

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada dasarnya perjalanan hidup, seseorang akan menghadapi masa peralihan dari masa anak-anak, remaja, dewasa, hingga masa tua.² Setiap orang akan mengalami masa transisi, tantangan, serta krisis dalam kehidupan sehari-harinya, baik yang bersifat psikologis maupun fisik. Pada tahap perkembangan remaja biasanya akan mulai mencari jati diri untuk masa depannya karena pada masa peralihan dari remaja ke dewasa ialah masa krusial bagi setiap individu.

Remaja cenderung mencemaskan masa depannya, melihat teman sebayanya sudah terlebih dahulu meniti karir, tentunya akan timbul rasa cemas karena diri sendiri masih berada di tempat belum melakukan perubahan. Menghadapi situasi tersebut remaja mulai mengalami cemas sehingga mereka berusaha dan bertawakal kepada Allah untuk mengejar karir seperti teman-temannya. Pada tahap ini pula remaja akan mengalami perubahan menuju dewasa atau biasa disebut *emerging adulthood*.

Menurut Arnett, *emerging adulthood* adalah tahap perkembangan remaja akhir yang mengalami transisi menuju 20 tahun, dimana fokus usia 18-25 tahun. Pada periode umur 18-25 tahun banyak individu sudah menyelesaikan pendidikan, hingga dimana individu sudah banyak yang

²Diananda Amita, "Psikologi Remaja Dan Permasalahannya," Journal Istighna 1, no. 1 (2018): hal. 117.

membuat komitmen yang menggambarkan kehidupan dewasa seperti: cinta, pekerjaan, serta bagaimana cara pandang terhadap dunia.³

Mengutip dari laman GenSindo, berdasarkan survei yang dilakukan pada 31 responden yang berstatus sebagai mahasiswa dan pekerja rentang umur 18-25 tahun mengenai *Quarter Life Crisis* menyatakan bahwa rentang usia peralihan dari remaja menuju dewasa awal mengalami kecemasan, masalah karir, jodoh, pendidikan, persaingan global, dan kesehatan.⁴

Pada tahap *emerging adulthood* seseorang biasanya hendak menghadapi *quarter life crisis*, yaitu situasi yang dialami individu diakibatkan ketidakseimbangan, perasaan ketidakmampuan, gagal, menarik diri, serta kepanikan karena ketidakberdayaan dalam dirinya. Istilah *quarter life crisis* pertama kali dikenalkan oleh Robinson dan Winner. *Quarter life crisis* yaitu kondisi dimana seseorang mencemaskan masa depannya, selain itu juga terdapat dorongan dari keluarga dan orang-orang sekitar hingga menyebabkan mereka cemas dan bingung.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Syarifaniaty dkk, dengan jumlah responden sebanyak 125 orang dengan kategori umur 18-25 tahun baik laki-laki atau wanita yang berdomisili di Kota Mataram menunjukkan hasil bahwa 98% responden mengalami *quarter life crisis*. Kemudian, penelitian ini juga menyatakan bahwa perasaan putus asa dan

³Jeffrey Jensen Arnett, "Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens through the Twenties," *American Psychologist* 55, no. 5 (2000): hal. 469.

⁴Afifah Rahmah Nurdifa, "Survei: 5 Hal Paling Dicemaskan Saat Quarter Life Crisis," GenSindo, 2020, <https://gensindo.sindonews.com/read/14429/700/survei-5-hal-paling-dicemaskan-saat-quarter-life-crisis-1588370747>. diakses pada tanggal 29 Desember 2023

cemas relatif rendah dibandingkan dengan perasaan penilaian diri negatif yang cenderung tinggi dan mendominasi *quarter life crisis* pada pria atau wanita yang bekerja maupun belum bekerja di Kota Mataram.⁵

Pada rentang usia 18-25 tahun ini seseorang akan mulai mencari makna hidup, disisi lain rentang usia ini terdapat tuntutan akan beberapa hal seperti memiliki keterampilan khusus, bertemu orang baru untuk membangun relasi bahkan tidak jarang juga memenuhi tuntutan dari orang-orang sekitar atau sekedar mencari penghargaan dari orang lain.

Pada usia ini remaja juga rentan mengalami permasalahan psikologis yang dapat mempengaruhi pola pikir dari remaja tersebut. Fenomena seperti ini umumnya dirasakan oleh seluruh remaja yang akan menginjak dewasa yang menuntut untuk berinovasi dan beradaptasi.

Disisi lain ketika mengalami kegagalan kita tidak boleh berputus asa jika semuanya adalah akhir. Sebaliknya intropeksi diri diperlukan dengan mencari faktor penyebab kegagalan serta memperbaiki diri dimasa depan. Kita juga harus paham bahwa cobaan datangnya dari Allah serta ada hikmah yang dapat kita ambil dan pelajari dari kesulitan yang telah dihadapi

Pada rentang usia 18-25 tahun, memilih dan mencari pekerjaan adalah tanggung jawab individu. Hal tersebut tidak menunjukkan bahwa keputusan yang dibuat pada masa tersebut merupakan keputusan yang

⁵Syarifaniaty Miranda Agustina, Putri Nurida Fitriani, and Handrix Chris Haryanto, "Studi Deskriptif Quarterlife Crisis Pada Fase Emerging Adulthood Di Kota Mataram Saat Masa Pandemi," *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi* 13, no. 01 (2022): hal. 65.

kuat.⁶ Persaingan dunia kerja yang sulit, *skill* yang kurang mumpuni, keterampilan komunikasi yang buruk, dan belum mempunyai pengalaman kerja menjadi tantangan yang akan dihadapi ketika hendak memasuki dunia kerja pada usia remaja yang beralih menuju dewasa awal. Dengan berkerja dapat memenuhi kebutuhan hidup dan menurunkan tingkat kecemasan individu bagi yang sudah mendapatkan pekerjaan.

Permasalahan yang ada pada pekerjaan bukanlah untuk mencari uang semata melainkan pekerjaan yang sesuai impianlah yang pantas untuk dikejar dan harus sesuai kebutuhan dengan kemampuan yang dimiliki. Penyebab dari adanya krisis ini sendiri karena terdapat tekanan serta tuntutan yang berasal dari lingkungan luar dan diri sendiri ketika pencapaian hidup yang diimpikan belum tercapai.⁷

Pada hal ini kita dituntut untuk terus berikhtiar dalam menjalani segala sesuatu dan menyerahkan semuanya kepada Allah SWT. Dengan demikian kita perlu menerapkan tawakal dalam kehidupan sehari-hari supaya kehidupan menjadi damai.

Meskipun tawakal berarti pengabdian dan upaya kepada Allah, maknanya bukan hanya bertawakal dan melepas seluruh upaya serta perjuangan. Menghindari masalah bukanlah cara yang bijak dalam menyelesaikan suatu permasalahan, akan tetapi dalam menghadapi masalah lebih baik dengan mencari solusi atau jalan keluar. Sebagian individu

⁶Siti Rahayu Hadinoto, "Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagian," (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2014), hal. 304.

⁷Icha Herawati and Ahmad Hidayat, "Quarterlife Crisis Pada Masa Dewasa Awal Di Pekanbaru," *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 5, no. 2 (2020): hal. 152–53.

menanganggap tawakal merupakan bentuk pengabdian tanpa usaha maupun hanya menggantungkan diri pada Allah SWT.⁸

Didalam islam terdapat konsep tawakal, dimana tawakal itu sebagai bukti penyerahan atas semua usaha yang sudah dilakukan kepada Allah. Oleh karena itu bagi siapa saja yang sudah melaksanakan tawakal maka akan mendapatkan kecukupan baginya kemaslahatan baik dunia maupun di akhirat.

Tawakal harus diawali dengan usaha yang cukup bahkan kalau bisa yang dilakukan dengan maksimal. Jika dirasa usaha yang dilakukan sudah maksimal barulah menyerahkan hasilnya kepada Allah.⁹

Sebagaimana firman Allah dalam QS. al-Imron ayat 159:¹⁰

فِيمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ ۗ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ ۗ فَاعْفُ عَنْهُمْ
وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ ۗ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴿١٥٩﴾

Artinya: “Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekadmu maka bertawakallah kepada Allah, sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakal kepada-Nya.”

Tawakal adalah berpasrah diri di setiap usaha yang sudah dilakukan. Tawakal bukan sekedar memasrahkan usaha, tetapi lebih pada memasrahkan wewenang untuk menentukan hasil. Ketika manusia

⁸Nurmiat, Achmad Abubakar, and Aan Parhani, “Nilai Tawakal Dalam Al-Quran,” *Palita: Journal of Social Religion Research* 6, no. 1 (2021): 82.

⁹Kanafi Imam, *Ilmu Tasawuf Penguatan Mental-Spiritual Dan Akhlaq, PT. Nasya Expanding Management*, 2020, hal. 58.

¹⁰Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, (Jakarta Timur: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), hal. 95.

memasrahkannya pada Allah sehingga tidak merasa memiliki beban secara pikiran maupun psikologis.¹¹

Menurut Rustan tawakal yaitu berserah diri kepada Allah SWT ketika menghadapi maupun menunggu dari hasil sesuatu kegiatan yang telah dilakukan.¹² Bagi orang yang mempunyai tingkat ketawakalan yang tinggi tentunya akan memperoleh kesuksesan dalam meraih cita-citanya, terlebih lagi bagi orang yang melakukan tawakal kepada Allah akan memperoleh pengalaman spiritual dan emosional yang tidak terbatas. Dalam hal ini tawakal dapat membuat hati tenang dan damai karena segala urusan yang sudah diupayakan kita serahkan penuh kepada Allah SWT.

Fenomena ini menunjukkan bahwa terdapat beberapa remaja di Desa Jambean yang telah memasuki usia dewasa awal, mereka mulai memikirkan tentang masa depannya dan mencari pekerjaan yang layak. Hal ini terlihat bahwa mereka sudah berusaha keluar dari zona nyaman untuk memulai menata masa depan, tidak sedikit dari mereka memulai untuk mencari pekerjaan sesuai minat dan bakat. Banyak dari mereka yang sudah berusaha namun juga belum memperoleh hasil yang sesuai dengan apa yang diinginkan. Keadaan cemas dan bingung sudah pasti menghampiri, mereka dituntut untuk kuat dalam meraih masa depan. Sehingga tidak sedikit dari mereka berpasrah pada keadaan serta menyerahkan semuanya kepada Allah SWT.

¹¹Syamsul Bakri and Ahmad Saifuddin, "SUFU HEALING : Integrasi Tasawuf Dan Psikologi Dalam Penyembuhan Psikis Dan Fisik," (Depok: Rajawali Press, 2019), hal. 122.

¹²R Rustan, "Tawakal: Status Hadis Dan Pandangan Ulama," *Dialektika* 14, no. 2 (2021): hal. 79.

Dari uraian tersebut, peneliti ingin menunjukkan lebih dalam mengenai sikap tawakal dalam menghadapi *quarter life crisis*, yang ditujukan untuk remaja usia 18-25 tahun yang menghadapi permasalahan terhadap dunia kerja dengan berbagai kondisi kecemasan dan kebingungan yang dialami. Penelitian ini diharapkan dapat membantu dan mengurangi kondisi *quarter life crisis* pada remaja beralih menuju dewasa awal.

Sehingga, judul penelitian memfokuskan pada topik “Makna *Tawakal* Remaja *Quarter Life Crisis* terhadap Dunia Kerja di Desa Jambean Kabupaten Kediri.”

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan gambaran latar belakang diatas, maka fokus penelitian ini yaitu :

1. Bagaimana makna *tawakal* remaja *quarter life crisis* terhadap dunia kerja di Desa Jambean Kabupaten Kediri?
2. Bagaimana kesadaran pemaknaan *tawakal* yang dilakukan remaja *quarter life crisis* terhadap dunia kerja di Desa Jambean Kabupaten Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan serta memahami terkait :

1. Bentuk makna tawakal pada remaja *quarter life crisis* terhadap dunia kerja di Desa Jambean Kabupaten Kediri.

2. Bentuk kesadaran pemaknaan tawakal pada remaja *quarter life crisis* terhadap dunia kerja di Desa Jambean Kabupaten Kediri.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi serta landasan kajian keislaman terkhusus dalam keilmuan Tasawuf Psikoterapi. Serta untuk meningkatkan dan mengembangkan informasi mengenai makna tawakal remaja *quarter life crisis* terhadap dunia kerja di Desa Jambean.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti dalam menemukan makna tawakal pada remaja *quarter life crisis* terhadap dunia kerja di Desa Jambean.

E. Penegasan Istilah

1. Tawakal

Tawakal yakni penyerahan atas segala urusan kepada Allah dengan usaha yang dilaksanakan optimal, serta pemasrahan hasil dari yang diupayakan disertai niat untuk memperoleh kemaslahatan atau menghindari kemudharatan.¹³

2. *Quarter Life Crisis*

Quarter life crisis ialah masa seorang remaja memasuki fase dewasa awal. Pada masa ini muncul kecenderungan emosional yang

¹³Isnaini Shofi Silviyah, "Konsep Tawakal Ibnu Atha'illah As Sakandari (Tinjauan Psikologi Humanistik)" (Skripsi: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023), hal. 11.

signifikan dikarenakan berbagai faktor sehingga muncul perasaan kebingungan, rasa bersalah, cemas, insecure, dan putus asa pada diri individu.¹⁴ Dalam hal ini individu pada rentang usia 18-25 tahun yang biasanya rentan mengalami psikologis. Hal ini tentunya akan membuat individu mengalami krisis dalam kehidupannya.

3. Remaja

Masa remaja yakni masa peralihan antara anak-anak menuju dewasa. Ketika proses transisi, remaja cenderung mengalami banyak perubahan dalam dirinya sehingga menyebabkan remaja menjadi tertekan. Peralihan dari remaja akhir menuju dewasa atau bisa disebut dengan *emerging adulthood*. Dalam proses perkembangannya mayoritas didominasi pada fisik dan motorik yang berkaitan dengan kematangan atau *akil balig*, perkembangan kognitif serta intelektual, perkembangan sosial, serta emosi.¹⁵

4. Dunia kerja

Dunia kerja yakni lingkungan di mana individu bersangkutan langsung pada pekerjaan yang digeluti untuk mencari penghasilan sebagai pemenuhan kebutuhan hidupnya.¹⁶

¹⁴Aginta Nur Arsina, "Solusi Al Quran Menghadapi Kecemasan Pada Fase Quarter Life Crisis Perspektif Tafsir As Sa'di" (Skripsi: Universitas Islam Negeri Sumatra utara, 2023), hal. 13–14.

¹⁵Sulaiman Hamidah et al., Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja Pengasuh Anak Lintas Budaya (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2020), hal. 117–18.

¹⁶Artikel Online: "Dunia Kerja: Pengertian Beserta Kiat Untuk Menghadapinya," Kumparan, n.d., <https://kumparan.com/berita-terkini/dunia-kerja-pengertian-beserta-kiat-untuk-menghadapinya-221tzI9TfOe/full>. Diakses pada tanggal 20 Desember 2023