

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah individu yang tengah menjalani peran pelajar dan menempuh pendidikan disuatu perguruan tinggi. Arnett, (2000) menyatakan bahwa periode ini, mahasiswa memasuki fase peralihan atau transisi dari masa remaja ke masa dewasa atau yang biasa dimaknai sebagai masa *emerging adulthood* dimana mereka mulai mengeksplorasi diri dan memenuhi ekspektasi orang-orang terdekatnya, antara lain menyelesaikan pendidikan tepat waktu, mencari pekerjaan, memulai hubungan romantis, dan mampu mengurus diri sendiri. Fase ini umumnya dialami oleh mahasiswa antara usia 18 hingga 20 tahun, dan mencapai maksimalnya antara usia 20 hingga 25 tahun, yang mana pada saat itu, mahasiswa cenderung mendekati akhir studi tingkat strata 1 (S1) atau yang lebih di kenal sebagai mahasiswa tingkat akhir (Qolbi, 2020). Menurut Asrun et al., (2020) mahasiswa tingkat akhir adalah para individu yang tengah fokus mengerjakan tugas akhir yaitu skripsi, sebagai ketentuan dan syarat utama untuk mendapatkan gelar Sarjana. Ini merupakan langkah penting bagi mahasiswa yang bercita-cita untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar sarjana. Mereka diharapkan menghasilkan publikasi ilmiah dari penelitian yang mereka lakukan, dengan harapan bahwa hasil tulis yang mereka buat dapat bermanfaat untuk khalayak luas.

Mahasiswa tingkat akhir idealnya dituntut untuk mempunyai gambaran dan pandangan masa depan yang jela serta dapat menjalankan tuntutan sosial. Mereka diharapkan dapat merencanakan karir sesuai minat dan menemukan kompetensi diri yang dapat memberikan jaminan finansial yang baik. Setelah menyelesaikan studi, diharapkan mahasiswa tingkat akhir mampu menjalankan peran baru dimana para mahasiswa akan mengalami perubahan peran yang semula masih bergantung dengan orang tua pada akhirnya dituntut untuk mandiri (Sujudi, 2020)

Selaras dengan pendapat Miller (dalam Arini, 2021) beberapa tugas perkembangan yang umum terjadi pada mahasiswa tingkat akhir dimasa *emerging adulthood* ialah mahasiswa diharapkan dapat mencapai kemajuan dalam hal karir dan akademik serta membuat keputusan secara mandiri. Namun realitanya mahasiswa tingkat akhir sering menghadapi sejumlah masalah saat menjalani sisa waktu kuliah, terutama terkait penyusunan skripsi. Mereka kerap mengalami tantangan dan hambatan dalam proses menyelesaikan skripsi, seperti kurangnya motivasi, masalah dengan dosen pembimbing dan kesulitan memperoleh referensi yang relevan. Masalah lainnya termasuk kekhawatiran tentang mencari pekerjaan, sebagian mahasiswa mungkin mendapat bantuan dari orang tua yang memiliki jejaring luas, sementara mahasiswa yang lain merasa terjebak dipersimpangan jalan tanpa arah yang jelas. Pertanyaan seperti “Apa yang harus dipilih?” atau “Jalur mana yang sebaiknya diambil?” seringkali menghantui mereka. Masalah asmara juga tak kalah menjadi perhatian, karena semakin dewasa semakin banyak yang harus dipertimbangkan, terutama dalam mengambil keputusan untuk menikah yang tidak sesederhana yang dibayangkan pada masa remaja (Anita, 2023)

Masalah-masalah yang dihadapi oleh mahasiswa tingkat akhir seringkali memicu perasaan tertekan, cemas, insecure dan tidak bermakna (Sujudi, 2020). Seperti halnya yang dikatakan Arnett, (2000) jika tugas-tugas perkembangan pada mahasiswa tingkat akhir terlaksana dengan baik, maka dapat menciptakan kebahagiaan, namun jika mahasiswa tidak mampu mengatasi tugas-tugas perkembangan tersebut, mereka beresiko mengalami masa sulit dalam fase perkembangan selanjutnya dan dapat mengakibatkan krisis. Krisis ini terjadi pada usia 20-an akibat respon negatif berupa perasaan ragu pada kemampuan yang dimiliki perasaan tidak berdaya, dan kebingungan dalam menentukan arah hidup. Kondisi ini dikenal sebagai istilah *quarter life crisis*.

Menurut Robbins & Wilner, (2001) istilah *quarter life crisis* dijelaskan sebagai fase transisi atau peralihan individu yang semula berada di lingkup akademik kemudian menuju kehidupan nyata (*realworld*) dimana mereka menghadapi pertanyaan-pertanyaan seputar masa depan dan mengevaluasi pencapaian mereka selama ini. Di usia 20-an, individu mulai memikirkan dan merenungkan kondisi mereka, merasa kehilangan jati diri dan bingung mengenai pilihan karir. *Quarter life crisis* rentan dialami oleh mahasiswa tingkat akhir mereka menyambut masa transisi dari ketergantungan finansial pada orang tua menuju kemandirian untuk memenuhi kebutuhan mereka dimasa mendatang.

Sebuah survei tentang *Quarter life crisis* pernah dilakukan oleh GenSindo pada 31 responden berusia 18 hingga 25 tahun, dimana 95% merupakan mahasiswa dan sisanya adalah pekerja. Hasil survei tersebut mengungkapkan hasil 5 hal yang menjadi perhatian utama ketika melewati awal masa dewasa yaitu pendidikan, karier, persaingan global dan jodoh (Nurfida, 2020). Selain itu, Tim Program Kreativitas Mahasiswa Bidang Riset Sosial Humaniora (PKM-RSH) melakukan sebuah penelitian mengenai dimanika *quarter life crisis* pada mahasiswa yang mana menunjukkan bahwa mereka merasakan kekhawatiran terkait perkembangan karier, finansial, pendidikan, bahkan hubungan asmara, yang dipicu oleh tekanan yang berasal dari lingkungan sekitar maupun internal, hal ini berdampak pada kesejahteraan emosional, fisik, maupun fungsi diri (Zharifa et al., 2023). Lalu ada penelitian lain dari Fajeri (2023), yang mana ia melakukan penelitian pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir di Perguruan Tinggi Kabupaten Jember, ia menemukan bahwa 48% mahasiswa mengalami sebuah krisis atau *quarter life crisis* tingkat tinggi di umur 22 tahun, dengan kekhawatiran akan hubungan interpersonal dan juga kekhawatiran akan masa depan. Riset-riset tersebut memperlihatkan bahwa *quarter life crisis* cukup banyak didapati oleh mahasiswa terutama pada tahap akhir studi, karena pada masa ini mahasiswa

menghadapi banyak tekanan dan tuntutan sosial terkait tugas akhir, rencana karier hingga masalah asmara.

Peneliti sendiri telah melakukan survei awal pada tanggal 17 Januari 2024 melalui kuesioner online yang disebar kepada 100 responden, yaitu mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid ali Rahmatullah Tulungagung angkatan 2020 yang berada pada rentang usia 20-30 tahun. Hasilnya menunjukkan responden mendapati tanda-tanda *quarter life crisis* seperti cemas dan tertekan dalam penyelesaian skripsi, bimbang dalam menentukan karir, serta khawatir dalam membangun hubungan interpersonal seperti pertemanan dan pasangan. Peneliti juga melakukan wawancara pra-penelitian pada lima mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid ali Rahmatullah Tulungagung angkatan 2020. Dalam wawancara tersebut tiga dari mereka terindikasi mengalami *quarter life crisis* dengan indikasi khawatir saat memikirkan masa depan terkait masalah pekerjaan, karir dan juga masalah asmara, serta rasa tidak puas terhadap pilihan hidup mereka. Mereka juga merasakan cemas dan tertekan akibat hambatan dan tantangan dalam menyelesaikan skripsi. Ditemukan bahwa penyebab utama yang dirasakan pada mahasiswa yang tengah mengalami *quarter life crisis* yaitu perilaku membandingkan diri sendiri dengan mahasiswa atau orang lain yang dirasa lebih unggul dari dirinya.

Hasil wawancara awal yang telah sampaikan ternyata bertolak belakang dengan teori yang dikemukakan Arnett (2000), dimana ia menyatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir pada usia 20-an biasanya antusias dan memiliki semangat tinggi dalam menghadapi tantangan merencanakan masa depan yang diharapkan akan berdampak positif pada peningkatan akademis dan karir mereka di masa depan. Namun, hasil wawancara menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa tingkat akhir di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung mengalami kekhawatiran dan keraguan terkait tugas akhir, hubungan asmara, karir dan pekerjaan. Hal tersebut timbul akibat kecenderungan mereka yang memiliki perilaku

membandingkan diri sendiri menggunakan objek orang lain yang dianggapnya lebih unggul dari mereka, yang mana akhirnya mengganggu fokus mereka pada tugas-tugasnya saat ini. Dampaknya adalah rasa ketidakpuasan terhadap pencapaian pribadi karena adanya berbagai pilihan serta hilangnya kepercayaan pada kemampuan diri sendiri. Perilaku semacam ini disebut sebagai perbandingan sosial atau *social comparison*.

Menurut Festinger (1954) *social comparison* timbul saat seseorang merasa termotivasi untuk membandingkan dirinya dengan orang lain sebagai cara untuk menilai atribut yang ada pada dirinya . oleh karena itu, *social comparison* dilakukan bertujuan untuk mendapat gambaran yang lebih akurat tentang diri sendiri apakah kemampuannya sudah baik dan pendapatnya sudah benar. Terdapat dua jenis *social comparison*, yaitu perbandingan kebawah (*downward comparison*) dan perbandingan keatas (*upward comparison*) . Perbandingan keatas adalah perilaku seorang individu yang membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap lebih unggul dari dirinya, lalu *downward comparison* adalah ketika seorang individu yang membandingkan dirinya dengan orang lain yang dianggap lebih buruk darinya. Beberapa mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah terindikasi melakukan perbandingan sosial keatas dimana mereka membandingkan diri mereka sendiri dengan orang yang sebaya dengannya atau mahasiswa lain yang dianggap lebih unggul. Festinger (1954) berpendapat bahwa individu cenderung melakukan perbandingan ke atas sebagai upaya untuk pengembangan diri, namun hal ini dapat berdampak buruk seperti kecemburuan, cemas, frustrasi dan munculnya perasaan rendah diri atau ketidakberdayaan, terutama jika individu merasa sulit mengendalikan peningkatan posisinya. Pinggolio (2015) juga menekankan bahwasanya *social comparison* adalah salah satu penyebab atau faktor yang dapat menjadikan seseorang mengalami *quarter life crisis*.

Maka dari itu, peneliti memilih *social comparison* sebagai variabel bebas sementara *quarter life crisis* sebagai variabel terikat. Berdasarkan hasil survei awal dan wawancara, peneliti menemukan bahwa cukup banyak mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang mengalami gejala *quarter life crisis*, yang beberapa diduga disebabkan oleh perilaku membandingkan diri dengan orang lain. Peneliti percaya bahwa penelitian ini memiliki signifikansi penting karena beberapa alasan, yakni untuk (1) menggambarkan tingkat *social comparison* dan *quarter life crisis* dan (2) memahami bagaimana *social comparison* mempengaruhi *quarter life crisis* mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Berdasarkan temuan fenomena pada mahasiswa tingkat akhir serta latar belakang masalah yang telah diuraikan peneliti, maka peneliti memilih Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung sebagai lokasi penelitian dengan judul “Pengaruh *Social comparison* terhadap *Quarter life crisis* Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung”.

B. Identifikasi Masalah

1. Berbagai masalah seperti kesulitan dalam menyelesaikan skripsi, ketidakpuasan akan hal yang dicapai, kebimbangan dalam merencanakan masa depan hingga masalah asmara menyebabkan sebagian mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung akhirnya mengalami krisis, krisis ini biasa disebut dengan istilah *quarter life crisis*.
2. Perilaku membandingkan diri dengan orang lain diduga menjadi faktor penyebab mahasiswa tingkat akhir menjadi mengalami sebuah krisis atau disebut *quarter life crisis*, perilaku ini disebut dengan *social comparison*.

C. Rumusan Masalah

1. Adakah pengaruh yang signifikan antara *Social comparison* terhadap *Quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
2. Seberapa besar presentase pengaruh *Social comparison* terhadap *Quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?

D. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui adakah pengaruh antara *Social comparison* Terhadap *Quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung
2. Mengetahui seberapa besar presentase pengaruh *Social comparison* terhadap *Quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

E. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini akan berkontribusi dalam pengembangan teori-teori terkait *social comparison* dan *quarter life crisis*
 - b. Penelitian ini dapat menjadi rujukan yang relevan bagi peneliti berikutnya
 - c. Memberikan pemahaman tentang seberapa besar pengaruh *social comparison* terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung
2. Secara Praktis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa tingkat akhir perihal bahayanya membanding diri secara negatif dengan orang lain yang dianggap lebih unggul darinya dimasa *quarter life* mereka
 - b. Penelitian ini juga dapat memberikan wawasan dan pengalaman langsung bagi peneliti tentang pentingnya memahami diri sendiri

serta mengurangi perilaku membandingkan diri dengan orang lain selama fase *quarter life*.