

## ABSTRAK

Skripsi dengan judul “**Fenomena *Quarter life crisis* Mahasiswa BKI di Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung**” ini ditulis oleh Siti Aisah (12306193102) Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

*Quarter life crisis* merupakan kondisi psikologis yang dialami oleh seseorang dalam rentang usia 20-an hingga awal 30-an. *Quarter life crisis* ditandai dengan adanya rasa tidak percaya diri, kebingungan, dan kecemasan terkait masa depan, serta merasa tidak puas dengan pencapaian hidupnya. Kondisi ini seringkali terjadi pada orang yang berada pada tahap transisi antara masa remaja ke dewasa, seperti mahasiswa. Penelitian ini bertujuan, pertama untuk mengetahui kecemasan dalam menghadapi masa depan karir pada fenomena *Quarter life crisis*, kedua untuk mengetahui ekspektasi sosial pada fenomena *Quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa bimbingan konseling Islam, ketiga untuk mengetahui tekanan akademik pada fenomena *Quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa bimbingan konseling Islam. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kualitatif. Metode dalam mengumpulkan data pada penelitian ini adalah melalui wawancara untuk menggali informasi.

Hasil dari penelitian ini adalah pertama kecemasan terkait masa depan karir menjadi perhatian utama bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. Keterbatasan peluang kerja, keterkaitan ilmu dengan pekerjaan, persyaratan tambahan seperti sekolah profesi, dan persaingan dalam mendapatkan karir yang diinginkan adalah beberapa faktor yang memengaruhi kecemasan ini, kedua ekspektasi sosial memainkan peran penting dalam fenomena *Quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. Perbedaan antara harapan sosial dan realita yang dialami oleh mahasiswa dapat memicu keadaan *Quarter life crisis*, ketiga tekanan akademik meskipun bukan faktor utama, tetap menjadi sumber tekanan bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. Tekanan ini bisa berasal dari lingkungan sosial dan ekspektasi keluarga. Penting untuk memahami bahwa individu memiliki perbedaan dalam menanggapi tekanan akademik, dan beberapa mahasiswa merasakan dampak negatif seperti perasaan minder dan kurangnya keyakinan diri.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa kecemasan terkait masa depan karir menjadi perhatian utama bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. ekspektasi sosial memainkan peran penting dalam fenomena *Quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. Perbedaan juga terlihat antara harapan sosial dan realita yang dialami oleh mahasiswa dapat memicu krisis pada tahap kehidupannya. Terdapat perbedaan dalam persepsi ekspektasi sosial dengan ekspektasi pribadi yang dimiliki oleh mahasiswa. Tekanan akademik meskipun bukan faktor utama, tetap menjadi sumber tekanan bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. Tekanan dari akademik ini bisa berasal dari lingkungan sosial dan ekspektasi keluarga.

**Kata Kunci :** *Quarter Life Crisis, Mahasiswa BKI.*

## ABSTRACT

The research paper with the title “**The Quarter Life Crisis Phenomenon of BKI Students at Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University Tulungagung**” was written by Siti Aisah (12306193102) Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty of Ushuluddin Adab and Da'wah, Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University Tulungagung.

Person in their 20s to early 30s may suffer from a Quarter life crisis, a psychological condition. The quarter-life crisis is characterized by low self-esteem, uncertainty, anxiety about the future, and dissatisfaction with one's life accomplishments. Like students, people who are in the stage of life where adolescence and adulthood meet frequently experience this condition. This research first seeks to quantify career anxiety in the context of the Quarter life crisis phenomenon. Second, to ascertain societal expectations about the phenomenon known as the Quarter life crisis that Islamic counseling students have experienced. Third, to assess the impact of academic pressure on the phenomenon of Quarter life crisis that Islamic counseling students encounter. This research uses a qualitative approach with a case study type of research. Analyzing data using a qualitative descriptive approach is employed in this research. Interviewing participants to elicit information is the method used to collect data for this research. According to the research, students receiving Islamic Counselling and Guidance are most anxious about their future careers. Limited employment opportunities, the connection between knowledge and work, additional requirements like professional schools, and competition for the desired career are some factors that affect this anxiety. In addition, social expectations play a significant role in the phenomenon of the Quarter life crisis that Islamic Guidance Counselling students experience. A crisis at the fourth stage of life can be brought on by the gap between social expectations and the reality that students experience. Thirdly, although it may not be the leading cause of stress for Islamic Guidance Counselling students, academic pressure still exists. The social environment and expectations from family can put pressure on people. It is critical to recognize that everyone reacts to academic pressure differently and that, for some students, this can have adverse effects like low self-esteem and inferiority complexes.

**Keywords:** *Quarter Life Crisis*, BKI Students.

## المخلص

البحث الجامعي بعنوان "ظاهرة أزمة ربع الحياة لطلاب قسم التوجيه والإرشاد الإسلامي في جامعة السيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية في تولونججونج" كتبها سيتي عائشة (٢٣٠١٠٢٣٩٣١٠٦١٣٠١٢٣) قسم التوجيه والإرشاد الإسلامي، كلية أصول الدين أدب والدعوة، جامعة السيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية في تولونججونج.

أزمة ربع الحياة هي حالة نفسية يعاني منها الشخص في الفئة العمرية من ٢٠ إلى ٣٠ عاماً. تتميز أزمة ربع الحياة بالشعور بعدم الأمان والارتباك والقلق المرتبط بالمستقبل، فضلاً عن الشعور بعدم الرضا عن إنجازات حياته. تحدث هذه الحالة غالباً عند الأشخاص الذين هم في المرحلة الانتقالية بين المراهقة والبلوغ، مثل طلاب الجامعات. تهدف هذه الدراسة أولاً إلى تحديد القلق في مواجهة المستقبل الوظيفي في ظاهرة أزمة ربع الحياة، والثانية لتحديد التوقعات الاجتماعية في ظاهرة أزمة ربع الحياة التي يعاني منها طلاب قسم التوجيه والإرشاد الإسلامي، والثالثة لتحديد الضغط الأكاديمي على ظاهرة أزمة ربع الحياة التي يعاني منها طلاب قسم التوجيه والإرشاد الإسلامي. يستخدم هذا البحث نهجاً نوعياً لنوع بحث دراسة الحالة. في هذا البحث، تقنيات تحليل البيانات المستخدمة هي التحليل النوعي الوصفي. طريقة جمع البيانات في هذا البحث هي من خلال المقابلات لحفر المعلومات. ختام هذا البحث هو أولاً القلق المتعلقة المستقبل الوظيفي هو مصدر قلق كبير للطلاب قسم التوجيه والإرشاد الإسلامي. إن محدودية فرص العمل، وربط المعرفة بالعمل، والمتطلبات الإضافية مثل المدارس المهنية، والمنافسة في الحصول على الوظيفة المرغوبة هي بعض العوامل التي تؤثر على هذا القلق، تلعب التوقعات الاجتماعية دوراً مهماً في ظاهرة أزمة ربع العمر التي يعاني منها طلاب قسم التوجيه والإرشاد الإسلامي. الفرق بين التوقعات الاجتماعية والواقع الذي يعاني منه الطلاب يمكن أن يؤدي إلى أزمة في مرحلة الحياة الرباعية، والضغط الأكاديمي الثالث على الرغم من أنه ليس عاملاً رئيسياً، لا يزال مصدراً للضغط على طلاب قسم التوجيه والإرشاد الإسلامي. يمكن أن يأتي هذا الضغط من البيئة الاجتماعية وتوقعات الأسرة. من المهم أن نفهم أن الأفراد لديهم اختلافات في الاستجابة للضغط الأكاديمي، ويشعر بعض الطلاب بآثار سلبية مثل الشعور بالنقص وانعدام الثقة بالنفس.

**الكلمات المفتاحية:** أزمة ربع الحياة، طلاب قسم التوجيه والإرشاد الإسلامي.