalam Wicaksono, 2022) menyebutkan terdapat beragam faktor pendukung supaya individu mampu mengatasi kekhawatiran dalam menghadapi *quarter life crisis*, dalam menghadapi ini juga tergantung dari latar belakang dan kultur individu baik itu budaya, agama dan masa perkembangannya. Faktor eksternalnya yang dapat berpengaruh pada individu dalam menghadapi *quarter life crisis* ada keluarga, teman, percintaan, kehidupan pekerjaan dan karir, serta tantangan di bidang akademis. Sedangkan faktor internalnya yaitu, *Hopes and Dream* (Harapan dan Mimpi), dan *Religion and Spirituality* (agama dan spiritual) yang dapat menjadi salah satu cara individu dalam mencari jalan keluar

Hambatan yang secara tidak sadar dialami oleh mahasiswa dan kurangnya kemampuan dalam mengatasi dengan benar dapat membuat mahasiswa menjadi putus asa. Realitanya pada individu di masa dewasa awal seperti mahasiswa banyak menemui berbagai macam tantangan dan tuntutan yang menimbulkan ketidakpercayaan diri, kecemasan, stress dan gangguan psikologis lainnya. Dalam studi Nicole & Carolyn (2011) terkait keberadaan *quarter life crisis* pada empat kelompok dewasa muda, salah satunya kelompok sarjana atau mahasiswa. menjelaskan bahwa lulusan sekolah menengah menunjukkan kecemasan tertinggi dalam menghadapi fasenya di *quarter life crisis*, diikuti oleh mahasiswa sarjana (Afnan et al., 2020). Kecerdasan spiritual dianggap mampu membuat individu menyadari bahwa dirinya sedang memiliki masalah dan mampu mengatasi permasalahan yang terjadi, juga mampu menerima masalah yang terjadi dalam hidupnya. Jika hal ini tidak teratasi dengan baik dapat menghambat fase perkembangan selanjutnya. sehingga peneliti memilih kecerdasan spiritual untuk mengatasi *quarter life crisis* yang dialami mahasiswa.

Kecerdasan spiritual merupakan suatu kecerdasan yang membuat seseorang mampu menghadapi dan memecahkan permasalahan dengan nilai dan makna, sehingga individu berada pada konteks makna yang lebih luas dan kaya, agar dapat menilai bahwa jalan hidupnya lebih bermakna dibandingkan yang lain. Kecerdasan spiritual menjadi landasan dalam mengfungsikan kecerdasan lainnya seperti kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional. Kecerdasan spiritual yang baik dapat membuat individu menjadi kreatif, memiliki wawasan luas, luwes, dan dapat digunakan dalam menghadapi permasalahan yang baik dan buruk. (Zohar & Marshall, 2007).

Hubungan positif antara kecerdasan spiritual dan kesejahteraan psikologis membuat individu memiliki tingkat kesadaran yang tinggi yang mampu memikirkan kehidupannya,

mampu beradaptasi dengan lingkungan, mampu memilih segala sesuatu yang berhubungan dengan kebutuhannya, juga bisa menerima kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya, yakin dalam pengambilan keputusan, memiliki pendirian dan tujuan hidup, bisa memanfaatkan rasa sakitnya dan bersyukur. Ini membuktikan bahwa individu memerlukan kecerdasan spiritual dalam menghadapi dan melalui dengan sukses permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya (Toyibah et al., 2017). Begitupun, untuk mahasiswa yang mengalami *quarter life crisis*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hayati (2019) mengungkapkan terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan spiritual dan *quarter life crisis* pada mahasiswa dengan nilai signifikan 0,895. *quarter-life crisis* berada di kategori sedang dengan 73,5%, dan kecerdasan spiritual berada pada kategori tinggi sebesar 94,3%. Sedangkan penelitian yang dilakukan Aswandi et al., (2017) menunjukkan hubungan yang negatif atau hubungan yang berbanding terbalik antara kecerdasan spiritual dengan stress dengan Koefisien *r Pearson* sebesar -0,405. Semakin tinggi kecerdasan spiritual, semakin ringan tingkat stres yang dirasakan oleh mahasiswa begitupun sebaliknya. Hal ini menunjukkan bahwa individu memerlukan kecerdasan spiritual dalam menghadapi semua permasalahan dalam hidupnya. Begitu juga dengan mahasiswa tingkat akhir yang ada pada kondisi cemas, stress dan merasakan ketidakpastian akan masa depannya karena mengalami *quarter life crisis* memerlukan kecerdasan spiritual.

Pada saat mengalami *quarter life crisis* mahasiswa yang memiliki kecerdasan spiritual baik mampu memberikan makna yang positif dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan baik. Namun, sebaliknya periode *quarter life crisis* akan sulit dihadapi jika mahasiswa tidak memiliki kecerdasan spiritual yang baik.

Pengamatan di lapangan dan wawancara singkat bahwa terdapat gambaran mahasiswa mengalami *quarter life crisis* ditunjukkan dari sikap mahasiswa seperti gelisah, bimbang dalam mengambil keputusan, rendah diri, dan timbul rasa khawatir yang berlebihan pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi. kecerdasan spiritual diharap mampu mengatasi fenomena *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir prodi psikologi. Hal ini sesuai dengan pendapat Nash dan Murray (2010) mengenai *quarter life crisis* bahwa permasalahan yang diterima individu dapat dihadapi dengan agama dan spiritualitasnya.

Penulis menganggap kecerdasan spiritual merupakan hal yang sangat penting dan diperlukan sebab mampu memecahkan permasalahan yang terjadi melalui nilai dan makna. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual dengan *Quarter-Life Crisis* pada dewasa awal"

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan metode uji korelasi. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menggunakan data numerik atau angka yang kemudian diolah dengan metode statistika (Azwar, 2015). Responden dalam penelitian ini yaitu 110 mahasiswa akhir psikologi. Teknik

pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Skala kecerdasan spiritual yang digunakan dalam penelitian ini modifikasi dari skala penelitian (Zohar & Marshall, 2007) dan skala *quarter life crisis* dimodifikasi dari skala penelitian (Hayati, 2019). Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah korelasi product moment. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan skala penelitian berupa google form melalui media sosial seperti whatsapp.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Profil Responden Penelitian

Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas X di Bekasi. Jumlah populasi Mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas X semester genap tahun 2023 tersebut sebanyak 216. Pada penelitian ini

	PROFIL	N	PERSENTASE
USIA	21 Tahun	34	32%
	22 Tahun	54	50%
	≥23 Tahun	22	18%
JENIS KELAMIN	Perempuan	81	74%
	Laki-laki	29	26%

menggunakan sebanyak 110 Mahasiswa aktif sebagai responden dengan karakteristik usia minimal 21 tahun.

Tabel 1 profil responden penelitian

Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa mayoritas responden adalah mahasiswa perempuan (74%), yang tergolong generasi Z dengan rentang usia 18-23 tahun.

Reliabilitas

Menurut (Azwar, 2012) Reliabilitas adalah suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi yang disebut sebagai pengukuran yang reliabel.

Tabel 2 reliabilitas skala penelitian

	Skor Reliabilitas	Keterangan
<i>Quarter Life Crisis</i>	0.922	Sangat Reliable
Kecerdasan Spiritual	0.897	Sangat Reliable

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada skala *quarter life crisis* didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,922. Berdasarkan hasil klasifikasi skor menurut (Periantalo, 2016), maka skala *quarter life crisis* berada pada klasifikasi yang sangat reliabel. Begitu pula dengan skala kecerdasan spiritual didapatkan koefisien reliabilitas 0,897, yang dimana skala kecerdasan spiritual berada pada klasifikasi yang sangat reliabel.

Uji Asumsi

Uji asumsi yang digunakan untuk menganalisis data penelitian dilakukan dengan cara menguji normalitas, dan linieritas dengan menggunakan SPSS versi 25 for windows. Hasil dari uji asumsi terdapat pada tabel 2 dibawah ini.

Tabel 3 uji asumsi

Variabel	Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i> (Sig.)	Uji Linearitas <i>Deviation from</i> <i>Linearity</i> (Sig.)
<i>Quarter Life Crisis</i>	0.200	0.123
Kecerdasan Spiritual	0.200	0.123
Keterangan	Terpenuhi	Terpenuhi

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa kedua variabel terdistribusi secara normal diperoleh hasil signifikansi sebesar 0.200 pada variabel *quarter life crisis* dan variabel kecerdasan spiritual, dimana hasil tersebut berada pada $p > 0.050$, data dari kedua variabel tersebut terdistribusi normal dan uji asumsi terpenuhi. Sedangkan hasil uji linearitas yang dilakukan diperoleh hasil nilai deviation form linierity sebesar 0.123 berada pada $p > 0.050$, artinya kedua variabel linear dan uji asumsi terpenuhi.

Kategorisasi Penelitian

Pengukuran *quarter life crisis* pada penelitian ini menggunakan skala *quarter life crisis* yang terdiri dari 22 aitem valid dengan skor tertinggi sebesar 4 dan skor terendah 1. Untuk itu, dapat di kategorisasikan berdasarkan perhitungan data dengan distribusi normal. Hasil penentuan kategorisasi *quarter life crisis* adalah sebagai berikut:

Tabel 4 kategorisasi *quarter life crisis*

Kategori	Batas Nilai	Responden	Persentase
Sangat Rendah	$\leq 38,5$	11	10%
Rendah	38,5 - 49,5	35	31,8%
Sedang	49,5 – 60,5	38	34,5%
Tinggi	60,5 – 71,5	24	21,8%
Sangat Tinggi	$> 71,5$	2	1,8%
TOTAL		110	100%

Uji kategorisasi bertujuan untuk menempatkan individu kedalam kelompok - kelompok yang terpisah secara berjenjang. Berdasarkan atribut yang diukur adalah variabel *quarter life crisis*, maka dapat disimpulkan dari tabel diatas bahwa 34,5% dengan 38 sampel dalam kategori tingkat *quarter life crisis* sedang.

Kategorisasi Kecerdasan Spiritual

Pengukuran kecerdasan spiritual pada penelitian ini menggunakan skala kecerdasan spiritual yang terdiri dari 25 aitem valid dengan skor tertinggi sebesar 4 dan skor terendah 1, maka dari itu dapat di kategorisasikan berdasarkan perhitungan kategorisasi.

Tabel 5 kategorisasi kecerdasan spiritual

Kategori	Batas Nilai	Responden	Persentase
Sangat Rendah	≤ 43,75	1	0,9%
Rendah	43,75 – 56,25	8	7,3%
Sedang	56,25 – 68,75	37	33,6%
Tinggi	68,75 – 81,25	50	45,5%
Sangat Tinggi	> 81,25	14	12,7%
TOTAL		110	100%

Uji kategorisasi bertujuan untuk menempatkan individu kedalam kelompok - kelompok yang terpisah secara berjenjang. Berdasarkan atribut yang diukur adalah variabel kecerdasan spiritual, maka dapat disimpulkan dari tabel diatas bahwa 45,5% dengan 50 sampel dalam kategori tingkat kecerdasan spiritual tinggi.

Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* dengan *software* IBM SPSS (*Statistics Package for Social Science*) versi 25.0 *for windows*. Pengujian korelasi dengan *pearson product moment* ini ditunjukkan untuk mengetahui seberapa kuat serta bagaimana arah hubungan antara *quarter life crisis* dengan kecerdasan spiritual pada dewasa awal

Tabel 6 uji hipotesis

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikansi	Jumlah Responden
<i>Quarter Life Crisis</i>	-.478**	0.000	110
Kecerdasan Spiritual	-.478**	0.000	110

Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan pada kedua variabel menunjukan taraf signifikansi (p) sebesar < 0.001 atau dengan kata lain p < 0.050. pada variabel *quarter life crisis* dan kecerdasan spiritual menunjukan nilai koefisien korelasi sebesar -.478** yang menunjukan adanya hubungan yang sedang antara variabel *quarter life crisis* dengan kecerdasan spiritual. Hubungan kedua variabel tersebut ada pada arah yang negatif.

Pembahasan

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal. Hasil menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual memiliki hubungan dengan *quarter life crisis* dengan arah negatif, artinya semakin tinggi tingkat kecerdasan spiritual maka semakin rendah *quarter life crisis*. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kecerdasan spiritual maka semakin tinggi tingkat *quarter life crisis*.

Berdasarkan uji kategorisasi data yang telah dilakukan, mahasiswa mengalami *quarter life crisis* yang sedang cenderung rendah, didapatkan kategori sedang, sebanyak 38 responden dengan presentase sebesar 34,5%. Kondisi ini menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi belum sepenuhnya mampu mengendalikan emosi diri dan menghadapi permasalahan hidupnya mengenai kekhawatiran akan masa depannya. Seringkali mahasiswa merasa mampu untuk melewati fase *quarter life crisis* namun ada kalanya juga mereka merasa tidak sanggup untuk melaluinya, terkadang mereka memiliki pandangan yang positif akan dirinya namun adakalanya pandangan positif itu berubah ketika mahasiswa dihadapkan pada situasi tertentu yang membuat motivasi mahasiswa lemah sehingga tidak mampu mengatasi permasalahan yang terjadi dalam hidupnya, hal ini menyesuaikan dengan kondisi dan pandangan mahasiswa mengenai hidupnya. Menurut Hurlock (1996) hal ini dapat terjadi karena tahap dewasa awal yang penuh dengan permasalahan, ketengangan emosi, dan perubahan nilai serta penyesuaian diri terhadap pola hidupnya.

Uji kategorisasi data pada variabel kecerdasan spiritual yang telah dilakukan, mayoritas mahasiswa memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi, didapatkan sebanyak 50 responden dengan presentase sebesar 45,5%. Kondisi ini menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi telah mampu memfungsikan dan memanfaatkan potensi kecerdasan spiritualnya dengan baik. Menurut Abraham Maslow orang yang memiliki potensi dalam dirinya mampu untuk berkembang secara sehat dan kreatif, dan jika individu tersebut mau menerima tanggung jawab untuk dirinya sendiri, akan menyadari bahwa potensi yang dimilikinya dan dapat mengatasi pengaruh kuat dari sekolah, keluarga, tekanan sosial lainnya. Hasil kategorisasi pada tingkat tinggi juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Khoirunnisa, 2018) yang menyatakan 59% mahasiswa memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi.

Kecerdasan spiritual yang dialami oleh mahasiswa fakultas psikologi cenderung tinggi hal ini membuktikan bahwa mahasiswa sudah memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi, sehingga mahasiswa mampu bersikap fleksibel, memiliki tingkat kesadaran diri yang tinggi, mampu menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, mampu menghadapi dan melewati rasa sakit, memiliki pola pikir yang holistik dan mandiri. Tetapi walaupun kecerdasan spiritualnya yang dimiliki mahasiswa tinggi mahasiswa Fakultas Psikologi masih mengalami kekhawatiran dalam hal masa depannya sehingga mengalami *quarter life crisis*. Hal ini normal terjadi, Putri (2020) menyatakan bahwa fase *quarter life crisis* seringkali dirasakan oleh para mahasiswa tingkat akhir yang akan menyelesaikan masa belajar atau sedang dalam proses mengerjakan tugas akhir di perguruan tinggi.

Adapun kelemahan dalam penelitian hubungan antara kecerdasan spiritual dengan quarter life crisis, meliputi jumlah responden yang di dapat kurang representatif, seperti tidak mewakili dari populasi yang ada, penelitian hanya dilakukan di satu fakultas saja, Jumlah laki dan perempuan yang tidak seimbang, kurangnya sumber referensi dalam penelitian ini.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai hubungan antara kecerdasan spiritual dengan quarter life crisis pada dewasa awal, maka dapat disimpulkan Penelitian ini berhasil membuktikan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan spiritual dengan quarter life crisis pada dewasa awal, Berdasarkan uji kategorisasi pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi, variabel quarter life crisis berada pada kategori sedang dan kecerdasan spiritual berada pada kategori tinggi, Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan quarter life crisis memiliki arah yang negatif, artinya semakin tinggi quarter life crisis maka semakin rendah kecerdasan spiritualnya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah quarter life crisis maka semakin tinggi kecerdasan spiritualnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnan, Fauzia, R., & Meydisa, U. T. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23–29.
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Loneliness Dan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal Rizky Ananda Artiningsih Siti Ina Savira. *Charater: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5).
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41218/35541>
- Aswandi, F., Nurfianti, A., & Ernawati. (2017). *Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak*.
- Azwar. (2015). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2012). *PENYUSUNAN SKALA PSIKOLOGI*. Pustaka Belajar.
- Hayati, A. (2019). *Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan quarter-life crisis: Studi deskriptif pada mahasiswi Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi semester VIII tahun 2019*. UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Khoirunnisa, N. A. (2018). *Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Kecemasan Menghadapi dunia Kerja*. Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.
- LinkedIn. (2017). New LinkedIn Research Shows 75 percent of 25-33 Year Olds Have Experienced Quarter Life Crises. *LinkedIn*. <https://news.linkedin.com/2017/11/new-linkedin-research-shows-75-percent-of-25-33-year-olds-have-e>
- Nurdifa, A. R. (2020, May 2). Survei: 5 Hal Paling Dicemaskan Saat Quarter Life Crisis. *GenSindo*. <https://gensindo.sindonews.com/read/14429/700/survei-5-hal-paling-dicemaskan-saat-quarter-life-crisis-1588370747>
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Pustaka Belajar.
- Putri, A. R. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Repository*, 2, 1–116.

http://repository.radenintan.ac.id/12581/1/SKRIPSI_PERPUS.pdf

- Schroeder, J. (2016). Millennials, This Is What Your Quarter-Life Crisis Is Telling You. *Forbes*, 1. <https://www.forbes.com/sites/juleschroeder/2016/09/08/millennials-this-is-what-your-quarter-life-crisis-is-telling-you/?sh=74c4e5563262>
- Sujudi, M. A., & Ginting, B. (2020). Quarterlife Crisis di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara. *Buddayah : Jurnal Pendidikan Antropologi*, 2(2), 105–112.
- Toyibah, S. A., Sulianti, A., & Tahrir. (2017). Pengaruh Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Penghafal Al-Quran. *Psikologi Islam*, 4(2), 191–204.
- Wicaksono, A. N. (2022a). *Kontribusi Kecerdasan Spiritual terhadap Tingkat Quarter-Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Bimbingan dan Konseling UNS*.
- Wicaksono, A. N. (2022b). *Kontribusi Kecerdasan Spiritual terhadap Tingkat Quarter-Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Bimbingan dan Konseling UNS*.
- Wijaya, D. A. P., & Saprowi, F. S. N. (2022). Analisis Dimensi: Dukungan Sosial dan Krisis Usia Seperempat Abad pada Emerging Adulthood Dimensional Analysis: Social Support and Quarter-Life Crisis in Emerging Adulthood. *Jurnal Nasional*, 20, 41–49.
- Zohar, D., & Marshall, I. (2007). *SQ-Kecerdasan spiritual*. Mizan Pustaka.