

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Generasi Z adalah mereka yang telah tumbuh di lingkungan yang tidak pasti dan kompleks yang menentukan pandangan mereka tentang pekerjaan, belajar, dan dunia.¹ Generasi Z diketahui lahir pada rentang tahun 1995-2010 dan merupakan penyumbang terbesar keseluruhan populasi manusia di dunia. Dari tahun kelahiran tersebut diketahui bahwa mereka yang termasuk ke dalam golongan generasi Z rata-rata sudah menginjak usia dua puluhan.

Berdasarkan studi terdahulu, para ahli mengatakan bahwa generasi Z ini merupakan generasi yang paling kesepian walaupun mereka lahir dan hidup di zaman yang sudah tidak terlalu jelas lagi sekat jarak dan waktunya. Sejalan dengan hasil studi tersebut, gen Z pada akhirnya banyak yang mengalami krisis seperempat abad hidup atau seringkali dikenal dengan istilah *quarter life crisis*. Fenomena *quarter life crisis* umumnya dirasakan oleh hampir seluruh gen Z. Seperti yang dikutip dari The Guardian, sekitar 86% muda-mudi dengan rentang usia 20-30 tahun pasti akan melalui masa krisis seperempat abad dalam hidup.² Hal ini serupa dengan yang dijelaskan oleh Alexandra Robbins dan Abby Wilner dalam buku

¹ Hadion W., Irjus I., Yoyok C., dkk, 2020, Generasi Z & Revolusi Industri 4.0, Banyumas: CV Pena Persada, hal. 3.

² Amelia Hill, 2011, The Quarterlife Crisis: Young, Insecure and Depressed, <https://www.theguardian.com/society/2011/may/05/quarterlife-crisis-young-insecure-depressed>, diakses pada 28 November 2023.

mereka bahwa krisis seperempat baya ini terjadi pada dewasa muda yang berusia 21-30 tahun.³

Data yang dimiliki Kementerian Dalam Negeri RI mengenai jumlah gen Z di Indonesia per tahun 2021 tercatat ada sekitar 68 juta jiwa dan paling banyak berada di wilayah Jawa Barat.⁴ Muda-mudi pada masa dewasa awal, sedang mengalami banyak perubahan dalam hidup sehingga dapat diperkirakan bahwa dalam jumlah besar seperti yang telah disebutkan, gen Z di Indonesia sangat rentan, bahkan sudah terjangkit bibit *quarter life crisis*, utamanya mahasiswa. Krisis seperempat abad atau *quarter life crisis* sendiri adalah periode dalam hidup yang dipenuhi ketidakpastian. Aspek ketidakpastian ini bisa meliputi apapun terkait tujuan hidup. Mulai dari pendidikan, karier, asmara, keluarga, dan keuangan.⁵

Quarter life crisis yang menimpa mahasiswa gen Z banyak disebabkan oleh besarnya ekspektasi kehidupan yang dibebankan kepada mereka. Seringkali hal itu berasal dari orang tua dan keluarga, mengenai tindakan yang harus dilakukan demi masa depan, lalu stres karena persoalan akademik.⁶ Awal mula munculnya perasaan waswas, gelisah, dan tidak bahagia adalah karena adanya problematika dalam lingkup akademik, pekerjaan, hubungan interpersonal, masalah keuangan, dan

³ Alexandra R., Abby Wilner, 2001, *Quarterlife Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties*, New York: Penguin Publishing Group, hal. 6.

⁴ Shilvina Widi, 2022, Ada 68,66 Juta Generasi Z di Indonesia, Ini Sebarannya, <https://dataindonesia.id/varia/detail/ada-6866-juta-generasi-z-di-indonesia-ini-sebarannya>, diakses pada 25 Juli 2024.

⁵ Anisya Fitrianti, 2020, Quarter Life Crisis adalah Kondisi Serius, Begini Cara Menghadapinya, <https://www.gooddoctor.co.id/hidup-sehat/mental/ciri-ciri-quarter-life-crisis/>, diakses pada 2 Desember 2023.

⁶ Alfiesyahrianta H., Nandy Agustin S., Zainul A., 2019, “Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) Pada Mahasiswa”, *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 5(2), hal. 130.

masalah pribadi lainnya.⁷ Dalam studi terdahulu mengenai investigasi kecerdasan emosional dan *self-esteem* dalam *quarter life crisis*, faktor sentral dari krisis seperempat hidup di antaranya adalah ketidakpuasan dalam berkarier, stres, masalah hubungan, dan kesehatan mental.

Terjadinya krisis seperempat abad pada gen Z, juga biasanya karena ketiadaan stabilitas yang dapat diprediksi, yang mendorong mereka melakukan hal-hal yang tidak terduga. Sebelumnya mereka berada pada satu garis lurus di sepanjang tahap rangkaian lembaga pendidikan yang memang sudah sepatutnya diikuti dan jalan untuk melaluinya sudah ditentukan dengan jelas. Namun nanti setelah lulus, lambat laun alur kehidupan akan terbagi ke dalam banyak pilihan berbeda yang harus ditentukan sendiri, entah itu berhubungan dengan karier, finansial, keluarga, atau bahkan kehidupan sosial. Tidak ada cara pasti untuk mencapai satu titik ke titik lainnya. Ditambah dengan kemajuan teknologi yang pesat, utamanya keberadaan internet dan media sosial, juga telah mengubah cara generasi Z berinteraksi dan memandang dunia. Informasi apapun menjadi mudah diakses, namun algoritma konten orang lain yang tak terbatas, memunculkan tekanan sosial yang tidak terhindarkan. Dalam dinamika kehidupan mahasiswa gen Z yang semakin kompleks, platform media sosial dapat menjadi ajang perbandingan kehidupan, di mana pencapaian orang lain terlihat begitu memuaskan.

⁷ Elgea Nur B., Endah Nawangsih, 2019, "Kajian Resiliensi pada Mahasiswa Bandung yang Mengalami Quarter Life Crisis", *Prosiding Psikologi*, 5(2).

Banyaknya kemungkinan yang menunggu untuk dieksplor tentu memberi harapan baru pada diri seorang gen Z, itulah sebabnya dikatakan bahwa kualitas seumur hidup menanti mereka di usia 20-an. Namun di lain sisi, serangkaian keputusan yang tidak ada habisnya juga dapat membuat mereka mempertanyakan tanpa henti tentang bagaimana dan apa yang akan terjadi di masa depan serta munculnya rasa tersesat.

Sejalan dengan hasil studi tersebut, fenomena *quarter life crisis* yang banyak ditemui di kalangan muda-mudi, khususnya dalam konteks penelitian ini yaitu lima mahasiswa Pendidikan Sosiologi angkatan 2019 UNJ yang tergolong generasi Z, ditandai dengan munculnya rasa kesepian, cemas, dan bingung dengan tujuan hidup. Hal itu dapat dikaitkan dengan bagaimana mereka memandang dan menjalani kehidupan, seperti bagaimana mereka bertindak. Peter Berger dan Thomas Luckmann dalam karya mereka tentang konstruksi sosial atas kenyataan, melihat suatu realitas yang ada di masyarakat terbentuk melalui konstruksi sosial bersama (hasil ciptaan manusia yang kreatif) yang terus menerus dipelihara melalui interaksi sosial dan dilembagakan.

Dalam hal ini, kehidupan yang dijalani mahasiswa Pendidikan Sosiologi angkatan 2019 Universitas Negeri Jakarta yang sudah berada di tahap akhir studi, membuat mereka rentan mengalami *quarter life crisis*, ditambah dengan tanggung jawab besar yang menanti setelah kelak mereka selesai menempuh studi akademik, yang mana hal-hal ini terbentuk karena konstruksi sosial yang mendasarinya melalui interaksi yang terjalin dengan orang-orang terdekat. Lima mahasiswa dalam penelitian ini memiliki *background* hidup yang beragam, dimana masing-

masingnya ada yang aktif berkegiatan, berorganisasi, bahkan produktif bekerja, atau ada juga yang pasif dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Oleh karena latar belakang atau kriteria yang beragam dan juga uraian yang telah dijabarkan, krisis *quarter life* yang terjadi bisa menjadi menarik dibahas, sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “**KONSTRUKSI SOSIAL DALAM PEMBENTUKAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA GENERASI Z (Studi Kasus 5 Mahasiswa Pendidikan Sosiologi Angkatan 2019 Universitas Negeri Jakarta)**”.

1.2 Permasalahan Penelitian

Perkembangan zaman yang pasti terjadi mau tak mau membuat generasi Z harus dapat menjalani kehidupan yang lebih cepat, lebih maju, tetapi juga lebih pelik. Generasi Z diharapkan memiliki kemampuan agar dapat berkembang secara aktif, produktif, dan independen. Tentu saja terdapat banyak peluang, namun juga tantangan yang ada akan semakin kompleks, terutama dari berbagai pihak yang terlibat dan juga faktor-faktor penyebabnya.

Standar masyarakat yang membingkai ekspektasi dan harapan, merupakan suatu bentuk realitas yang mana hal itu dipegaruhi oleh lingkungan tempat seseorang tinggal dan tumbuh besar, berlangsung melalui interaksi dengan orang lain secara terus menerus, dalam hal ini terjadi pada 5 mahasiswa Prodi Pendidikan Sosiologi angkatan 2019 Universitas Negeri Jakarta. Kelimanya memiliki hubungan dekat dengan orang tua, dan sepenuhnya sadar bahwa orang tua mereka menaruh harap pada kehidupan mereka ke depannya, namun hal itu sebenarnya

cukup membebankan. Interaksi dengan sesama teman, baik itu antarmahasiswa atau teman masa sekolah menengah, juga berpeluang menjadi penyumbang objektivitas sehingga nantinya melahirkan suatu ketetapan dalam masyarakat, yang dipertahankan melalui signifikansi bahasa, dimana hal itu bisa menjerumuskan mahasiswa kepada krisis seperempat hidup karena bahasa mampu menyampaikan makna-makna yang bukan merupakan ekspresi langsung.

Pada kebanyakan kasus, tidak sedikit orang tua yang mau berusaha membantu anak-anak mereka mendapatkan pengalaman profesional, melainkan anak-anak tersebut harus mendapatkan pengalaman profesionalnya sendiri. Para orang tua ini juga mendapat pengaruh melalui interaksi yang terjalin dengan orang lain, dimana hal itu menciptakan beberapa standar yang mau tak mau harus dipenuhi saat anak mereka memasuki usia dewasa awal atau berada di garis ujung kelulusan dari perguruan tinggi. Mendukung penjelasan tersebut, dalam hasil riset yang dilakukan oleh Anjali Singh di tingkat sekolah menengah, ia dan timnya menemukan terdapat 55% pelajar menyatakan bahwa orang tua mereka memiliki ekspektasi agar mereka segera memiliki pengalaman profesional seperti magang atau bekerja tetap.⁸

Gen Z yang dalam konteks ini adalah lima mahasiswa program studi Pendidikan Sosiologi UNJ angkatan 2019 yang sedang berada pada tingkatan akhir studi, melihat apa yang terjadi pada hidup mereka dengan perspektif yang beragam. Umumnya mereka telah berkomitmen pada beberapa hal seperti hubungan,

⁸ Anjali Singh, 2014, "Challenges and Issues of Generation Z", IOSR Journal of Business and Management, 16(7), hal. 61.

kelompok sosial tertentu, bahkan pekerjaan. Hal ini membuat mereka terbagi dalam beberapa golongan, seperti mahasiswa kupu-kupu (kuliah pulang), mahasiswa aktif berorganisasi, mahasiswa pekerja paruh waktu, dan lain sebagainya. Namun, akhirnya mereka menyadari, bahwa hal-hal itu bukanlah apa yang diinginkan dalam jangka panjang.

Fenomena seperti ini akhirnya menjadi suatu kondisi lumrah di kalangan generasi Z, termasuk yang terjadi pada lima mahasiswa Pendidikan Sosiologi UNJ. Padahal jika dikritisi lebih dalam, lambat laun hal tersebut cenderung membuat mereka mengalami gangguan psikologis seperti khawatir, kecemasan yang berlebihan, kehilangan motivasi, dan ketakutan akan apa yang terjadi di masa depan, karena mereka tidak berada pada suatu garis hidup yang benar-benar diinginkan. Paparan citra agar bisa tampak sempurna dalam segi pencapaian keberhasilan dari lingkungan terdekat, disokong oleh platform media sosial yang sudah sangat tak asing di kalangan kelima mahasiswa, menjadikan hal ini sebagai masalah yang cukup serius dan tengah dihadapi banyak mahasiswa gen Z saat ini.

Kasus di atas dapat dikaji menggunakan teori konstruksi sosial atas realitas Peter Berger dan Thomas Luckmann. Berger berpandangan bahwa diri sebagai realitas yang diinterpretasikan oleh manusia, yang dihasilkan dari pikiran dan tindakan mereka, lalu dijaga oleh pikiran dan tindakan tersebut.⁹ Dalam konteks ini, terjadi proses sosial melalui tindakan dan interaksi yang membuat individu secara terus menerus menciptakan dan mengalami realitas bersama. Kenyataan sosial

⁹ Peter L. Berger, Thomas Luckmann, terj. Hasan, Basari, 2012, Tafsir Sosial Atas Kenyataan: Risalah tentang Sosiologi Pengetahuan, Jakarta: LP3S, hal. 28.

dipahami sebagai serangkaian berbagai tipifikasi, yang menjadi kian anonim ketika semakin menjauh dari situasi pribadi kita saat ini dalam situasi tatap muka.¹⁰

Objektivitas yang umum dari kehidupan sehari-hari kemudian dipertahankan oleh signifikansi bahasa, yang juga merupakan sebuah sistem tanda karena sifatnya objektif. Bahasa mengantarkan makna yang bukan merupakan ekspresi langsung dari subjektivitas “di sini dan saat ini”.¹¹ Selain itu bahasa juga berada di luar diri dan sifatnya memaksa seseorang untuk mengikuti pola-polanya, namun ia juga berkembang untuk memungkinkan seseorang mengobjektivasi berbagai pengalaman dalam hidup yang berbeda.

Menurut Berger dan Luckmann, dalam perkembangannya, manusia tidak hanya berhubungan timbal balik dengan lingkungan alam, tapi juga dengan tatanan budaya dan sosial tertentu, yang terhubung melalui medium orang-orang berpengaruh (*significant others*).¹² Oleh sebab itu, suatu konstruksi pada masyarakat tertentu terjadi melalui interaksi sosial yang dialektis dari tiga realitas yang ada, yaitu objektif, simbolis, dan subjektif. Selain itu, dalam prosesnya melewati tiga momen simultan, yakni eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi.

Dengan demikian penelitian ini akan melihat bagaimana konstruksi sosial dalam masyarakat memengaruhi pembentukan krisis seperempat abad pada kelima informan mahasiswa generasi Z, yang secara langsung ataupun tidak, dapat menimbulkan ekspektasi berlebih pada diri sendiri, seperti ingin memiliki banyak

¹⁰ *Ibid.*, hal. 46.

¹¹ *Ibid.*, hal. 50.

¹² *Ibid.*, hal. 65.

pencapaian di usia muda. Hal itu kemudian menyebabkan mahasiswa berada di tahap cemas, jenuh, dan lelah, serta merasakan langsung dampak lainnya.

Berdasarkan identifikasi permasalahan penelitian di atas, peneliti merumuskan beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana *quarter life crisis* pada diri generasi Z sebagai mahasiswa Pendidikan Sosiologi angkatan 2019 dibentuk oleh konstruksi sosial?
2. Apa bentuk *quarter life crisis* yang dialami oleh generasi Z sebagai mahasiswa Pendidikan Sosiologi UNJ angkatan 2019?
3. Bagaimana dampak yang ditimbulkan oleh *quarter life crisis* pada mahasiswa angkatan 2019 Pendidikan Sosiologi UNJ sebagai generasi Z?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui bagaimana *quarter life crisis* pada diri mahasiswa gen Z Pendidikan Sosiologi angkatan 2019 dibentuk oleh konstruksi sosial.
2. Untuk mendeskripsikan bentuk *quarter life crisis* yang dialami oleh informan mahasiswa Pendidikan Sosiologi angkatan 2019 sebagai generasi Z.
3. Untuk mendeskripsikan dampak yang ditimbulkan oleh *quarter life crisis* pada informan mahasiswa Pendidikan Sosiologi angkatan 2019 sebagai generasi Z.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu manfaat teoretis dan manfaat praktis. Adapun penjabaran dari kedua manfaat tersebut adalah sebagai berikut.

a) Manfaat Teoretis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi ilmu pengetahuan, terutama dalam kajian tentang sosiologi kepemudaan. Dimana dalam kajiannya, sosiologi kepemudaan menjelaskan tentang dinamika kehidupan pemuda pada lingkungan sosialnya.
2. Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman mengenai kontribusi konstruksi sosial masyarakat dalam pembentukan *quarter life crisis* pada mahasiswa sebagai generasi Z.

b) Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti, penulisan ini merupakan sarana untuk berlatih dalam pengembangan ilmu pengetahuan dalam kegiatan penulisan karya ilmiah serta menambah wawasan penulis agar berpikir secara sistematis.

1.5 Tinjauan Penelitian Sejenis

Penelitian skripsi ini menggunakan beberapa tinjauan penelitian sejenis yang berfungsi sebagai acuan atau dasar peneliti melakukan penelitian. Selain itu juga berguna untuk mencegah tindak plagiarisme oleh peneliti dan menggarisbawahi kekurangan dari penelitian yang telah ada sebelumnya.

Penelitian sejenis yang ditinjau ini terdiri dari enam jurnal nasional, sepuluh jurnal internasional, enam buku, satu tesis, dan dua disertasi. Adapun tinjauan penelitian sejenis yang digunakan oleh peneliti adalah sebagai berikut.

Generasi Z mengacu pada mereka yang lahir dalam rentang tahun 1995 hingga 2010. Karena dunia sekitar mereka sebagian besar dibentuk oleh internet, mereka sering juga disebut sebagai penduduk asli digital, generasi net, atau iGeneration. Mereka adalah generasi ras yang paling beragam hingga saat ini.¹³

Generasi Z menghargai hubungan bermakna, dimana hal itu memengaruhi pengambilan keputusan mereka dalam banyak hal. Berdasarkan penelitian, 75% responden gen Z menunjukkan bahwa mereka termotivasi karena tidak ingin mengecewakan orang lain dan membuat perbedaan bagi orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa mereka memprioritaskan menjaga hubungan yang kuat dan memberikan dampak positif kepada orang-orang di sekitar mereka. Selain itu, generasi Z merasa termotivasi dengan terlibat dalam hasrat mereka, terutama yang berkaitan dengan tujuan yang mereka pedulikan. Gen Z juga menghargai kesuksesan, menerima pengakuan atas pencapaian mereka, dan termotivasi olehnya. Penekanan pada pencapaian dan pengakuan ini dapat berdampak pada pengambilan keputusan dengan mendorong mereka untuk menetapkan tujuan, bekerja keras, dan membuat pilihan yang mengarah pada pencapaian nyata.¹⁴

Generasi Z mengutamakan keamanan finansial, hubungan yang bermakna, dan

¹³ Corey Seemiller, Meghan Grace, 2016, *Generation Z Goes to College*, San Francisco: Jossey-Bass, hal 12.

¹⁴ Corey Seemiller, Meghan G., 2019, *Generation Z: A Century in the Making*, New York: Routledge, hal. 33.

kebahagiaan. Mereka termotivasi oleh hubungan mereka, berkomitmen dengan minat mereka, dan mencapai tujuan mereka. Generasi ini dicirikan oleh keberagaman, keterbukaan pikiran, dan tekad untuk membuat perbedaan di dunia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Dolot, ciri pertama sampel penelitiannya yang adalah generasi Z yaitu meskipun usia mereka masih muda, namun sudah aktif secara profesional. Hal itu tentunya dapat memengaruhi gaya hidup dan keputusan hidup mereka serta membuat mereka lebih mandiri dan dewasa.¹⁵ Para respondennya juga diminta untuk memilih sebanyak-banyaknya karakteristik yang dapat mengidentifikasi diri mereka melalui kuesioner. Karakteristik terpenting dari sampel perwakilan generasi Z dalam penelitian Dolot adalah umpan balik dari seseorang yang melimpahkan tugas kepada mereka, yang diketahui persentasenya adalah 72%. Selain memberikan umpan balik, gen Z juga mengharapkan umpan balik dan menganggap proses komunikasi bersifat dua arah atau ada timbal balik.

Jumlah gen Z pada tahun 2020 diperkirakan menyentuh angka sekitar 2,56 miliar yang tersebar di seluruh dunia, mereka juga akan mencakup 20% lapangan kerja. Dua faktor utama yang menyumbang definisi istilah “generasi” sendiri, yaitu (1) Tahapan kehidupan yang khas pada zaman sejarah; (2) Mereka berbagi peristiwa dan pengalaman umum yang membentuk “rasa perbedaan”. Kedua aspek ini berkontribusi pada kesamaan karakteristik generasi yang menyebabkan banyak

¹⁵ Anna Dolot, 2018, “The Characteristic of Generation Z”, E-Mentor, 2(74), hal. 46.

orang dalam suatu generasi memiliki kesamaan dalam karakteristik, pemikiran, nilai, dan keyakinan.¹⁶

Generasi Z tumbuh dewasa saat resesi ekonomi dan ketidakstabilan ekonomi berlangsung. Mereka menjadi saksi anggota keluarga dan tetangga kehilangan rumah mereka selama krisis perumahan. Melihat kondisi perekonomian tersebut membuat gen Z kemudian menjadi generasi yang lebih realistis dibandingkan generasi Milenial yang optimis. Mereka tidak yakin akan 'jangka panjang' dan memiliki ketakutan akan jangka pendek. Generasi Z seringkali lebih menghindari risiko dibandingkan generasi sebelumnya. Mereka memiliki ekspektasi yang lebih rendah, percaya diri namun berhati-hati, dan memiliki tuntutan yang lebih sederhana. Mereka juga mengutamakan uang dan keamanan kerja, serta menganggapnya sebagai hal yang penting.¹⁷

Seorang penulis kenamaan Amerika, Erika Wurth, tentang orientasi masa depan mengatakan bahwa meskipun orang tuanya berhasil menemukan cara untuk mewujudkan impian masa kecil mereka ke dalam karier, mereka diajarkan untuk bersikap pragmatis. Mereka pun cenderung mengajari anak-anak mereka demikian. Wurth bercita-cita untuk menjadi penulis dan bertanya pada gurunya apa yang bisa ia lakukan dengan gelar studi bahasa Inggrisnya, gurunya mengatakan ia bisa menjadi editor, jurnalis, bahkan guru, namun orang tuanya menentang.¹⁸ Ia

¹⁶ Diena D., Dyah Gandasari, 2018, "Understanding Indonesia's Generation Z", *International Journal of Engineering & Technology*, 7(3.25), hal 250.

¹⁷ *Ibid.*, hal 251.

¹⁸ Bess Vanrenen, 2007, *Generation What? Dispatches from the Quarter-Life Crisis*, Colorado: Speck Press, hal. 70.

memiliki orientasi masa depannya sendiri, namun seberapa keras ia berjuang dengan segalanya, orang tua dan keluarga tetap tidak ada yang mendukungnya.

Semakin rendah orientasi masa depan yang dimiliki mahasiswa yang dalam hal ini gen Z, maka semakin tinggi juga tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja yang dialami oleh mereka. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi orientasi masa depan yang dimiliki, maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja yang mereka alami.¹⁹ Rendahnya orientasi masa depan yang dimiliki membuat nilai kecemasan yang dialami mahasiswa menjadi tinggi. Perasaan takut akan kegagalan dalam bersaing, kemampuan yang belum memenuhi tuntutan, serta kesulitan beradaptasi adalah beberapa hal pokok yang membuat para mahasiswa cemas. Oleh karena tingkat orientasi yang rendah tersebut, mahasiswa menjadi cenderung tidak mampu dalam membuat strategi menghadapi masa depan. Terlebih bagi para mahasiswa yang sama sekali belum pernah merasakan pengalaman bekerja, mereka memiliki rasa cemas yang lebih tinggi jika dibandingkan mahasiswa yang sudah pernah magang atau bekerja. Berbeda dengan mahasiswa yang berorientasi masa depan rendah, mahasiswa yang orientasi masa depannya tinggi cenderung sudah memiliki berbagai rencana tentang apa yang akan mereka lakukan kedepannya, otomatis hal tersebut membuat rasa cemas, gelisah, dan ketidaknyamanan mereka berkurang.

Perusahaan besar saat ini bukan saja membutuhkan sumber daya manusia yang berpendidikan tinggi, namun juga memiliki *hard* dan *soft skill*. Tuntutan dan

¹⁹ Lailatul Muarofah H., Sa'adatul Ahlas, 2020, "Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa", Jurnal Penelitian Psikologi, 11(1), hal. 45.

banyaknya kompetitor pelamar dalam dunia kerja yang semakin berkembang, membuat banyak mahasiswa tertekan karena jalan hidup mereka selanjutnya adalah memasuki dunia kerja. Orientasi masa depan sendiri bisa diartikan sebagai suatu refleksi mengenai angan-angan, kehendak, ataupun tujuan yang ingin dicapai oleh seseorang berdasarkan pengalaman dan harapan yang ada di masa depan, sehingga individu tersebut mampu mengevaluasi tindakannya terlebih dahulu. Dalam penelitiannya, mahasiswa tingkat akhir mempunyai ciri khusus yang serupa dengan mahasiswa yang mengalami fase *quarter life crisis*. Misalnya seperti mahasiswa tingkat akhir yang berusia sekitar 21-25 tahun memiliki tanggung jawab perkembangan dan tantangan yang berhubungan dengan dunia pekerjaan di masa depan.²⁰

Selanjutnya pada bagian *Introduction: What Is the Quarterlife Crisis?* dalam bukunya yang berjudul *Quarterlife Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties*, Robbins dan Wilner memperkenalkan istilah krisis seperempat abad kehidupan kepada para pembacanya sebagai perubahan besar dalam hidup. Hal ini mungkin terdengar tidak jauh berbeda dengan *midlife crisis* yang sama-sama tergolong fase perubahan, namun krisis ini bisa menjadi lebih dahsyat, ia dapat membuat kehidupan seseorang menjadi kacau, bahkan melumpuhkannya secara total karena perubahan konstan, pilihan yang terlalu banyak, dan rasa panik tak berdaya.²¹ Pada periode ini, seseorang tanpa henti mempertanyakan masa depan mereka dan bagaimana hal itu mengikuti peristiwa di masa lalu.

²⁰ Abdul Aziz, 2021, "Survive or Thrive? Student's Future Orientation During Quarter Life Crisis", *JournalNX-A Multidisciplinary Peer Reviewed Journal*, 7(4), hal. 270.

²¹ Alexandra R., Abby Wilner, 2001, *Op.cit.*, hal. 3.

Kondisi munculnya berbagai reaksi akan masa depan adalah satu fase tersendiri yang pasti dilalui oleh semua individu di akhir masa remajanya, dan itu bukan suatu masa transisi yang singkat. Bentuk krisis emosional yang terjadi pada suatu individu yang berada di usia 20 tahunan biasanya meliputi kecemasan, kebingungan, rasa takut akan gagal dan tidak berdaya, ragu pada diri sendiri, tidak percaya diri, dan lain sebagainya. Kondisi ini kemudian dikenal dengan istilah *quarter life crisis*. Hasil penelitian yang didapat para peneliti diungkap dengan menjelaskan bahwa *quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa pada tingkat semester akhir lebih tinggi daripada mahasiswa semester 2. Hal itu ditandai dengan munculnya reaksi emosional seperti stres, frustrasi, panik, tidak berdaya, khawatir tentang masa depan, kurang percaya diri.²² Hal ini benar karena mahasiswa pada usia 18-29 tahun sudah mulai memikirkan masa depan mereka dan mulai memikirkan apa yang akan mereka lakukan di masa depan.

Sebagian besar informan yang diwawancarai merasa tertekan akibat sadar akan tanggung jawab seperti orang dewasa, walaupun dalam hal usia mereka bervariasi, yang mana hal ini diharapkan terjadi. dalam satu dua hal, 'kedewasaan' yang dimaksud dialami sebagai sesuatu dipaksa.²³ Sebagian besar informan mengaku menderita tekanan atau dorongan untuk menjadi mandiri secara finansial, dan hal itu diperoleh melalui perjuangan yang intens, bahkan seringkali memerlukan pengorbanan kepentingan pribadi. Informan Inggris melaporkan

²² Faiza Marsya N., Muhammad Masduki, Wahyuningsi, 2022, "Analisis Perbandingan Krisis Kehidupan Triwulan Mahasiswa Semester 2 dan Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Syarif Hidayatullah Jakarta", Jurnal Fokus, 5(4), hal. 274.

²³ Raginie Duara dkk., 2021, "Forced Adulthood": An Aspect of 'Quarterlife Crisis' Suffered by Young English and Assamese Adults", Qualitative Studies, 6(1), hal. 20.

perasaan berada di jalan yang tidak berujung, baik itu karena keadaan yang tidak terkendali atau pilihan pribadi mereka yang telah dibuat dalam upaya untuk mencapai kemandirian finansial. Para informan yang berasal dari Assam bercita-cita memiliki kehidupan yang memuaskan tetapi terpaksa mengubur mimpi mereka demi mengambil peran ‘dewasa’ untuk menyokong keluarga mereka, hal ini sejalan dengan harapan budaya di sana. Mereka diharuskan berjuang untuk mengambil identitas yang berbeda yang semuanya didasarkan pada tuntutan dari orang lain dan bukan hasil dari diri sendiri.

Standar yang ada di masyarakat dan harapan berlebihan yang tidak terpenuhi menyoroti bagaimana generasi Z mengalami ancaman terhadap harga diri mereka sebagai ciri utama krisis *quarter life*, dimana makna dari nilai seseorang dirasakan dalam hubungannya dengan lingkungan sosial dan budaya.²⁴ Suatu tekanan sosial memicu keraguan dan mendorong anggapan bahwa seseorang harus terhubung secara mendalam dengan orang lain di luar lingkup keluarga.²⁵ Dalam penelitiannya, Duara, Jones, dan Madil mendapat fakta lapangan bahwa informan mereka mengalami tekanan untuk bekerja di tempat dan jabatan yang layak, dalam artian bisa memberi kepuasan bagi keluarganya dan, pada saat yang bersamaan juga memenuhi standar kesuksesan yang ditetapkan oleh masyarakat. Ada ketidakjelasan mengenai demi siapa ekspektasi itu ingin dipenuhi. Namun beberapa informan berjuang untuk membangun karir yang dirasa penting demi membenahi persepsi kegagalan, tidak hanya di mata mereka sendiri tetapi juga di mata orang

²⁴ Raginie Duara dkk., 2023, “Quarterlife Crisis in the UK and India: Perceived Standards and Unfulfilled Expectations”, *The Qualitative Report*, 28(2), hal. 400.

²⁵ *Ibid.*, hal. 408.

tua dan masyarakat lingkungannya.²⁶ Hal ini didorong oleh interaksi dengan lingkungan sosial, sehingga sekali lagi membuktikan bagaimana generasi muda terutama gen Z mengalami guncangan pada harga diri mereka dengan menganggap adanya kemungkinan gagal atau bahkan sepenuhnya gagal terhadap standar dan ekspektasi. Krisis seringkali didasarkan pada persepsi dibandingkan evaluasi objektif, temuan yang didapat oleh Duara dkk., diketahui anak muda cenderung lebih sering melakukan tolok ukur ke atas dengan rekan-rekan mereka yang dianggap berkinerja baik daripada membandingkan dengan rekan atau teman yang dianggap tertinggal. Hal ini juga demi memenuhi harapan sosial yang ironisnya di lain sisi juga mencerminkan tekanan yang dialami.²⁷

Selain itu, penting untuk mengetahui kondisi *quarter life crisis* dan aspek-aspek pembentuk resiliensi pada mahasiswa yang mana hal ini menjadi perhatian Renny pada penelitiannya, ia lalu melaksanakannya dengan mewawancarai para informan yang merupakan mahasiswa program studi BKI pascasarjana UIN Sunan Kalijaga, serta untuk mengetahui bagaimana mereka mengatasi krisis tersebut. Resiliensi sendiri adalah kesanggupan individu dalam menjumpai suatu masalah yang terjadi. Hasil penelitian Renny mengenai proses resiliensi yaitu pada tahap *succumbing* mahasiswa merasa putus asa, pasrah, bahkan bisa pesimis dengan masa depannya, dan merasa gagal.²⁸ Pada tahap *survival* biasanya ditandai dengan individu yang membaca buku motivasi, mengikuti seminar, atau bertanya pada

²⁶ *Ibid.*, hal. 409.

²⁷ *Ibid.*, hal. 410.

²⁸ Clauradita A. Renny, 2022, "Resiliensi Dalam Mengatasi Quarter Life Crisis Mahasiswa Prodi BKI Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta", (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta), hal. 106

seseorang di bidangnya. Lalu dalam tahap *recovery* mengandung sikap sabar, tenang, optimis, dan percaya diri dalam menghadapi masalah yang terjadi. Tahap terakhir, yaitu *thriving* biasanya hidup menjadi lebih tenang, optimis, tidak membanding-bandingkan diri, fokus pada tujuan, dan hidup menjadi terarah.²⁹

Mahasiswa seringkali kedatangan mengalami krisis seperempat abad hidup, terutama ketika mereka berada di jenjang akhir pendidikan tinggi universitas. Pada tahap itu berbagai tantangan mulai muncul ke permukaan, seperti beban tugas akhir, masalah finansial yang belum stabil, kecemasan akan dunia kerja, hubungan romantis, ekspektasi dari lingkungan sosial, dan sebagainya. Berdasarkan hasil temuan penelitian Renny, kiat yang bisa dilakukan agar mampu bertahan dalam situasi sulit tersebut adalah dengan resiliensi.

Berdasarkan teori stres dan coping, dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang memengaruhi penilaian kognitif dari pengalaman stress.³⁰ Selain itu, teori ini juga menunjukkan bahwa seseorang dengan tindakannya bisa mengontrol atas apa yang terjadi pada diri mereka. Penelitian Arubah dan Saria yang dilakukan di Pakistan, menunjukkan bahwa negara tersebut menganut budaya kolektivistis, orang-orang juga saling terhubung dan mengabdikan kepada masyarakat di lingkungan dalam mereka. Dukungan sosial yang terbangun itu dapat mengembangkan konstruksi *coping self efficacy* karena masyarakat tidak dapat bergantung pada pemerintah, dan mereka harus mandiri dalam mencari sumber daya untuk

²⁹ *Ibid.*, hal. 107.

³⁰ Arubah M., Saria R., 2022, "Investigating the Relationship between Social Support and Coping Self-Efficacy with Consideration of Future Consequences during the Quarter-life Crisis", *Journal of Management Practices, Humanities and Social Sciences*, 6(5), hal. 40.

menghadapi tantangan jika mereka ingin membantu orang yang berharga bagi mereka atau berkontribusi pada komunitas selama situasi kritis.

Hasil uji analisis yang dilakukan Dzikria Afifah dan Muhana dalam jurnal mereka, menunjukkan bahwa dukungan sosial berhasil menjadi mediator peran kepribadian kesungguhan terhadap krisis usia seperempat abad sebesar 13%. Diketahui tiga sumber dukungan sosial yang digunakan pada penelitian ini, yaitu teman, *significant other*, dan keluarga. Dari ketiga sumber dukungan sosial yang disebutkan itu, dukungan sosial dari keluarga menyumbang pengaruh yang paling besar yaitu 7,6% dari 13%.³¹ Hal itu berarti dukungan dari keluarga lebih berperan dalam terjadinya *quarter life crisis* daripada dua sumber dukungan lainnya. Data ini juga mengartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan pihak keluarga, maka semakin rendah krisis usia seperempat abad yang dialami oleh suatu individu.

Orang dewasa muda diketahui memiliki atensi terhadap pembuktian *value* diri, pemenuhan kepentingan pribadi, pembangunan pemahaman diri, dan penyesuaian diri dengan tatanan sosial dan peran orang dewasa yang diharapkan dari mereka sendiri karena adanya pengertian bahwa jika pilihan pribadi tak menghadapkan pada suatu hal yang semestinya terjadi di saat tertentu, maka mereka akan hancur dan terombang-ambing dengan apa yang harus dilakukan. Fase krisis bukan hanya meliputi keadaan dan persepsi individu yang menyebabkannya, tetapi juga perasaan yang berhubungan sejalan dengannya. Menurut hasil temuan Duara,

³¹ Dzikria Afifah P. W., Muhana Sofiati U., 2021, "Peran Kepribadian Kesungguhan terhadap Krisis Usia Seperempat Abad pada Emerging Adulthood dengan Dukungan Sosial sebagai Mediator", *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 7(2), hal. 154.

support terhadap orang dewasa muda pada fase transisi hidup yang mengalami krisis, harus menjadi tanggung jawab pembuat kebijakan, lembaga pendidikan, keluarga, dan tentu saja orang dewasa muda itu sendiri.

Robinson dalam risetnya meneliti seorang informan kunci yang bernama Mary, ia menemukan bahwa saat Mary berada di universitas, banyak hal negatif yang terjadi, seperti keinginannya untuk menarik diri, ia tidak bisa berbuat apa-apa karena merasa terpaksa harus terus melakukannya (tidak punya pilihan lain). Saat lulus pun ia melalui beberapa kegagalan dan dirinya merasa semakin cemas dan kehilangan kepercayaan diri selama wawancara kerja yang membuatnya menjalani 21 wawancara kerja tanpa hasil. Berbagai kesulitan yang ia alami selama di universitas, hal ini didorong oleh faktor kecemasan dan kepercayaan diri yang rendah.³² Setelah lulus, ekspektasinya mengenai kemudahan mendapat pekerjaan dipatahkan oleh banyak kegagalan. Namun setelah berjuang dengan tantangan yang tidak mudah, ia akhirnya mendapatkan pekerjaan, menjaga motivasi, berusaha berteman, menjaga agar pasangannya tetap bahagia, dan juga memperjuangkan masalah kesehatan fisik. Ia juga mulai melakukan aktivitas baru seperti menari dan panjat tebing, dan mengikuti kursus online untuk membantunya mengatasi kecemasan. Ketika diberhentikan dari pekerjaan karena kontraknya habis, ia berkecamuk dengan perasaan depresi, dan saat mendapat pekerjaan baru, ia tidak begitu menyukainya karena bosnya memiliki pola perilaku yang tidak menentu.

³² Oliver R., 2019, "A Longitudinal Mixed-Methods Case Study of Quarter-Life Crisis During the Postuniversity Transition: Locked-Out and Locked-In Forms in Cobination", *Emerging Adulthood*, 7(3), hal. 10.

Dampak dari krisis seperempat abad kehidupan seperti yang didiskusikan Meg Jay dalam bukunya *The Defining Decade: Why Your Twenties Matter and How to Make the Most of Them*, di antaranya yaitu ketidakpastian karier, tekanan hubungan dan keluarga, gangguan identitas dan penemuan jati diri, pilihan gaya hidup yang cenderung kurang baik, dan kesehatan mental yang terganggu.³³ Selain yang telah dijelaskan tersebut, dalam buku *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties* karya Jeffrey Arnett, disebutkan bahwa *quarter life crisis* yang dialami anak muda usia 20-an juga meliputi psikis dan emosional, kesulitan dalam hubungan, pengembangan identitas, serta tantangan pada akademik dan karier. Buku Arnett menekankan bahwa krisis seperempat abad hidup merupakan fenomena kompleks yang dapat memengaruhi banyak aspek kehidupan anak muda. Ini adalah masa penemuan diri dan pertumbuhan pribadi yang mendalam, namun juga bisa menjadi pengalaman yang sulit dan emosional.³⁴ Dalam memahami dampak krisis seperempat abad hidup, sebagaimana dijelaskan dalam buku ini, dapat membantu individu dan pihak yang mendukung mereka menavigasi transisi ini secara lebih efektif dengan memberikan wawasan mengenai tantangan yang dihadapi dan strategi untuk mengatasinya. Oleh karena sebab yang demikian, urgensi akan informasi terkait *quarter life crisis* sangat perlu dikembangkan, mengingat masih banyak masyarakat yang awam terhadap fenomena ini dan dampaknya.

³³Meg Jay, 2021, *The Defining Decade: Why Your Twenties Matter--And How to Make the Most of Them Now*, New York: Grand Central Publishing.

³⁴ Jeffrey Jensen Arnett, 2014, *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties*, Oxford: Oxford University Press.

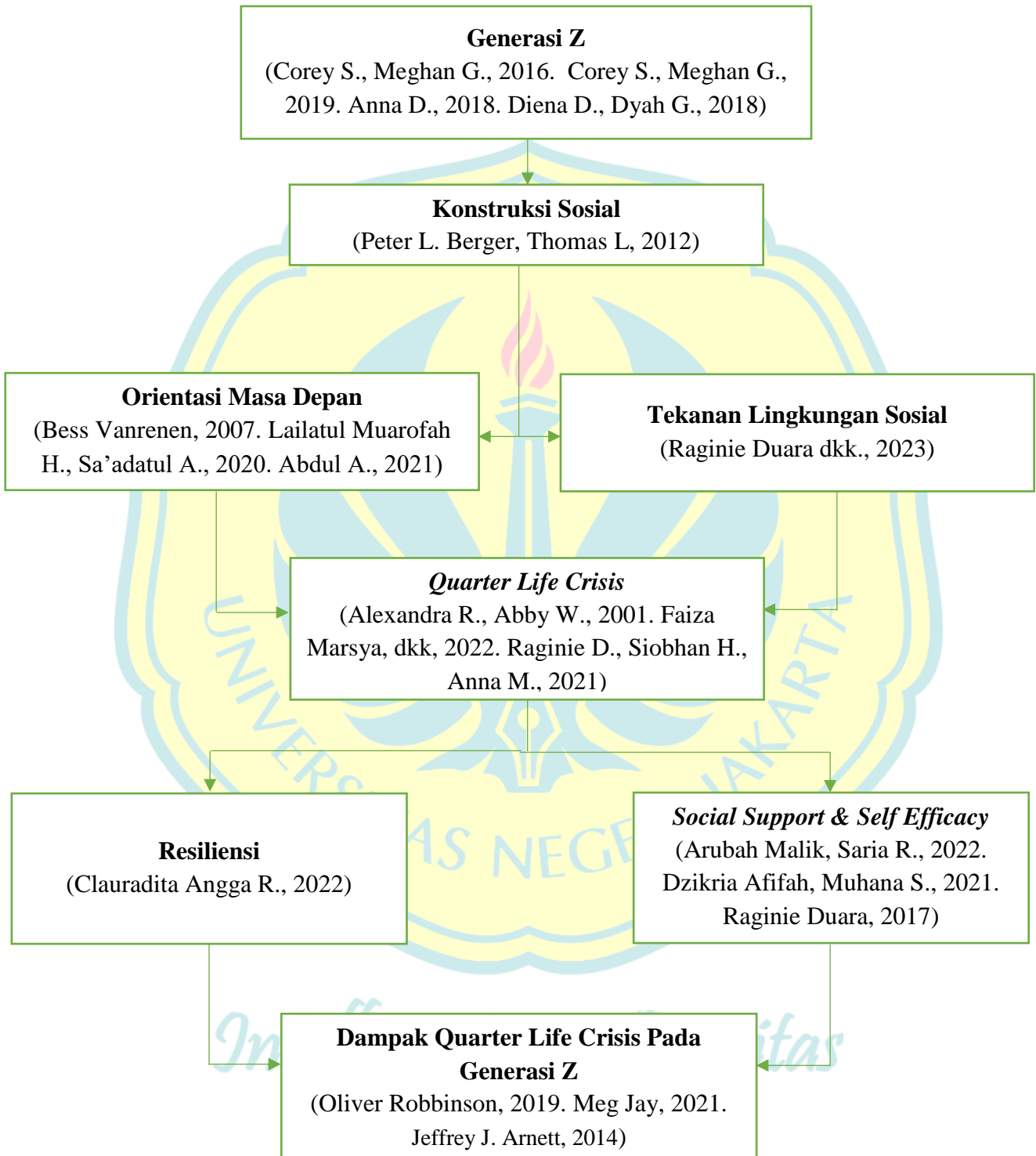
Berdasarkan pemikiran Peter Berger dan Thomas Luckmann, kehidupan yang rutin dijalani memeragakan diri sebagai kenyataan yang diartikan oleh manusia dan asalnya dari pikiran serta aktivitas mereka, lalu dijaga oleh pikiran dan tindakan itu. Diketahui bahwa kenyataan hidup yang sehari-harinya dialami oleh individu sudah lebih dulu diobjektivasi atau diciptakan oleh suatu tatanan objek yang juga telah diberi nama sejak sebelum individu eksis. Selain itu ia disetujui begitu saja tanpa adanya verifikasi tambahan dengan sifatnya yang memaksa.³⁵ Dengan demikian, individu membangun sendiri pengetahuan atas realitas yang dilihat itu berdasarkan pada struktur pengetahuan yang telah ada sebelumnya. Seperti pemikiran tentang kehidupan masa muda yang menurut masyarakat sudah tercipta standarnya sendiri, hal ini yang lambat laun bisa mengarah pada *quarter life crisis*.



Intelligentia - Dignitas

³⁵ Peter L. Berger, Thomas Luckmann, 2012, *Op.cit.*, hal. 33.

Skema 1.1 Tinjauan Penelitian Sejenis



(Sumber: Analisis Penulis, 2023)

Berdasarkan hasil studi penelitian sejenis yang sudah dijabarkan, peneliti akan menjelaskan posisi penelitian skripsi ini. Peneliti melakukan penelitian untuk menjelaskan tentang *quarter life crisis* pada informan yang dipengaruhi oleh konstruksi sosial. Peneliti juga akan melakukan penelitian untuk menjelaskan apa saja bentuk krisis usia seperempat abad yang mereka alami. Selain itu juga peneliti akan menjelaskan bagaimana dampak yang ditimbulkan oleh *quarter life crisis* pada mereka. Beberapa penelitian terdahulu cenderung hanya menekankan pada bentuk-bentuk krisis. Sedangkan pada penelitian ini, peneliti juga akan menjelaskan bagaimana pandangan terhadap kehidupan usia muda dan dampak dari krisis yang dialami.

1.6 Kerangka Konseptual

1.6.1 Mahasiswa Sebagai Pemuda Generasi Z

Generasi Z merupakan orang-orang yang lahir dalam kurun tahun 1995 hingga 2010. Lingkungan tempat mereka lahir dan tumbuh dapat dikatakan kompleks dan penuh ketidakpastian. Itulah yang kemudian menentukan perspektif mereka tentang banyak hal, seperti pendidikan, pekerjaan, hubungan, dan dunia. Dalam ranah pekerjaan, generasi Z memiliki perbedaan orientasi karier, kemampuan teknis dan pengetahuan, serta harapan. Dengan demikian, mereka termasuk golongan tenaga kerja yang sangat baik.³⁶ Dalam melihat

³⁶ Hadion W., Irjus I., Yoyok C., dkk, *Loc.cit.*

permasalahan, generasi Z selalu ingin mencari solusi dan berhasil memecahkannya.³⁷

Generasi Z memandang dunia dari banyak sisi, mereka sadar bahwa berbagai permasalahan sosial tentu saja dapat berkali lipat lebih besar dari masalah pribadi mereka. Dengan loyalitas, tekad, dan tanggung jawab serta pandangan hidup realistis, generasi Z memiliki komitmen dan motivasi besar untuk membuat perbedaan dan perubahan.³⁸ Walaupun demikian, terdapat beberapa generasi pendahulu sebelum generasi Z yang berperan serta mewarisi banyak hal pada mereka.

Tabel 1.1 Pengelompokan Generasi

No	Generasi	Rentang Tahun Kelahiran
1	Generasi <i>Silent</i>	1928-1944
2	Generasi <i>Baby Boomers</i>	1945-1965
3	Generasi X	1966-1979
4	Generasi Y (Milenial)	1980-1994
5	Generasi Z	1995-2010

(Sumber: Konstruksi Peneliti Berdasarkan Dolot, 2018)

Berdasarkan tabel di atas, setiap individu yang lahir dalam generasi yang berbeda, dipengaruhi oleh kejadian bersejarah dan fenomena budaya yang terjadi pada fase kehidupan mereka. Berbagai kejadian atau fenomena itulah

³⁷ Corey Seemiller, Meghan Grace, 2016, *Op.cit.*, hal. 5.

³⁸ *Ibid.*, hal. 13.

yang kemudian menciptakan ingatan secara kolektif dan berdampak dalam hidup. Pada akhirnya, kejadian bersejarah, peristiwa sosial, serta efek budaya dengan berbagai faktor lain, berpengaruh terhadap terbentuknya perilaku individu, nilai, dan kepribadian orang-orang dalam suatu generasi. Dalam hal ini, generasi Z diketahui telah mengembangkan identitas dan karakteristik kelompok mereka dengan mendapat pengaruh dari beberapa aspek, seperti dampak peristiwa sosial selama mereka dibesarkan, kemajuan teknologi, serta hubungan dengan orang sekitar seperti orang tua, keluarga, dan teman sebaya.³⁹

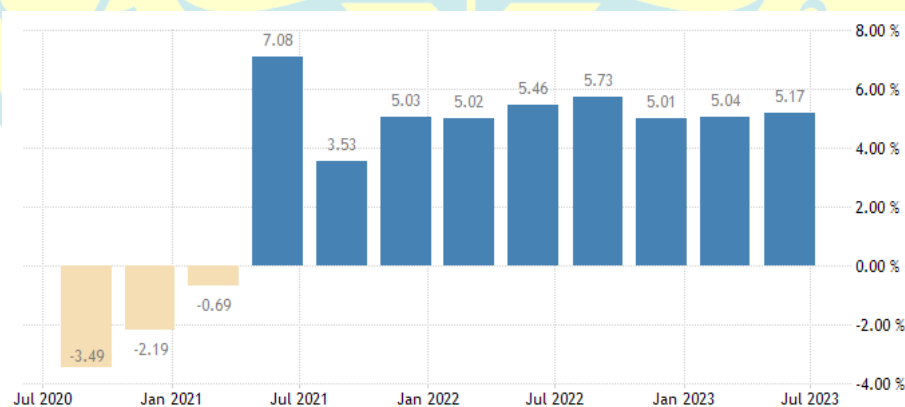
Dalam buku *Generation Z Goes to College*, diketahui bahwa Seemiller dan Grace melakukan survey pada tahun 2014, melibatkan banyak mahasiswa di beberapa perguruan tinggi Amerika Serikat yang diminta untuk menggambarkan diri mereka menggunakan beberapa daftar karakteristik dengan asumsi bahwa tidak ada yang mengenal lebih dalam tentang generasi Z selain diri mereka sendiri. Lebih dari 70% mahasiswa yang mengikuti survei mengidentifikasi diri mereka sebagai pribadi yang bijaksana, memiliki tekad yang kuat, setia, bertanggung jawab, penyayang, dan berpikiran terbuka. Namun ketika diminta untuk mendeskripsikan teman sebaya, generasi Z lebih setuju menilai teman mereka sebagai orang yang kompetitif, penuh spontanitas, suka bertualang, dan banyak rasa ingin tahu. Dari beberapa sumber juga disebutkan bahwa generasi Z menggambarkan diri mereka sebagai sosok yang pekerja keras, kreatif, mudah termotivasi, dan gigih. Selain itu juga, hasil

³⁹ Corey Seemiller, Meghan Grace, 2016, *Op.cit.*, hal. 30.

temuan *College Senior Survey* menitikberatkan pada karakteristik toleran dengan perbedaan keyakinan, kerja sama, dan dorongan untuk maju.⁴⁰

Di Indonesia sendiri, studi yang mempelajari tentang generasi Z terbilang masih sedikit. Sebuah studi yang dilakukan di salah satu perguruan tinggi swasta di Jakarta pada Juni, 2017 silam, mengambil total 89 sampel mahasiswa generasi Z untuk disurvei menggunakan kuesioner laporan diri yang dimodifikasi dari rancangan survei Monster Worldwide. Pertanyaan terdiri dari kewirausahaan, keamanan kerja, fleksibilitas kerja, urgensi keuangan, dan komunikasi tatap muka. Hasilnya mengonfirmasi bahwa generasi Z menginginkan adanya kestabilan dan keamanan yang terjamin dalam pekerjaan setelah mereka lulus kuliah.⁴¹

Grafik 1.1 Pertumbuhan PDB Tahunan Indonesia



(Sumber: *Trading Economics*, 2023)

Menurut data dari grafik tersebut, tingkat pertumbuhan PDB tahunan di Indonesia tercatat mencapai rekor terendah pada kuartal kedua tahun 2020, yaitu sebesar -5,32%. Selanjutnya sempat naik pada awal 2021 namun

⁴⁰ Corey Seemiller, Meghan G., 2019, *Op.cit.*, hal. 29.

⁴¹ Diena D., Dyah Gandasari, *Op.cit.*, hal. 251.

cenderung stabil di angka 5%. Hal inilah yang kemudian juga membentuk *mindset* lebih realistis pada gen Z di Indonesia. Pemerataan ekonomi yang kurang juga bukan menjadi hal yang tidak mungkin mengapa gen Z lebih memilih pekerjaan yang stabil daripada memulai bisnis mereka sendiri, mereka cenderung dimotivasi oleh uang.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, diketahui karakteristik perbedaan perilaku berbagai generasi adalah sebagai berikut.

Tabel 1.2 Karakteristik Perbedaan Perilaku Generasi

Faktor	Baby Boomers	Generasi X	Generasi Y (Milenial)	Generasi Z
Pandangan	Kebersamaan, pemikiran terpadu	Berpusat pada diri sendiri dan jangka menengah	Egois, jangka pendek	Memiliki rasa tanggung jawab, berbahagia dengan apa yang dimiliki dan hidup untuk saat ini juga
Hubungan	Pertama dan utamanya pribadi	Jaringan pribadi dan virtual	Pada dasarnya jaringan virtual	Virtual dan superfisial
Tujuan	Keberadaan yang kokoh	Lingkungan yang beragam, posisi yang aman	Persaingan memperebutkan posisi pemimpin	Hidup untuk saat ini
Nilai-nilai	Kesabaran, <i>soft skill</i> , menghormati tradisi, EQ, kerja keras	Kerja keras, keterbukaan, menghormati keberagaman, rasa ingin tahu, kepraktisan	Fleksibilitas, mobilitas, pengetahuan luas tapi dangkal, orientasi sukses, kreativitas, kebebasan	Hidup untuk saat ini, reaksi cepat terhadap segalanya, pemberani, akses informasi cepat,

			informasi menjadi prioritas	dan pencarian konten
Kemungkinan karakteristik lainnya	Menghormati hierarki, kerendahan hati yang berlebihan atau ketidakfleksibelan yang arogan, kepasifan, sinisme, kekecewaan	Taat aturan, materialistis, pemain yang adil, kurang menghormati hierarki, memiliki rasa relativitas, perlu membuktikan diri	Menginginkan kemandirian, tidak menghormati tradisi, mencari bentuk pengetahuan baru, sosialisasi terbalik, sombong, kantor rumahan dan kerja paruh waktu, manajemen sementara, meremehkan <i>soft skill</i> dan EQ	Perspektif yang berbeda, kurangnya pemikiran, kebahagiaan, kepuasan, perhatian yang terbagi, kurangnya pemikiran konsekuensial, batas-batas pekerjaan dan hiburan tumpang tindih, merasa betah di mana saja

(Sumber: Bencsik & Machova, 2016)

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan karakteristik yang berarti antara generasi Z dengan generasi-generasi sebelumnya. Hal yang menonjol dari generasi Z adalah nilai-nilai yang mereka anut, seperti reaksi cepat tanggap, hidup dalam momen, dan penguasaan teknologi informasi yang sudah menjadi budaya global. Terlepas dari interaksi mereka yang seringkali terjadi melalui jejaring virtual seperti Skype atau FaceTime, nyatanya gen Z tetap lebih menyukai interaksi tatap muka.

Generasi Z saat ini banyak yang tengah duduk di bangku pendidikan perguruan tinggi dengan tingkatan yang beragam. Walaupun merupakan bagian dari masyarakat umum, sebagai sekumpulan orang yang berada dalam lingkungan akademik, mereka diharapkan ikut serta menyumbang pemikiran dan memberi solusi atas apa yang menjadi permasalahan dan peristiwa sosial, baik di tingkat lokal maupun nasional. Selain itu juga diharapkan dapat mengembangkan kemampuan intelektual, yang merupakan penyokong kontribusi daya saing bangsa. Mahasiswa gen Z yang merupakan calon pemimpin di masa depan, memikul banyak harapan dan tuntutan dari banyak orang. Mereka dibebankan ekspektasi untuk merepresentasikan kekuatan moral dalam memperjuangkan hak dan nurani masyarakat, sehingga dirasa perlu memahami, memegang teguh, serta menerapkan nilai-nilai kebangsaan dalam bertindak dan berperilaku. Oleh sebab itu dalam hal ini pemerintah tidak pernah berhenti mendukung mereka sekaligus meningkatkan kualitas sarana dan prasarana yang menopang pertumbuhan dan aktualisasi diri mahasiswa.⁴²

Di luar itu semua, mahasiswa generasi Z telah dan sedang melewati masa perubahan sosial kultural yang beragam. Dengan demikian, cara pandang mereka terhadap dunia di sekeliling mereka pun ikut beragam. Berbagai pengalaman hidup yang sejauh ini dialami kemudian membentuk kesadaran yang sedemikian rupa sehingga pandangan dunia mereka berbeda-beda dari sebaya mereka yang mungkin memiliki *privilege* atau hak istimewa; betapapun

⁴² Asep Saiful R., 2014, Peran Mahasiswa Sebagai Generasi Muda, <https://www.upnvj.ac.id/id/berita/2014/10/peran-mahasiswa-sebagai-generasi-muda.html>, diakses pada 6 Desember 2023.

relatifnya dalam sistem yang ada.⁴³ Sebab lainnya yaitu karena rata-rata usia mereka yang sudah menginjak 20 tahun, pertanda sudah masuk ke dalam tahap dewasa awal dimana adaptasi terhadap sistem kehidupan dan harapan sosial baru benar-benar dimulai⁴⁴ sehingga mereka diakui memiliki tingkat kecerdasan yang tinggi dalam berpikir dan merencanakan tindakan. Sebagian besar karakteristik mahasiswa gen Z yang mencolok di antaranya adalah independen, gigih, berorientasi masa depan, fokus memperdalam keahlian sebagai bentuk persiapan menghadapi dunia kerja. Namun karakteristik tersebut tidak dapat sepenuhnya mewakili, karena banyak juga ditemukan mahasiswa dengan kepribadian yang tidak stabil dan gangguan emosi dikarenakan problematika yang mereka alami, terutama pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang dalam proses penyelesaian studinya. Beberapa dari mereka ada yang mandiri, senang berada di zona nyaman, sibuk dengan pekerjaan paruh waktu, sibuk dalam berbagai kegiatan perkuliahan seperti mengikuti kegiatan kepanitiaan, organisasi kemahasiswaan, dan sukarelawan, namun ada juga mahasiswa yang tidak melakukan kegiatan apapun selepas kuliah, dan lain sebagainya. Mereka sangat memikirkan masa depan atau apa yang ingin dicapai, sehingga cenderung berpandangan realistis terhadap diri sendiri dan sekitarnya. Hal itu membuat mereka tidak percaya diri dan menjerumuskan ke dalam fase krisis.

⁴³ Louise A., Sumi H., Heather Mendick, 2010, *Education in an Urbanised Society: Urban Youth and Schooling*, New York: Open University Press, hal. 129.

⁴⁴ Riva S., Nandang R., Mamat S., 2022, "Analisis Karakteristik Kepribadian Mahasiswa dengan Teori Kepribadian Humanistik Carl R. Rogers: The Fully Functioning Person dan Implikasinya terhadap Bimbingan dan Konseling", *Jurnal Bikotetik*, 6(2), hal. 2.

Selain itu, mahasiswa cenderung lebih ingin terbuka, merasa nyaman, dan mendekatkan diri pada teman untuk bertukar pikiran dan mendapat dukungan yang diharapkan dibandingkan dengan orang tua atau keluarga. Hal ini seperti yang dideskripsikan oleh Junger dkk., bahwa saat mulai menginjak usia dewasa, anak muda mencari kemandirian dan otonomi sehingga mereka menganggap hubungan dengan teman sebaya menjadi lebih penting⁴⁵. Dikatakan juga dalam bukunya, bahwa “*Most young people have a group of friends whose behaviour has a strong influence on their own behaviour.*”⁴⁶ yang berarti kebanyakan anak muda memiliki sirkel pertemanan dimana perilaku teman dalam kelompok itu memiliki pengaruh kuat terhadap perilaku mereka sendiri.

1.6.2 Quarter Life Crisis (QLC)

Quarter life crisis adalah krisis hidup yang biasanya terjadi pada saat individu telah masuk dalam fase kehidupan dewasa awal, saat mereka sedang menyelesaikan studinya dan menuju dunia kerja. Demikian karena setelah menjalani proses pendidikan dan menyelesaikannya, seorang individu dihadapkan pada beberapa opsi tak terbatas yang berkaitan dengan masa depannya, baik itu mencakup aspek pekerjaan ataupun hubungan.⁴⁷ Hal itulah yang membuat individu cenderung mengalami kebingungan, kecemasan,

⁴⁵ Josine Junger-Tas, Ineke Haen M., Dirk E., dkk., 2012, *The Many Faces of Youth Crime: Contrasting Theoretical Perspectives on Juvenile Delinquency across Countries and Cultures*, New York: Springer, hal. 238.

⁴⁶ *Ibid.*, hal. 254.

⁴⁷ Dzikria Afifah P. W., Muhana Sofiati U., *Op.cit.*, hal. 144.

bahkan ketakutan terhadap opsi yang harus diambil, dan apakah opsi itu sudah benar dilakukan.

Enam tanda umum yang banyak ditemukan pada orang muda yang mengalami krisis seperempat abad hidup menurut Alexandra Robbins dalam bukunya yaitu; 1) mereka tidak tahu apa yang diinginkan, 2) usia 20-an tidak seperti yang diharapkan, 3) memiliki rasa takut akan kegagalan, 4) tidak bisa melepaskan masa kecil dan terjebak di antaranya, 5) seringkali mengeluh tentang keputusan, 6) serta terus menerus membandingkan diri dengan orang lain.⁴⁸ Walaupun begitu banyak muda mudi tidak tahu bahwa mereka sedang terjebak dalam fase krisis seperempat abad hidup hingga mereka mulai dihadapkan pada suatu keputusan jalan hidup dan menyadari gejalanya.

Dalam buku mereka, Robbins dan Wilner memberi gambaran bahwa krisis ini dapat mendera dewasa muda dengan rentang usia 21-29 tahun.⁴⁹ Mereka menjelaskan bahwa tekanan untuk mencapai keberhasilan dalam karier, keuangan, dan kehidupan pribadi dapat memicu kecemasan dan ketidakpuasan di banyak kalangan dewasa muda.

Seorang sarjana lulusan University of Dallas yang juga menempuh gelar master di University of West Georgia (UWG), memandang *quarter life crisis* sebagai fase hidup seseorang saat memasuki usia 20-an, yang biasanya setelah menyelesaikan persyaratan budaya standar masyarakat, misalnya studi pendidikan, kini merangkak masuk ke dalam masyarakat itu. Setelah kelulusan

⁴⁸ Alexandra Robbins, 2004, *Conquering Your Quarterlife Crisis Advice from Twentysomethings Who Have Been There and Survived*, New York: The Berkley Publishing Group, hal. 3.

⁴⁹ Alexandra Robbins, Abby Wilner, 2001, *Op.cit.*, hal. 6.

adalah tahap peralihan menuju dunia kerja yang menyebabkan anak muda merasa bingung, cemas, atau putus asa tentang bagaimana jalan hidup mereka kedepannya, bahkan bisa berujung pada depresi.⁵⁰

Kecemasan dan kepanikan yang berlangsung saat sedang menyelesaikan studi pendidikan, menandai fase krisis seperempat abad hidup lebih banyak terjadi pada mahasiswa tingkat semester akhir.⁵¹ Hal ini adalah cerminan dari orientasi masa depan yang berkaitan dengan mimpi dan pekerjaan.

Fase krisis ini bisa terjadi karena beberapa faktor. Pada faktor internal misalnya, seperti kepribadian, tingkat religiusitas, kemampuan beradaptasi dalam situasi dan kondisi yang sulit, serta pemikiran dan pandangan atas diri sendiri (*self-esteem*), dan lain sebagainya. Lalu dalam faktor eksternal dapat berupa dukungan sosial sekitar individu dimana ia berada pada tahap transisi, kondisi finansial, maupun proses *parenting*. Walaupun demikian, dukungan sosial yang bersumber dari keluarga individu cenderung berperan lebih besar dalam keberlangsungan fase krisis seperempat abad hidup jika dibandingkan dengan dukungan dari teman sebaya dan *significant others*.⁵²

Data terakhir yang diperoleh berdasarkan sensus Badan Pusat Statistik Nasional, jumlah penduduk Indonesia dengan rentang usia 20-29 tahun jika dijumlahkan adalah sekitar 45 juta orang. Dari total penduduk Indonesia yang mencapai lebih kurang 279 juta, dilansir dari sumber yang sama, maka dapat

⁵⁰ Kristen Fischer, 2008, *Ramen, Noodles, Rent and Resumes*, Belmont: SuperCollege, LLC, hal. 171.

⁵¹ Faiza Marsya N., Muhammad Masduki, Wahyuningsi, *Loc.cit*.

⁵² Dzikria Afifah P. W., Muhana Sofiati U., *Op.cit*, hal. 145.

disimpulkan bahwa ada lebih dari 16% penduduk Indonesia yang berpeluang mengalami fase krisis seperempat abad kehidupan.

Tabel 1.3 Jumlah Penduduk Indonesia 15 Tahun ke Atas Menurut Golongan Umur (2021-2022)

Golongan Umur	2021			2022	
	Februari	Agustus	Tahunan	Februari	Agustus
15-19	22 140 124	22 119 160	-	22 176 543	-
20-24	21 953 565	21 946 727	-	22 520 014	-
25-29	21 709 247	21 701 824	-	22 436 965	-
30-34	21 333 009	21 333 724	-	22 036 720	-
35-39	20 854 336	20 941 858	-	21 181 181	-
40-44	19 676 523	19 799 144	-	20 236 988	-
45-49	18 331 384	18 455 721	-	18 603 136	-
50-54	16 196 200	16 412 807	-	16 370 096	-
55-59	13 593 920	13 779 004	-	13 816 982	-
60+	29 572 128	30 218 330	-	29 165 461	-
Total	205 360 436	206 708 299	-	208 544 086	-

(Sumber: Badan Pusat Statistik Nasional)

Saat masih menjalani proses pendidikan pada tingkat perkuliahan, kewajiban dan batasan-batasan mengenai segala hal merupakan sesuatu yang jelas terlihat, tidak abu-abu dan mengawang. Namun setelah pendidikan itu selesai, sudah tidak ada lagi batasan jelas yang mengontrol harus ke arah manakah orang tersebut meneruskan hidupnya.⁵³ Oleh karena sebab yang demikian, maka terbentuklah ketidakpastian garis hidup yang membuat seseorang perlahan-lahan mengalami *quarter life crisis*.

⁵³ Kemas Mohd Saddam A. S., 2020, Psikologi Sosial dan Quarter-Life Crisis: Perspektif Psikologi Islam dan Solusinya, *Jurnal Psikologi Islam*, 7(1), hal. 19.

Pembuktian krisis seperempat abad hidup pada rentang usia 20-29, baik seseorang itu menganggur, tinggal di rumah, dan tidak memiliki teman, atau memiliki pekerjaan yang menarik, dan banyak teman. Terlepas dari tingkat kesejahteraan generasi muda pada usia dua puluhan, mereka tetap sangat rentan terhadap keraguan. Hal ini tercermin dalam pengambilan keputusan, kemampuan, kesiapan, masa lalu, masa kini, dan masa depan mereka. Namun yang utama adalah banyak dari mereka yang meragukan kompetensi diri sendiri.⁵⁴

Oliver Robinson dalam hasil penelitiannya, menemukan bahwa terdapat empat tahapan krisis seperempat hidup yang dialami orang dewasa muda. Pada tahapan atau fase pertama, mereka merasa telah berkomitmen pada suatu hal (pekerjaan, hubungan, dan lainnya) namun komitmen itu ternyata bukan apa yang diharapkan dalam jangka panjang, terdapat konflik batin, dan merasa langkah yang diambil seringkali salah. Fase kedua, ada perasaan kehilangan identitas walaupun sifatnya sementara, mempertanyakan nilai-nilai dan keyakinan diri tentang kehidupan bermasyarakat, mereka juga akan mengambil langkah untuk keluar atau berhenti melakukan apa yang biasanya dilakukan dan mengatasi tekanan perubahan emosi. Fase ketiga ditandai dengan perasaan tidak stabil secara emosional, seringkali melakukan perubahan seperti mengadopsi gaya hidup baru; mengeksplorasi identitas; dan lebih fokus pada diri sendiri (acuh terhadap orang lain). Namun pada fase ini mereka juga akan berusaha

⁵⁴ Alexandra R., Abby Wilner, *Op.cit.*, hal. 10.

mengembalikan hidup ke arah yang stabil.⁵⁵ Pada fase keempat, mereka akan mencoba berkomitmen pada peran baru yang dirasa lebih cocok, perasaan menjadi lebih terarah dari dalam diri sendiri, merasakan kepuasan dan kendali yang lebih besar dalam keseharian seperti sebelum mengalami krisis. Keempat tahapan dalam krisis itu tidak selalu terjadi secara berurutan. Misalnya beberapa orang muda mulai berkomitmen pada peran baru di fase ini, namun perasaan tidak tenang dan merasa melakukan kesalahan timbul kembali. Terkadang ada juga yang langsung melangkahi suatu fase tanpa mengalaminya.⁵⁶

1.6.3 Tolok Ukur Pencapaian Keberhasilan Mahasiswa Gen Z

Mahasiswa yang kini didominasi generasi Z, disebut juga generasi *digital native*, menghadapi ekspektasi masyarakat yang beragam dalam menjalani kehidupan. Masyarakat menilai pencapaian hidup mereka dari berbagai perspektif, antara lain akademik, *skill digital*, kemandirian finansial, hingga kontribusi sosial. Mahasiswa gen Z tak jarang didorong untuk mengembangkan keterampilan yang sesuai dengan kebutuhan zaman, menyesuaikan diri dengan lingkungan yang serba cepat, dan mempersiapkan diri mereka untuk menjadi pemimpin di masa depan.

Prestasi akademik tetap menjadi salah satu pengukuran utama dalam menilai keberhasilan mahasiswa. Indeks prestasi (IP) yang tinggi masih dipandang sebagai standar umum, namun banyak juga mahasiswa gen Z yang

⁵⁵ Oliver Robinson, 2015, *Emerging Adulthood, Early Adulthood, and Quarter-Life Crisis*, New York: Routledge, hal. 9.

⁵⁶ *Ibid.*, hal. 10.

memprioritaskan pengalaman magang atau kerja proyek di lapangan. Menurut Seemiller & Grace, pengalaman praktis di lapangan sangat dihargai karena dianggap sebagai bagian dari persiapan jenjang karier yang relevan.⁵⁷ Di samping itu, masyarakat juga menilai kesuksesan gen Z dari keterampilan teknologi mereka. Menurut Tapscott, generasi Z diharapkan mampu menguasai perangkat digital dan media sosial dengan baik, karena ini dianggap sebagai aset berharga di dunia kerja.⁵⁸ Kemampuan menjadi *content creator* atau memahami algoritma platform media sosial pun seringkali menjadi indikator keterampilan digital yang diinginkan.

Kemampuan untuk mengelola keuangan secara mandiri, seperti memiliki pekerjaan paruh waktu atau berwirausaha juga diharapkan dikuasai oleh mahasiswa gen Z. Dengan perputaran roda ekonomi yang merambah ke aspek digital, banyak mahasiswa yang sebelumnya hanya fokus pada suatu pekerjaan praktis langsung di lapangan seperti magang, kini bisa menghasilkan uang melalui berbagai platform digital, mulai dari bisnis online hingga *freelance*. Terlebih lagi fokus utama mereka kini adalah untuk mandiri secara finansial terlebih dahulu demi kehidupan yang nyaman dan layak kelak setelah memutuskan berkeluarga.⁵⁹

Tolok ukur lain yang tak kalah penting yaitu keterlibatan dalam aktivitas sosial. Isu-isu tentang keadilan sosial, pendidikan, ketidaksetaraan, dan lingkungan seringkali menjadi fokus bagi mahasiswa gen Z. Mereka diharapkan

⁵⁷ Corey Seemiller, Meghan G., 2019, *Op.cit.*, hal. 33.

⁵⁸ Don Tapscott, 2009, *Grown Up Digital*, New York: McGraw-Hill Companies, Inc., hal. 75.

⁵⁹ Corey Seemiller, Meghan G., 2019, *Op.cit.*, hal. 108.

memiliki empati sosial yang tinggi serta berperan aktif dalam berbagai kegiatan yang mendukung keberlanjutan, seperti program sukarelawan atau gerakan advokasi masyarakat.

Tabel 1.4 Tolok Ukur Pencapaian Keberhasilan Mahasiswa Gen Z

Tolok Ukur	Keterangan	Indikator Spesifik	Referensi dan Halaman
Pencapaian Akademik	Fokus pada prestasi dan pengalaman praktik kerja.	Meraih juara tertentu, IP tinggi, pengalaman magang	Seemiller & Grace (2019, hal. 33)
Kemandirian Finansial	Mandiri dalam menghasilkan pendapatan serta pintar mengelola keuangan.	Bekerja atau usaha sampingan	Seemiller & Grace (2019, hal. 108)
Pengembangan Diri	Peningkatan <i>soft skill</i> dan <i>hard skill</i> .	Melalui <i>course</i> , sertifikasi, atau keterlibatan organisasi	Seemiller & Grace (2019, hal. 214)
Keterlibatan Sosial	Berpartisipasi dalam kegiatan sosial dan komunitas.	Kegiatan sukarelawan, aktivisme lingkungan, dll	Seemiller & Grace (2019, hal. 275).
Kemampuan Digital	Penggunaan teknologi dan platform media sosial untuk meningkatkan keterampilan praktis.	Analisis digital, konten kreator	Tapscott (2009, hal. 75), Seemiller & Grace (2019, hal. 190)

(Sumber: Analisis Penulis, 2023)

1.6.4 *Late Modernity*

Late Modernity atau modernitas akhir adalah suatu konsep yang salah satunya digagas oleh Ulrich Beck. Ia melihat dinamika masyarakat modern yang berada dalam fase perkembangan baru yang ditandai perubahan sosial yang cepat, penuh risiko, dan tantangan global. Beck memperkenalkan konsep ini untuk menggambarkan fase lanjutan dari modernitas. Dikutip dari buku *The Wiley-Blackwell Companion to Major Social Theorists*, Wilkinson menjelaskan bagaimana Beck memetakan perubahan sosial yang terjadi setelah fase modernitas klasik, dengan menekankan pada individualisasi, masyarakat berisiko, dan modernisasi yang reflektif.⁶⁰

Menurut Beck, salah satu ciri utama *late modernity* adalah munculnya *risk society*, dimana ancaman atau risiko seperti ketidakpastian ekonomi, bahaya teknologi, dan krisis lingkungan menjadi ciri utama kehidupan sehari-hari. Wilkinson menyoroti bahwa risiko-risiko ini sering kali tidak terlihat, tetapi tetap memiliki dampak signifikan pada kesejahteraan seseorang dan sekelompok masyarakat. Selain itu, melalui penggambaran ketegangan yang mungkin terjadi dalam hubungan orang-orang saat mereka memiliki keturunan, Beck menekankan sejauh mana risiko kini digunakan sebagai titik pusat identitas diri dan pengalaman sehari-hari ketika banyak keluarga mengikuti jejak perubahan-perubahan ini.⁶¹ Dalam keadaan yang demikian, Beck berpendapat bahwa kehidupan sosial sedang ditata kembali sehingga seorang

⁶⁰ George Ritzer, Jeffrey Stepnisky, 2011, *The Wiley-Blackwell Companion to Major Social Theorists*, West Sussex: John Wiley & Sons Ltd. Publication, hal. 481.

⁶¹ *Ibid.*, hal. 490.

individu “dipaksa secara institusional” untuk membangun kehidupannya sendiri ke tingkat baru, yang menghasilkan koeksistensi yang lebih tidak pasti.⁶² Di sini dapat terjadi proses individualisasi yang mendalam. Seseorang akan semakin didorong untuk membuat keputusan hidup sendiri, terlepas dari struktur tradisional seperti keluarga atau agama. Walaupun cenderung lebih mendapat kebebasan untuk memilih dan bertanggung jawab dengan diri sendiri, nyatanya individualisasi ini juga membawa beban yang besar karena seseorang itu harus menghadapi risiko dan konsekuensi dari keputusan mereka secara personal.

Menurut Beck, pengalaman individualisasi yang terus meningkat, membuat seseorang merasa lebih rentan terhadap masyarakat dan masa depan. Masih menurutnya, kecemasan yang dialami atas perilaku hidup sehari-hari cenderung menyebar pada kecemasan yang berkaitan dengan risiko berskala besar terhadap dunia. Pada masyarakat risiko, mayoritas individunya dibebani kecemasan akan identitas diri dan tujuan sosial.⁶³ Lalu lebih dari era sebelumnya, para individu ini menyadari fakta bahwa masalah-masalah masyarakat global saling berhubungan dengan jalan hidup atau pilihan yang ditempuh masing-masing.

Selain itu, Beck menekankan refleksi tentang bagaimana era modern akhir juga memperkuat kesadaran reflektif terhadap struktur sosial. Modernisasi reflektif di sini merujuk pada suatu kondisi yang diakibatkan oleh gabungan dari berbagai konsekuensi yang tidak diinginkan dari cara orang hidup di

⁶² *Ibid.*

⁶³ *Loc. Cit.*

masyarakat industri modern.⁶⁴ Menurut Wilkinson dalam tulisannya, Beck melihat masyarakat modern mulai mempertanyakan institusi dan sistem yang mereka bangun, seperti peran pendidikan dan pasar kerja dalam menghadapi ketidakpastian global. Dalam hal ini, modernisasi refleksif terjadi baik dalam struktur lembaga sosial maupun dalam sikap budaya yang diperoleh seseorang saat hal tersebut membentuk kehidupannya. Selain itu juga melibatkan cara hidup dan pendekatan baru dalam masyarakat untuk memikirkan tuntutan sosial, kewajiban moral, ketidakpastian, dan risiko kehidupan modern.⁶⁵

1.6.5 Teori Konstruksi Sosial Atas Realitas

Dalam kajian sosiologi, teori ini berakar pada paradigma konstruktivis yang memandang kenyataan sosial sebagai suatu konstruksi yang diciptakan secara sosial atau oleh individu yang merupakan masyarakat bebas. Hal ini dilatar belakangi oleh individu yang menjadi penentu dalam dunia sosial yang dikonstruksi berdasarkan keinginannya sendiri.

Paham ini berasumsi bahwa realitas merupakan hasil karya manusia yang secara terus menerus tercipta melalui kekuatan konstruksi sosial terhadap dunia sosial di sekelilingnya, sehingga hubungan antara pemikiran manusia dan konteks sosial dimana tempat pemikiran itu timbul, sifatnya berkembang dan dilembagakan.

⁶⁴ *Ibid.*, hal. 486.

⁶⁵ *Ibid.*, hal. 487.

Kenyataan hidup sehari-hari sudah diobjektivasi. Artinya, sudah dibentuk oleh suatu tatanan objek-objek yang sudah diberi nama sebagai objek-objek sejak sebelum seseorang hadir⁶⁶. Namun pada mulanya ia tidak hanya diterima begitu saja sebagai kenyataan oleh anggota masyarakat biasa dalam perilaku yang mempunyai makna subjektif dalam kehidupan mereka, melainkan dipelihara sebagai “yang nyata” oleh pikiran dan tindakan itu⁶⁷. Dalam kehidupan sehari-hari bahasa yang digunakan secara terus menerus memberikan berbagai objektivasi yang diperlukan dan menetapkan tatanan dimana objektivasi itu bermakna dan dimana kehidupan sehari-hari mempunyai makna bagi seseorang.⁶⁸

Dalam pembentukannya, konstruksi sosial tidak tercipta begitu saja melainkan melalui proses yang dialektis dalam interaksi sosial dari tiga realitas yang ada, yaitu objektif, simbolis, dan subjektif. Selain itu dalam prosesnya juga melalui tiga momen simultan, yakni eksternalisasi, objetifikasi, dan internalisasi. Dalam realitas objektif sendiri, manusia secara struktural dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal. Arah perkembangannya ditentukan secara sosial, sejak lahir hingga lanjut usia. Ada hubungan timbal balik antara diri manusia dengan konteks sosial yang membentuk identitasnya. Sedangkan pada realitas simbolik merupakan semua ekspresi simbolik dari apa yang dihayati sebagai realitas objektif, misalnya pesan atau perintah, berita di media cetak, dan lain sebagainya. Selain kedua realitas itu juga ada realitas

⁶⁶ Peter L. Berger, Thomas Luckmann, 2012, *Op.cit.*, hal. 31.

⁶⁷ *Ibid.*, hal. 28.

⁶⁸ *Ibid.*, hal. 31.

subjektif, dimana sesuai namanya, realitas ini ditafsirkan secara subjektif oleh individu, atau dengan kata lain manusia memiliki kecenderungan tertentu di masyarakat, dalam hal ini subjektifitas manusia memiliki peran dalam lingkungan sosialnya. Realitas subjektif setiap individu inilah yang menjadi dasar untuk terlibat dalam momen eksternalisasi atau proses interaksi sosial dengan individu lain dalam sebuah struktur sosial.

Konstruksi sosial terdiri dari tiga momen stimultan yang memiliki andil dalam penciptaannya, yang pertama yaitu eksternalisasi. Eksternalisasi berarti beradaptasi dengan dunia sosio-kultural sebagai suatu produk manusia (*society is a human product*). Berger dalam bukunya menggambarkan eksternalisasi sebagai pencurahan diri manusia secara terus menerus ke dalam dunia, baik dalam aktivitas fisik maupun mental. Produk-produk dari eksternalisasi manusia bersifat *sui generis* (memiliki sesuatu yang berbeda dari umum; bersifat unik; memiliki klasifikasinya tersendiri) dibandingkan dengan konteks organismis dan lingkungannya. Oleh karena itu, manusia harus terus menerus mengeksternalisasikan diri dalam beraktivitas demi menjaga kestabilan hubungan dengan lingkungan sosialnya. Karena eksternalisasi terjadi pada realitas objektif yang dilakukan berulang-ulang melalui proses pelembagaan atau institusionalisasi, maka pola tersebut secara bersama dipandang dan dipahami sebagai fakta, yang kemudian dari sana timbul pembiasaan atau habituaisasi di masyarakat luas.

Momen stimultan lain yang tak bisa lepas dari dialektika proses konstruksi sosial adalah objektivasi, yang merupakan sebuah *output* yang telah

dicapai, baik mental maupun fisik dari kegiatan eksternalisasi. Dalam momen ini, interaksi sosial dalam dunia intersubjektif dilembagakan atau mengalami institusionalisasi. Objektivasi bertahan lama hingga bisa melampaui batas tatap muka dan dipahami secara langsung. Hal terpenting dalam objektivasi yaitu signifikansi; pembuatan tanda oleh manusia, misalnya dalam bentuk simbol bahasa. Yang terakhir, yakni internalisasi, dialami manusia untuk 'mengambil alih' dunia yang sedang dihuni sesamanya. Berlangsung seumur hidup dan melibatkan sosialisasi primer maupun sekunder dalam prosesnya, dari sana terjadi interaksi makna yang termanifestasi dari proses-proses subjektif orang lain karena di dalamnya memuat peresapan kembali norma atau nilai yang sudah terbentuk di masyarakat.

Menurut Berger, sosialisasi primer adalah proses yang kuat karena merupakan tahap pertama dalam sosialisasi dimana seseorang benar-benar baru mulai mempelajari norma, nilai, bahasa, dan budaya lingkungannya. Hal ini biasanya dimulai saat usia dini melalui interaksi dengan orang terdekat, seperti orang tua, saudara, dan kerabat. Di tahap ini pula seseorang mulai membangun pemahaman dasar tentang dirinya sendiri dan dunia di sekelilingnya. Dalam tahap ini, seseorang tak hanya mempelajari tentang realitas sosial, namun juga menginternalisasikan peran dan aturan yang berlaku dalam masyarakat sebagai sesuatu yang "wajar" atau "normal".

Tahap berikutnya adalah sosialisasi sekunder, terjadi setelah sosialisasi primer, yang melibatkan pembelajaran norma, nilai, dan perilaku dalam situasi yang lebih spesifik. Sosialisasi ini terjadi ketika seseorang mulai berpartisipasi

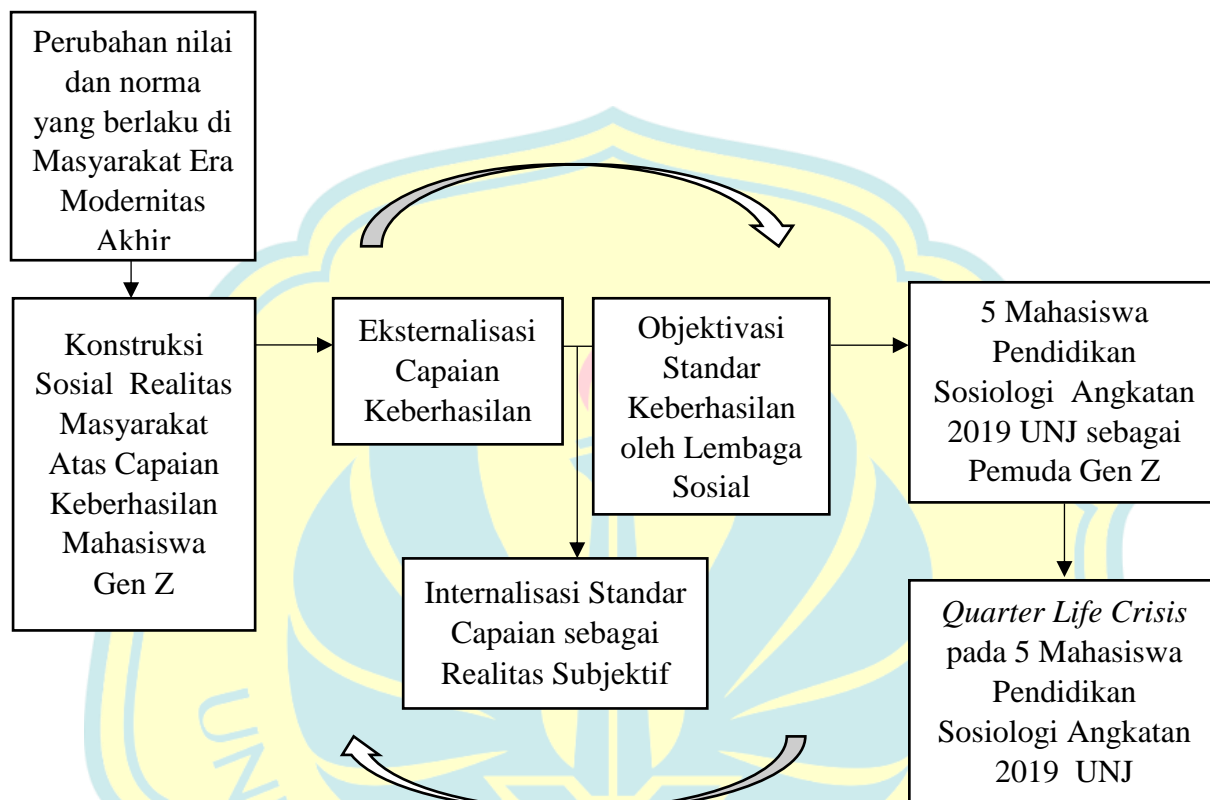
dalam kelompok sosial yang lebih luas di luar keluarga inti, misalnya di sekolah, tempat bekerja, organisasi, dan lingkungan sosial lainnya. Pada tahap ini juga seseorang belajar berperilaku sesuai dengan harapan yang ada dalam kelompok atau organisasi tertentu yang ada dirinya di dalamnya. Berbeda dengan sosialisasi primer yang fokus pada pembentukan identitas dasar, sosialisasi sekunder lebih menekankan pada adaptasi diri seseorang terhadap berbagai peran sosial di masyarakat. Perbedaan yang kentara dari masing-masing sosialisasi ini adalah sosialisasi primer terjadi sejak usia sedini mungkin, berpusat pada keluarga dan biasanya membentuk identitas atau konsep diri seseorang. Sedangkan sosialisasi sekunder pusatnya ada pada lingkungan sosial di luar lingkup keluarga, menyesuaikan peran sosial yang lebih khusus.

1.6.6 Hubungan Antar Konsep

Berdasarkan kerangka konseptual yang telah dijelaskan di atas, peneliti menggambarkan skema hubungan antar konsep yang berkaitan dengan Konstruksi Sosial Dalam Pembentukan *Quarter Life Crisis* Pada Generasi Z (Studi Kasus 5 Mahasiswa Pendidikan Sosiologi Angkatan 2019 Universitas Negeri Jakarta) sebagai berikut.

Intelligentia - Dignitas

Skema 1.2 Hubungan Antar Konsep



(Sumber: Analisis Penulis, 2024)

1.7 Metodologi Penelitian

1.7.1 Pendekatan dan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Pendekatan kualitatif adalah pendekatan yang bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang masalah-masalah manusia dan sosial, bukan mendeskripsikan bagian permukaan dari suatu realitas sebagaimana dilakukan penelitian kuantitatif dengan positivismenya.⁶⁹ Ia

⁶⁹ Wahrul Walidin, Saifullah, Tabrani, 2015, Metodologi Penelitian Kualitatif & Grounded Theory, Banda Aceh: FTK Ar-Raniry Press, hal. 76.

berfokus pada pencarian makna, pemahaman, konsep, ciri, gejala, simbol, maupun penjelasan terhadap fenomena. Selain itu juga mengutamakan kualitas, multimetode, serta dipaparkan secara naratif.⁷⁰ Adapun studi kasus dilakukan secara menyeluruh mencakup fisik dan psikologis seorang individu yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman intensif terhadap kasus yang diteliti.⁷¹ Kasus yang diangkat dalam penelitian ini yaitu konstruksi sosial dalam pembentukan *quarter life crisis* pada generasi Z yang dalam hal ini lima mahasiswa angkatan 2019 prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Negeri Jakarta. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, diharapkan bisa memenuhi tujuan penelitian dan manfaat yang sesuai dengan harapan peneliti.

1.7.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Peneliti melakukan penelitian di kediaman masing-masing informan dan Universitas Negeri Jakarta. Hal ini didasarkan pada pertimbangan bahwa lingkungan tempat tinggal para informan gen Z, merupakan tempat dimana mereka tumbuh dan berkembang, sehingga sebagian besar interaksi, problematika, dan tantangan dapat memicu gejala krisis seperempat abad kehidupan. Penelitian ini mulai dilakukan sejak November 2023 hingga Juni 2024.

⁷⁰ Umar Sidiq, Mohammad Miftachul C., 2019, Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan, Ponorogo: CV Nata Karya, hal. 4.

⁷¹ Samsu, 2017, Metode Penelitian: Teori dan Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Methods, Serta Research & Development, Jambi: Pusat Studi Agama dan Kemasyarakatan (PUSAKA), hal. 65.

1.7.3 Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah lima orang mahasiswa Pendidikan Sosiologi Universitas Negeri Jakarta yang mengalami gejala fenomena *quarter life crisis* dan tergolong ke dalam generasi Z yang telah sampai pada tingkatan akhir studi yaitu angkatan 2019, serta beberapa informan pendukung lain yang dapat membantu melengkapi data penelitian.

Alasan peneliti memilih lima mahasiswa generasi Z Pendidikan Sosiologi Universitas Negeri Jakarta yang telah sampai pada semester akhir, yang dalam hal ini berada pada angkatan 2019 untuk dijadikan subjek penelitian, adalah karena mahasiswa yang tengah berada di masa akhir studi, beban dan tekanan yang mereka alami akan semakin besar. Seperti harus melewati proses mengerjakan *reading course*, lanjut mengerjakan skripsi agar cepat lulus, setelah lulus mendapat tekanan agar segera bekerja, pencapaian yang dibanding-bandingkan dengan teman sebaya, dan lain sebagainya dimana semua tanggung jawab itu berlangsung dalam kurun waktu yang hampir bersamaan.

Intelligentia - Dignitas

Tabel 1.5 Informan Kunci Penelitian

No	Informan	Tahun Lahir	Domisili	Karakteristik
1	AMR	2000	Bekasi, Jawa Barat	Mahasiswa yang tidak aktif berkegiatan
2	SIF	2001	Cakung, Jakarta Timur	Mahasiswa yang bekerja kontrak
3	DI	2002	Bekasi, Jawa Barat	Mahasiswa yang membuka usaha
4	NA	2001	Kalideres, Jakarta Barat	Mahasiswa yang bekerja <i>part time</i>
5	MNA	2001	Bekasi, Jawa Barat	Mahasiswa yang berorganisasi dan bekerja <i>part time</i>

(Sumber: Hasil Wawancara Peneliti, 2023)

1.7.4 Peran Peneliti

Dalam penelitian ini, peran peneliti adalah sebagai perencana, pengamat, pengumpul data, penganalisis data temuan penelitian, dan pencipta laporan hasil penelitian. Peneliti mengamati bagaimana konstruksi sosial memengaruhi terbentuknya krisis seperempat abad kehidupan dalam diri generasi Z. Sebagai alat pendukung untuk mengumpulkan data di lapangan, peneliti menggunakan buku tulis, bolpoin, dan ponsel sebagai pencatat data.

1.7.5 Teknik Pengumpulan Data

Sebagai usaha memperoleh data yang berkaitan dengan permasalahan yang diteliti, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data

berdasarkan konteks permasalahan dan gambaran data yang ingin didapatkan, di antaranya sebagai berikut.

a. Observasi

Metode observasi digunakan peneliti dengan tujuan memperoleh data yang diperlukan untuk memecahkan permasalahan yang ada, karena observasi dilakukan secara terencana, terstruktur, dan tertuju pada suatu hal dengan cara mengamati dan mencatat suatu fenomena atau perilaku orang-orang dalam konteks kehidupan sehari-hari, namun juga harus memperhatikan syarat penelitian ilmiah. Dengan demikian hasil observasi oleh peneliti dapat divalidasi kebenarannya.

Pengamatan ini diharapkan dapat menghasilkan informasi tentang *quarter life crisis* pada subjek penelitian, yang dalam hal ini mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2019) prodi Pendidikan Sosiologi Universitas Negeri Jakarta sebagai generasi Z, sebagai suatu fase dalam hidup yang mereka jalani.

b. Wawancara

Dalam penelitian ini, selain mengobservasi, peneliti juga melakukan pengumpulan data dengan teknik wawancara mendalam kepada para informan di lapangan sesuai fokus permasalahan yang ingin dipecahkan dan juga mengeksplorasi permasalahan yang ada.⁷² Wawancara ini dilakukan demi memperoleh informasi secara langsung mengenai *quarter life crisis*

⁷² Nursapiah, 2020, Penelitian Kualitatif, Medan: Wal Ashri Publishing, hal. 61.

yang dialami lima informan mahasiswa angkatan 2019 Pendidikan Sosiologi Universitas Negeri Jakarta sebagai generasi Z.

Selain mengeksplorasi permasalahan, peneliti melakukan wawancara dengan maksud memperoleh pengetahuan tentang makna-makna subjektif yang dipahami para informan yang berkaitan dengan topik yang diteliti, yang mana hal ini tidak dapat dilakukan melalui teknik pengumpulan data lain.⁷³

c. Dokumentasi dan Studi Kepustakaan

Peneliti juga turut menggunakan sumber data sekunder yaitu studi kepustakaan dan dokumentasi untuk menjawab rumusan masalah yang berfungsi sebagai dasar dan juga pelengkap keseluruhan data. Dokumen dapat berupa foto atau gambar seseorang atau sekelompok orang, peristiwa, maupun kejadian dalam aktivitas tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian. Lalu kepustakaan yang digunakan peneliti di antaranya seperti buku, jurnal nasional, jurnal internasional, tesis, disertasi, dan beberapa artikel ilmiah yang masing-masing memiliki keterkaitan dengan topik tinjauan penelitian.

1.7.6 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data kualitatif merupakan suatu proses pengolahan data non-numerik, seperti wawancara, observasi, atau dokumen, yang ditujukan untuk menemukan pola, makna lebih dalam, atau kesimpulan dari sesuatu yang

⁷³ Wahrul Walidin, Saifullah, Tabrani Z., *Op.cit.*, hal. 134.

diteliti. Proses ini melibatkan beberapa langkah dan dilakukan secara terus menerus hingga tercapai kejenuhan data. Menurut Miles & Huberman, analisis data terdiri dari tiga kegiatan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.⁷⁴

Reduksi data berarti merangkum, memilih hal pokok, menekankan hal yang penting, mencari tema dan pola, serta membuang yang tidak perlu. Dengan cara ini, ketika data direduksi, gambaran yang lebih jelas akan diperoleh dan peneliti dapat dengan mudah melakukan pengumpulan data lebih lanjut⁷⁵. Oleh sebab reduksi data merupakan bentuk analisis yang mempertajam, mengkategorikan, mengarahkan, menghilangkan data yang tidak perlu, dan mengorganisasikan data sehingga dapat ditarik kesimpulan akhir dan diverifikasi, maka ia terjadi secara terus menerus selama penelitian dilakukan.

Pada alur berikutnya yaitu penyajian data kualitatif, biasanya dalam bentuk teks yang sifatnya naratif namun tak membatasi dari matriks dan grafik. Dengan menyajikan data, peneliti akan terbantu untuk melihat pola, hubungan, atau tren yang muncul dalam data, sehingga dapat lebih mudah dalam memahami apa yang terjadi lalu membuat analisis lanjutan.

Kemudian alur ketiga, adalah penarikan kesimpulan dari data yang direduksi dan disajikan. Setelah kesimpulan awal diambil, dilakukan verifikasi atau pengujian ulang untuk memastikan bahwa kesimpulan tersebut konsisten dan valid berdasarkan data temuan. Proses verifikasi ini penting untuk melihat

⁷⁴ Umar Sidiq, Mohammad Miftachul C., 2019, *Op.cit.*, hal. 80.

⁷⁵ *Ibid.*

bahwa kesimpulan yang diambil didukung oleh bukti yang kuat dan tidak hanya berdasarkan spekulasi. Artinya, makna yang muncul dari data lain harus dipertimbangkan kebenaran, kekokohan, dan kesesuaiannya. Kesimpulan akhir tidak hanya diambil pada saat proses pengumpulan data, namun harus diverifikasi agar dapat dipertanggungjawabkan keabsahannya.

1.7.7 Triangulasi Data

Triangulasi data adalah proses pengecekan kembali informasi tertentu, diperoleh dari berbagai informan lainnya di samping informan inti yang mana akan menghasilkan bukti mengenai sama atau tidaknya data temuan, dan selanjutnya akan memberi pandangan atau *insights* tentang fenomena yang diteliti.⁷⁶ Berbagai pandangan itu kemudian menciptakan perluasan pengetahuan. Konsep ini didasari oleh asumsi bahwa setiap kecenderungan yang berhubungan erat dalam sumber data, peneliti, atau metode tertentu, akan dinetralkan oleh sumber data, peneliti atau metode lain. Tujuan dilakukannya triangulasi adalah untuk membandingkan informasi yang diperoleh demi terjaminnya tingkat kepercayaan data dan kebenaran handal. Cara ini dapat mencegah subjektivitas peneliti.⁷⁷

Peneliti melaksanakan triangulasi dengan mewawancarai perwakilan praktisi Pendidikan Sosiologi Universitas Negeri Jakarta dan juga mewawancarai orang-orang terdekat informan, seperti teman sebaya atau orang

⁷⁶ *Ibid.*, hal. 143.

⁷⁷ Umar Sidiq, Mohammad Miftachul C., 2019, *Op.cit.*, hal. 15.

tua mereka agar bisa mengonfirmasi hal yang berkaitan dengan pernyataan informan utama untuk kepentingan validasi data.

Tabel 1.6 Informan Pendukung

No	Informan	Usia	Domisili	Pekerjaan
1	Menik	48	Bekasi, Jawa Barat	Ibu rumah tangga
2	Sella Indri Fikriana	22	Cakung, Jakarta Timur	<i>Fresh graduate</i> yang masih mencari pekerjaan
3	Safira	22	Bekasi, Jawa Barat	<i>Financial staff</i> di perusahaan bidang kecantikan
4	Muhammad Shafar	23	Cipayung, Jakarta Timur	Guru salah satu SMA swasta di Jakarta
5	Nurjanah	61	Bekasi, Jawa Barat	Ibu rumah tangga pensiunan guru sekolah menengah atas
6	Yusliana	38	Bekasi, Jawa Barat	<i>Administrative Staff</i> Prodi Pendidikan Sosiologi

(Sumber: Hasil Wawancara Peneliti, 2023)

1.8 Sistematika Penulisan

Sistematika yang merupakan pedoman dan kerangka penulisan skripsi bertujuan untuk memudahkan dan mengetahui pembahasan skripsi secara keseluruhan, baik untuk peneliti maupun pembaca. Sistematikanya terdiri dari lima bab, di antaranya sebagai berikut.

BAB I : Bab ini terdiri dari latar belakang masalah, permasalahan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan penelitian sejenis,

manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka konseptual, metode penelitian, dan sistematika penulisan penelitian.

BAB II : Pada bab ini peneliti akan membahas tentang deskripsi subjek penelitian, yaitu lima mahasiswa angkatan 2019 prodi Pendidikan Sosiologi UNJ sebagai gen Z.

BAB III : Pada bab ini peneliti akan mendeskripsikan secara rinci hasil temuan penelitian tentang fenomena krisis *quarterlife* berdasarkan pengaruh atas konstruksi sosial masyarakat di sekitar mahasiswa gen Z prodi Pendidikan Sosiologi angkatan 2019 UNJ, seperti faktor yang memengaruhi *quarter life crisis* pada mahasiswa generasi Z, serta dampak yang dirasakan mahasiswa generasi Z setelah mengalami fase hidup *quarter life crisis*.

BAB IV : Dalam bab ini peneliti menguraikan hasil analisis berdasarkan temuan penelitian yang sudah sebelumnya dilakukan di lapangan, juga mengaitkan dengan konsep atau teori yang digunakan.

BAB V : Bab ini merupakan bab terakhir yang di dalamnya berisi kesimpulan hasil penelitian secara keseluruhan yang telah dilakukan peneliti, serta saran yang telah dirumuskan sebagai jalan keluar untuk pemecahan masalah pada temuan penelitian.

Intelligentia - Dignitas