

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Individu harus memenuhi dan menyelesaikan tugas serta kewajiban sesuai dengan tahapan perkembangannya. Setiap tahapan perkembangannya, terdapat tugas dan kewajiban yang berbeda-beda sehingga memungkinkan individu mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugasnya (Permana dkk; dalam Fazira dkk., 2023). Pada fase perkembangan terdapat masa peralihan dari masa remaja akhir ke masa dewasa awal yang disebut dengan *emerging adulthood*. Menurut Arnet (2000) *emerging adulthood* merupakan masa perkembangan yang terjadi pada usia 18 sampai 25 Tahun. *Emerging adulthood* merupakan fase dimana individu rentan merasakan cemas dan khawatir terhadap kehidupannya dalam bidang pendidikan, pekerjaan dan relasi. Setiap individu mempunyai respon yang berbeda beda dalam menghadapi fase *emerging adulthood* karena tidak semua individu menghadapi fase ini dengan rasa semangat dan tertantang (Usmi dkk., 2025).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh American Psychological Association (APA) tahun 2023, individu yang sedang berada di rentang usia 18- 25 tahun akan memiliki tingkat stress lebih tinggi dari usia sebelumnya (Fathyadiva & Savitri, 2025). Pada survey lain yang dilakukan oleh GenSINDO kepada responden rentang usia 18-25 tahun hasilnya menunjukkan terdapat 95% responden mencemaskan 5 hal yaitu, karir, jodoh, pendidikan, persaingan global, dan Kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa individu yang sedang berada pada masa transisi dari remaja menuju dewasa rentan mengalami masalah kesehatan mental. Menurut Valentino & Hendrawan (2025) *emerging adult* cenderung menimbulkan emosi negatif yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Pada fase ini individu akan mengalami konflik dengan dirinya sendiri dalam mencari jati diri mereka, yang mana hal tersebut menjadikan individu akan rentan mengalami ketidakstabilan yang semakin meningkat dalam hidupnya, banyaknya perubahan yang terjadi, dihadapkan dengan banyaknya pilihan, dan banyaknya kekhawatiran yang individu rasakan dalam menghadapi kehidupannya. Dengan demikian, individu pada masa *emerging adulthood* rentan merasa panik, khawatir, frustrasi dalam menghadapi ketidakpastian akan tujuan hidup dirinya sendiri. Keadaan tersebut merupakan ciri khas dari *quarter life crisis*.

Quarter life crisis merupakan fenomena yang sering ditemui dan dialami oleh *emerging adult*. Banyak dari mereka yang merasakan bahwa fase ini merupakan fase yang sulit dan

bahkan bisa menumbuhkan emosi negatif yang dapat berkembang menjadi *stress*, tidak percaya diri dan perasaan gelisah (Kusumaningrum, 2023). Robbins (dalam Wijaya & Saprowi, 2022) mendefinisikan *quarter life crisis* sebagai reaksi individu pada saat menghadapi permasalahan karir, keuangan, hubungan, dan pengelolaan hidup mereka yang mana hal tersebut dapat menimbulkan perasaan kecemasan serta ketidakberdayaan. Dapat diartikan *quarter life crisis* merupakan sebuah kesengsaraan individu karena dihadapkan dengan pilihan hidup seperti karir, keuangan, pengaturan hidup, dan hubungan (Robbins & Wilner dalam Rahmah dkk., 2023). Pada masa transisi masa remaja ke masa dewasa, individu biasanya akan menghadapi tuntutan dan tekanan yang biasanya cenderung lebih kompleks. Menurut Robbins & Wilner (dalam Pongsibidang dkk., 2023) *quarter life crisis* biasanya terjadi pada rentan 18-25 tahun dimana merupakan respon dari situasi saat individu dihadapkan dengan banyaknya pilihan serta kecemasan dan perasaan tidak berdaya yang tumbuh saat individu selesai dari dunia pendidikan atau perkuliahan.

Individu yang mengalami masa tersebut biasanya ditandai dengan adanya perasaan khawatir atau cemas yang berlebihan, merasa pesimis, dan dapat munculnya perasaan tertekan yang mana perasaan-perasaan tersebut dapat mengganggu aktivitas individu dan bahkan bisa menimbulkan permasalahan psikologis. Menurut Robbins & Wilner (2001) terdapat 7 indikator yang menandakan individu mengalami *quarter life crisis* yaitu, merasa tidak pasti dalam mengambil keputusan, merasa putus asa, berpandangan negatif terhadap diri sendiri, merasa terjebak dalam kehidupan yang sedang dijalani, merasa cemas terhadap masa depan, tertekan akan tuntutan yang dialami, serta merasa khawatir dalam hal hubungan interpersonal. Kondisi individu yang mengalami *quarter life crisis* berbeda-beda karena setiap individu memiliki tekanan yang berbeda beda. Tekanan tersebut biasanya mencakup pekerjaan, pendidikan, pencapaian, status sosial ekonomi, bahkan tempat tinggalnya. Biasanya pada fase usia tersebut, akan muncul berbagai pertanyaan terkait pekerjaan, status perkawinan, hubungan interpersonal, dan aspek kehidupan lainnya, yang pada akhirnya menimbulkan kebingungan pada individu mengenai arah dan masa depan kehidupannya (Melati, 2024). Hal tersebut dapat membuat individu merasa tertekan sehingga, *emerging adult* merasa terjebak dan kehilangan arah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Robinson dkk., 2025 pada *emerging adult* di beberapa negara, hasilnya menunjukkan bahwa Indonesia memiliki prevalensi *quarter life crisis* tertinggi di antara delapan negara yang diteliti, yaitu sebesar 77,1% dari 332 responden. Selain itu, survei yang dilakukan oleh Agustina dkk. (2022) pada *emerging adult* di kota Mataram menunjukkan bahwa sebanyak 123 orang (98%) dari 125 orang mengalami *quarter*

life crisis. Penelitian yang dilakukan oleh Wijaya & Saprowi (2022) terhadap 220 *emerging adult*, hasilnya menunjukkan bahwa sebanyak 132 partisipan (60%) mengalami *quarter life crisis* pada tingkat tinggi. Penelitian lain yang dilakukan Husain & Suminar (2022) pada mahasiswa yang berusia 18-25 tahun di Indonesia, hasilnya menunjukkan bahwa 53% responden mengalami *quarter life crisis* pada kategori tinggi. Berangkat dari temuan-temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa *quarter life crisis* merupakan fenomena psikologis yang mana hasilnya mayoritas berada di kategori tinggi pada kelompok *emerging adult* di berbagai kota di Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi tersebut telah menjadi permasalahan psikologis di kalangan *emerging adult* di berbagai kota di Indonesia.

Dalam fase *quarter life crisis* ini individu akan memikirkan kehidupan masa depannya yang dapat menimbulkan perasaan gelisah. Kebanyakan individu akan membandingkan diri mereka dengan orang di usianya. Umumnya, individu pada masa *quarter life crisis* merasakan kecemasan tingkat tinggi akan masa depannya (Usmi dkk., 2025). Menurut Pande (dalam Korah, 2022) dampak dari krisis ini individu akan merasa bahwa dirinya tidak berguna, semakin ragu akan kemampuan yang mereka miliki, cenderung merasa takut dalam menghadapi masa depan, ragu akan rencana dan tujuan hidup yang mereka miliki. Perasaan kecemasan dan ketidakpastian tersebut merupakan dampak yang paling umum yang dirasakan oleh individu yang mengalami *quarter life crisis*.

Individu yang mengalami *quarter life crisis* cenderung dapat menimbulkan dampak negatif pada kesehatan mental. *Quarter life crisis* yang berkelanjutan dan tidak segera untuk diobati akan menumbuhkan masalah kesehatan mental yang cukup serius, dimana 86% individu yang berada di fase ini mengalami perasaan yang tidak nyaman, kesepian dan depresi (Sepsita, 2024). Menurut Robbins & Wilner (dalam Kusumaningrum & Jannah, 2023) *quarter life crisis* dapat menimbulkan perasaan keraguan, mengalami tekanan, rasa cemas semakin meningkat, dan tidak mampu membangun relasi interpersonal yang dapat mengganggu kesehatan mental seperti, depresi, *anxiety* dan lainnya. Menurut Delisia dkk. (2023) menunjukkan bahwa *quarter life crisis* bisa membuat seseorang lebih rentan terhadap distress psikologis seperti stres, rasa tidak puas terhadap diri sendiri, dan konflik batin terkait identitas. Lalu, *quarter life crisis* juga dapat berdampak pada aspek sosial, seperti adanya konflik dengan teman atau keluarga, kesulitan membangun hubungan dekat, dan adanya perasaan isolasi (Ratih & Winta, 2024).

Pada fase *quarter life crisis* individu akan merasa tertekan oleh tuntutan hidup, memiliki penilaian diri yang negatif dan kepercayaan diri yang rendah, merasa putus asa, ragu dalam hubungan romantis, serta khawatir terhadap identitas diri, karier, dan kondisi

finansialnya (Anisa dkk., 2024; Permana dkk., 2025). Dampak lain dari *quarter life crisis* yaitu, adanya penurunan kesejahteraan subjektif (kebahagiaan dan kepuasan hidup) efeknya menjadi negatif terutama ketika individu merasa kurang mampu menghadapi tantangan hidup. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hanifah & Kurniawan (2025) menunjukkan bahwa individu yang mengalami *quarter life crisis* cenderung mengalami emosi negatif.

Quarter life crisis dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Thouless (dalam Sepsita, 2024) terdapat 2 faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis*, yaitu faktor internal yang berasal dari dalam diri individu dan faktor eksternal yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Faktor internal dapat berasal dari intelektual, pengalaman pribadi, moral, afeksi, dan emosi individu (Angelica, 2023). Faktor ini biasanya terjadi karena adanya ketidaksesuaian antara kenyataan dengan harapan. Adanya ketidakpuasan individu dalam mencapai sesuatu tujuannya dan merasa takut gagal dapat menjadi faktor pemicu *quarter life crisis* (Fazira dkk., 2023). Dalam segi faktor emosi, individu yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah cenderung tidak dapat mengekspresikan perasaan yang dialaminya dan lebih memilih untuk menutup diri sehingga akan kesulitan untuk menghadapi *quarter life crisis* (Anggraeni, 2023).

Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi *quarter life crisis* terdiri dari faktor pendidikan, sosial budaya, media sosial, lingkungan dan perubahan zaman. Faktor media sosial dapat disebabkan karena dapat memicu perasaan cemas dan rendah diri pada individu, sehingga mereka cenderung membandingkan kehidupannya dengan citra sempurna yang ditampilkan individu lain (Usmi dkk., 2025). Menurut Ratih dkk, dkk(2024) penggunaan teknologi dan media sosial, menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* karna akan menimbulkan perasaan sering membandingkan diri dengan orang lain melalui platform *online*, yang pada akhirnya dapat menyebabkan stres dan perasaan tidak puas akan diri. Penelitian yang dilakukan Dwidienawati dkk., (2025) yang menemukan bahwa rata-rata waktu layar (*screen time*) untuk media sosial pada responden yang dominasi berdomisili jabodetabek menunjukkan berada pada nilai 5.00 dari skala 6, mengindikasikan intensitas penggunaan media sosial yang tergolong tinggi. Faktor lingkungan yang dipicu oleh ekspektasi sosial dan norma pencapaian usia memiliki kontribusi yang cukup besar. Menurut Valentino & Hendrawan (2025) salah satu faktor individu yang mengalami *quarter life crisis* yaitu, adanya tuntutan atau ekspektasi sosial (khususnya dari orang tua) yang tidak sesuai dengan keinginan individu. Hal tersebut sering kali memperburuk perasaan krisis yang dialami oleh individu karena adanya tekan untuk memenuhi ekspektasi sosial. Tuntutan sosial dan banyaknya pertanyaan seperti “*kapan lulus?*”, “*kapan kerja?*” “*kapan nikah?*”, “*kapan punya anak?*”, dan pertanyaan lainnya yang mana hal tersebut dapat menjadi tekanan bagi individu

Faktor lingkungan lainnya dapat dipicu dari kondisi lingkungan tempat tinggal, yang mana tempat tinggal dapat membentuk pengalaman, tuntutan, serta tekanan yang dihadapi sehari-hari. Lingkungan yang kompleks dan dinamis di wilayah perkotaan terutama Jabodetabek, dapat menjadi sumber stres bagi kebanyakan individu dalam menjalani fase perkembangan kehidupannya. Urbanisasi yang terjadi di Indonesia mengakibatkan meningkatnya kepadatan penduduk sehingga menjadi daerah metropolitan di lingkungan kota-kota besar yang membawa perubahan struktur sosial dan ekonomi namun, dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental bagi penduduk perkotaan (Prismawan & Michael, 2024). Perkembangan wilayah metropolitan Jabodetabek ditandai oleh tingginya kepadatan penduduk, ekspansi industri, serta meningkatnya tekanan kebutuhan perumahan yang berdampak pada berbagai aspek kesejahteraan sosial seperti pendidikan, kesehatan, kondisi ekonomi, serta ketersediaan air dan sanitasi (Jamil & Nihayah, 2025).

Akibat urbanisasi yang terus meningkat, dapat menjadikan tantangan-tantangan yang dialami individu terasa semakin berat. Wilayah Jabodetabek memiliki karakteristik lingkungan yang kompetitif dan penuh tekanan, ditandai oleh tingginya tuntutan ekonomi, beban kerja, serta persaingan karir yang ketat yang dapat memicu munculnya *quarter life crisis*. Selain itu, wilayah Jabodetabek juga menjadi pusat pendidikan, bisnis, dan lapangan kerja yang menarik banyak penduduk dari berbagai daerah untuk datang dan menetap. Kondisi tersebut membuat *emerging adult* di wilayah ini menghadapi berbagai tuntutan perkembangan, seperti tekanan untuk memperoleh pekerjaan, mencapai kemandirian finansial, melanjutkan pendidikan, dan memenuhi ekspektasi sosial mengenai kesuksesan. Tekanan dan persaingan tersebut berpotensi meningkatkan kerentanan individu dalam mengalami *quarter life crisis*. Penelitian yang dilakukan oleh Emily & Dewi (2023), hasilnya menunjukkan bahwa dewasa muda di Jabodetabek rentan mengalami *distress* emosional. Temuan ini sejalan dengan karakteristik *quarter life crisis* yang ditandai oleh berbagai krisis emosional, seperti kecemasan, kebingungan, dan ketidakpastian terhadap masa depan. Robbins dan Wilner (dalam Anggraeni, 2023) mendefinisikan *quarter life crisis* sebagai bentuk krisis emosional. Dengan demikian, mengindikasikan bahwa tingginya *distress* emosional yang dialami individu di Jabodetabek yang lebih besar kemungkinan untuk mengalami *quarter life crisis*. Selain itu, penelitian yang dilakukan Khailia (2025) yang secara khusus meneliti *quarter life crisis* pada 106 dewasa awal di wilayah Jabodetabek dan hasilnya menemukan bahwa faktor internal maupun eksternal individu turut memengaruhi tingkat *quarter life crisis* yang dialami. Hal ini menunjukkan bahwa *quarter life crisis* merupakan fenomena yang relevan dan nyata di kalangan *emerging adult* di kawasan Jabodetabek.

Lalu faktor eksternal lainnya ialah hubungan interpersonal atau dukungan sosial seperti, hubungan dengan keluarga, teman serta pasangan. Dari berbagai hubungan interpersonal yang ada, keluarga dianggap menjadi salah satu faktor yang paling signifikan terhadap *quarter life crisis* karena keluarga memiliki peran yang paling besar dibandingkan dengan pengaruh teman dan *signifikan other* (Wijaya & Saprowi, 2022). Keluarga merupakan lingkungan pertama yang dimiliki individu dalam proses perkembangannya (Viranda dkk., 2023). Maka dari itu, keluarga dapat dianggap sebagai pihak yang paling dekat dengan individu. Dengan demikian, keberfungsian keluarga menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam memahami munculnya *quarter life crisis* pada individu. Semakin baik keberfungsian keluarga, menjadikan tingkat *quarter life crisis* individu semakin rendah dan sebaliknya, keberfungsian keluarga yang buruk dapat meningkatkan tingkat *quarter life crisis* (Korah, 2022). Oleh karena itu, keluarga perlu menjalankan fungsinya secara optimal agar dapat berperan secara efektif.

Menurut Epstein dkk (dalam Nitisara & Yunita, 2025) keberfungsian keluarga merupakan kemampuan keluarga dalam menjalankan peran dan fungsi penting guna mendukung kesejahteraan sosial, psikologis, serta biologis anggota keluarga. Keberfungsian keluarga dapat dipahami sebagai kemampuan keluarga dalam menjalankan fungsi-fungsi dasarnya secara efektif, seperti memberikan dukungan emosional, membangun komunikasi yang terbuka, menjalankan peran pengasuhan, serta menciptakan lingkungan keluarga yang aman dan suportif bagi perkembangan anggota keluarga (Herawati dkk., 2020). Keberfungsian keluarga mencakup proses interaksi fisik dan emosional antar anggota keluarga dalam menjalankan tugas dan berupaya untuk kesejahteraan setiap anggota dari aspek fisik, sosial, dan psikologis. Dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 21 Tahun 1994 Pasal 4 mengatur tentang keberfungsian keluarga, yang mana fungsi dari suatu keluarga itu sebagai fungsi keagamaan, sosial budaya, cinta, melindungi, reproduksi, sosialisasi, ekonomi, pendidikan dan pembinaan lingkungan (Ridwan & Gismin, 2023). Maka, dapat dikatakan bahwa keluarga yang berfungsi dengan baik adalah keluarga yang dapat menjalankan fungsi tersebut. Menurut Epstein dkk. (dalam Nitisara & Yunita, 2025) terdapat enam dimensi dalam keberfungsian keluarga yaitu, pemecahan masalah, komunikasi, peran, responsivitas afektif, keterlibatan afektif, dan kontrol perilaku.

Keluarga memiliki peran yang penting dalam perkembangan individu. Herawati dkk., (2020) pelaksanaan fungsi keluarga oleh orang tua secara optimal dapat memberikan pengaruh yang baik kepada anggota keluarga lainnya terutama anak. Maka dari itu, keberfungsian keluarga menjadi penting karena dapat berdampak pada perkembangan individu. Menurut Maulina & Amalia (2019) keluarga yang berfungsi dengan baik, akan menjadikan anggota

keluarganya mampu melakukan pemecahan masalah, memberikan dukungan timbal balik, menjalin komunikasi yang efektif, serta menghadapi tantangan yang dihadapi. Selain itu, keluarga yang berfungsi dengan baik mampu menciptakan lingkungan yang aman, hangat, dan penuh kedekatan emosional, yang membantu individu dalam menghadapi *quarter life crisis* sehingga membuat individu cenderung merasa tidak sendirian, meningkatkan ketahanan dalam menghadapi tantangan hidup, serta mencegah krisis berkepanjangan dan munculnya masalah mental. (Mariyanti dkk., 2025).

Menurut Botha & Booysen (dalam Nabilah & Hermaleni, 2021) individu yang tumbuh dalam keluarga dengan tingkat disfungsi yang tinggi cenderung memiliki kepuasan hidup dan kebahagiaan yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang berasal dari keluarga yang berfungsi secara baik. Menurut Walsh (2016) keberfungsian keluarga yang rendah sering ditandai dengan komunikasi yang buruk, kurangnya dukungan emosional, peran yang tidak jelas, konflik yang sering terjadi, serta ketidakmampuan keluarga dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan. Dengan adanya keberfungsian keluarga dapat membuat individu merasa nyaman, merasa terlindungi, dapat mengekspresikan emosinya, saling terlibat satu sama lain dan saling support. Maka dari itu, gangguan pada kondisi emosional individu yang dipicu oleh rendahnya keberfungsian keluarga dapat berkontribusi terhadap munculnya *quarter life crisis*. Individu yang berada dalam fase *quarter life crisis*, umumnya sering disertai dengan ketidakstabilan pada kondisi emosionalnya.

Terdapat penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Korah (2022) yang meneliti tentang *The Role Of Family Functioning In The Quarter-Life Crisis In Early Adulthood During The Covid-19 Pandemic*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga berperan dalam *quarter life crisis*, yang mana terdapat hubungan negatif yang signifikan antara keduanya. Artinya, semakin baik keberfungsian keluarga, semakin rendah tingkat *quarter life crisis* yang dialami individu begitupun sebaliknya. Disisi lain, penelitian yang dilakukan oleh Supriyati dkk., (2025) mengenai pengaruh keberfungsian keluarga pada *quarter life crisis* yang dialami dewasa muda, hasilnya menunjukan arah pengaruh yang positif yang mana semakin tinggi keberfungsian keluarga, justru cenderung makin tinggi tingkat *quarter life crisis*, yang diasumsikan disebabkan karena adanya tuntutan dan ekspektasi tinggi dalam keluarga.

Berdasarkan hasil penelitian-penelitian sebelumnya yang masih tidak konsisten, maka peneliti ingin mengeksplorasi lebih lanjut terkait keberfungsian keluarga pada *quarter life crisis* pada *emerging adult*. Selain itu, masih belum dieksplorasi secara spesifik di wilayah Jabodetabek. Harapannya keberfungsian keluarga dapat menjadi faktor protektif yang krusial bagi *emerging adult* karena keluarga yang berfungsi secara baik mampu memberikan dukungan

emosional, instrumental, dan regulasi stres yang membantu *emerging adult* menghadapi tantangan perkembangan di tengah tekanan lingkungan perkotaan Jabodetabek. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan karena diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai pengaruh keberfungsian keluarga terhadap *quarter life crisis* yang dialami individu di wilayah perkotaan besar, khususnya Jabodetabek. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap *Quarter Life Crisis* pada *Emerging Adult* di Jabodetabek”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah peneliti jelaskan diatas, identifikasi masalah pada penelitian ini adalah:

1. Individu yang berada di masa *emerging adulthood* menghadapi berbagai tuntutan seperti mengeksplorasi jati diri, pendidikan, karir, dan relasi interpersonal yang dapat menimbulkan tekanan psikologis yang dapat memicu *quarter life crisis*
2. Keberfungsian keluarga diduga dapat berperan dalam membantu *emerging adult* menghadapi *quarter life crisis*. Dengan demikian, ketika keluarga tidak berfungsi secara efektif maka, kemungkinan individu akan mengalami *quarter life crisis* akan semakin tinggi.
3. Selain itu, lingkungan urban yang padat serta kompetitif dapat memicu terjadinya *quarter life crisis* pada *emerging adult*.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan dari identifikasi masalah yang sudah dipaparkan di atas, masalah pada penelitian ini difokuskan untuk mengetahui “Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap *Quarter Life Crisis* pada *Emerging Adulthood* di Jabodetabek”.

1.4 Rumusan Masalah

Peneliti membuat rumusan masalah pada penelitian ini terkait “Apakah keberfungsian keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *quarter life crisis* pada *emerging adult* di Jabodetabek?”

1.5 Tujuan Penelitian

Merujuk pada rumusan masalah yang sudah dijabarkan diatas, tujuan dari penelitian ini adalah agar dapat mengetahui pengaruh keberfungsian keluarga terhadap *quarter life crisis* pada *emerging adult* di Jabodetabek.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Pada penelitian ini diharapkan adanya manfaat teoritis yaitu dapat memberikan wawasan dan ilmu pengetahuan tentang studi dalam bidang psikologi, serta dapat berkontribusi untuk literatur dalam bidang psikologi, khususnya pada variabel keberfungsian keluarga dan *quarter life crisis* pada *emerging adult* di Jabodetabek.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Manfaat Bagi *Emerging Adult*

Bagi individu *emerging adult* khususnya di wilayah Jabodetabek, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pemahaman mengenai pentingnya peran keluarga dalam menghadapi fase *quarter life crisis*, sehingga karir, maupun tuntutan sosial yang tinggi di lingkungan perkotaan. Diharapkan dapat memberikan manfaat praktis dengan memberi gambaran informasi mengenai keberfungsian keluarga pada *emerging adult* di Jabodetabek yang mengalami *quarter life crisis*.

1.6.2.2 Manfaat Bagi Keluarga

Diharapkan dapat memberikan manfaat praktis dengan memberi gambaran informasi mengenai keberfungsian keluarga pada *emerging adult* di Jabodetabek yang mengalami *quarter life crisis*. Bagi keluarga, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai pentingnya keberfungsian keluarga, seperti komunikasi yang efektif, dukungan emosional, dan penyelesaian masalah, dalam membantu anggota keluarga yang sedang berada pada fase *emerging adulthood*. Hal tersebut diharapkan agar keluarga dapat berfungsi secara optimal bagi *emerging adult* yang mengalami *quarter life crisis*.

1.6.2.3 Manfaat Bagi Tenaga Profesional

Bagi tenaga profesional, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan dalam memberikan layanan kepada individu yang berada pada fase *emerging adulthood*. Selain itu, diharapkan dapat menambah wawasan mengenai pentingnya psikoedukasi keluarga, asesmen keberfungsian keluarga, serta pengembangan intervensi berbasis keluarga untuk membantu individu menghadapi *quarter-life crisis* secara lebih efektif.

