

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang tengah menjalani pendidikan di perguruan tinggi, berada pada fase perkembangan menuju kedewasaan serta mulia merumuskan identitas diri, nilai-nilai kehidupan dan kemandirian dalam proses belajar serta berpikir secara kritis (Ayub, 2024). Eva dkk. (2020) menjelaskan bahwa mahasiswa berada dalam masa transisi dari remaja menuju dewasa, yang dikenal sebagai tahap *emerging adulthood* dengan kisaran usia 18 sampai 25 tahun. Sementara itu, berdasarkan Undang-Undang RI No. 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi Pasal 1 Ayat 4, mahasiswa didefinisikan sebagai individu yang sedang mengikuti Pendidikan di jenjang perguruan tinggi, baik pada program diploma, sarjana, magister, dokter maupun spesialis. Peran penting mahasiswa ini dapat terlihat dalam lingkungan perguruan tinggi, termasuk pada pendidikan di sektor Pertanian yang mengharuskan penguasaan teori akademik dan keterampilan praktik secara seimbang.

Menurut Ayyaseveriday (2023) pendidikan pertanian merupakan bidang ilmu yang menyeluruh, mencakup disiplin seperti ilmu tanah, ilmu tanaman dan teknologi pertanian mutakhir. Bentuknya mencakup pembelajaran formal di jenjang SMK dan perguruan tinggi serta pendidikan non formal melalui pelatihan dan lokakarya, Tujuannya adalah menyatukan pengetahuan, teknologi, praktik terbaik serta manajerial dan sosial demi menciptakan pertanian yang efisien dan berkelanjutan. Oleh karena itu, mahasiswa pertanian tidak hanya belajar teori, tetapi juga praktik lapangan, riset dan pengabdian kepada masyarakat yang relevan

dengan kebutuhan pertanian nasional maupun global (Mulyani, 2019). Di balik tuntutan akademik dan profesional tersebut, mahasiswa pertanian umumnya berada pada fase perkembangan yang dikenal sebagai masa dewasa awal, yang penuh dengan tantangan.

Masa dewasa awal adalah periode dimana individu mencapai kematangan fisik, namun masih dalam proses penyesuaian sosial dan emosional untuk membentuk kehidupan yang mandiri dan produktif. Masa dewasa awal ditandai dengan sejumlah tugas perkembangan seperti menentukan pasangan hidup, membangun kehidupan keluarga, mengatur urusan rumah tangga, memulai serta mengembangkan karier, ikut serta dalam kegiatan sosial dan kewarganegaraan serta memenuhi tanggung jawab sosial dan ekonomi. Meski demikian, pelaksanaan tugas-tugas tersebut tidak selalu berjalan lancar, sebab individu sering kali menghadapi berbagai tekanan dan situasi yang tidak pasti. (Hurlock, 2019).

Individu yang berada pada tahap dewasa awal, khususnya mahasiswa kerap menghadapi dinamika psikologis yang menantang seiring dengan proses transisi menuju kehidupan pasca kampus. Salah satu tantangan yang dominan adalah kebingungan dalam merencanakan masa depan pekerjaan, yang ditandai oleh keraguan dalam menentukan pilihan karier serta keridakyakinan terhadap relevansi antara latar belakang Pendidikan dan kesempatan kerja yang tersedia. Situasi tersebut sering kali diperparah oleh kurangnya kesiapan memasuki dunia kerja, baik dari aspek penguasaan keterampilan maupun keyakinan terhadap kapasitas diri. Di sisi lain, tuntutan akademik seperti penyelesaian tugas akhir, tekanan untuk lulus tepat waktu, serta standar prestasi yang tinggi dapat menimbulkan beban psikologis

yang berkelanjutan. Harapan keluarga dan lingkungan sosial terkait keberhasilan studi dan karier juga berkontribusi menambah tekanan emosional, sehingga memunculkan rasa cemas, takut gagal dan kesulitan dalam mengambil keputusan penting. Kondisi-kondisi tersebut mencerminkan bahwa *quarter-life crisis* merupakan fenomena psikologis yang bersifat multidimensional dan lazim di alami mahasiswa dalam fase peralihan menuju kedewasaan dan dunia profesional (Usmi, 2025).

Arnett (2014) menyatakan bahwa masa dewasa awal merupakan periode eksplorasi yang mendalam dalam hal pekerjaan, relasi sosial, serta pencarian nilai-nilai hidup. Pada tahap ini, banyak individu mengalami ketidakpastian akan masa depan yang membuat mereka rentan terhadap *quarter-life crisis*, yaitu kondisi kebingungan, ketidakstabilan dan keraguan terhadap arah hidup. Pandangan ini diperkuat oleh temuan Rahmah (2023) yang mengungkapkan bahwa ketidakpastian dalam menentukan arah pendidikan maupun karier dapat menjadi pemicu munculnya *quarter-life crisis*, khususnya saat individu merasa keputusan yang mereka buat tidak sejalan dengan aspirasi atau tujuan hidup pribadi.

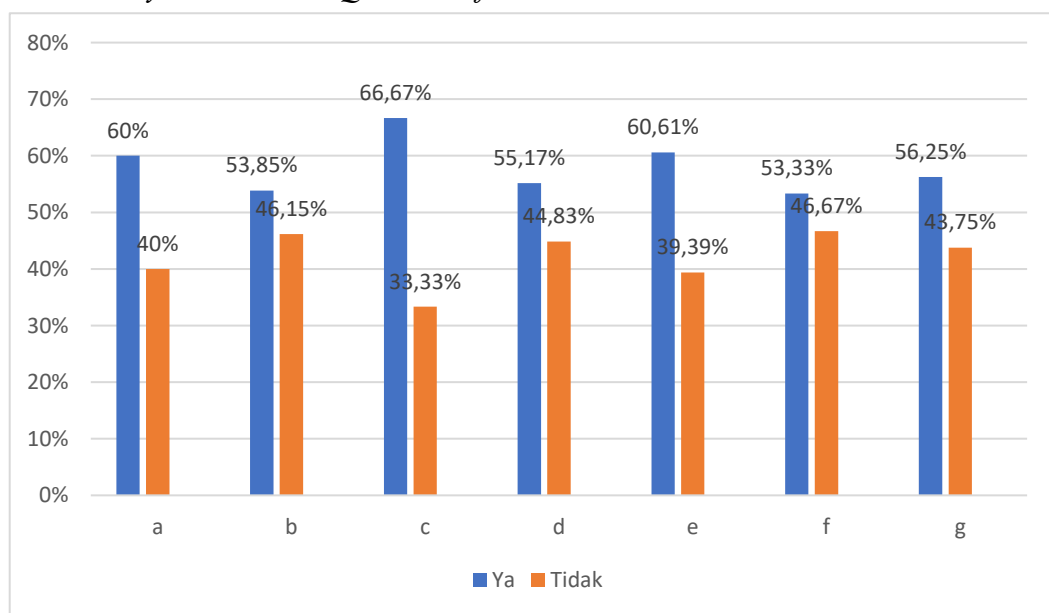
Robinson dkk. (2013) menyatakan bahwa *quarter-life crisis* merupakan periode krisis identitas dan perubahan signifikan yang dialami pada masa dewasa awal. Pada tahap ini, seseorang menghadapi tekanan emosional yang berat akibat dinamika dalam kehidupan seperti karier, relasi serta pencarian tujuan hidup. Individu kerap merasa tidak yakin dengan arah hidupnya, terjebak dalam ketidakjelasan dan dihadapkan pada tuntutan sosial yang sering kali tidak sejalan dengan realitas yang dijalani.

Fenomena ini semakin relevan pada generasi muda saat ini yang hidup dalam dinamika sosial yang kompleks, ekspektasi tinggi dari lingkungan serta ketidakpastian dalam aspek ekonomi dan karier. Selain itu, perkembangan media sosial turut memperburuk gejala *quarter-life crisis*, karena mendorong individu untuk terus membandingkan pencapaian dirinya dengan orang lain (Jay, 2012).

Adapun data survey yang dilakukan pada 17 Juli 2025 menunjukkan hal-hal sebagai berikut:

Gambar 1.1

Hasil Survey Awal Terkait Quarter-Life Crisis



Keterangan:

- a. Bingung dalam menentukan Keputusan
- b. Putus asa
- c. Penilaian diri yang negatif
- d. Terjebak dalam situasi sulit
- e. Cemas
- f. Tertekan
- g. Khawatir dalam hubungan personal

Hasil survey awal menunjukkan bahwa sebanyak 60% responden menyatakan kerap mengalami ketidakjelasan dalam mengambil keputusan penting terkait masa depan mereka, seperti memilih karier, pendidikan lanjutan maupun menjalin hubungan sosial. Kondisi ini menggambarkan adanya kebimbangan arah hidup dan pencarian identitas diri, yang merupakan karakteristik umum dari fenomena *quarter-life crisis*. Sementara, 53,85% responden juga menunjukkan adanya rasa putus asa dan kehilangan semangat untuk berjuang, terutama setelah mengalami kegagalan atau tertundanya pencapaian akademik maupun pribadi.

Sebanyak 66,67% partisipan menunjukkan kecenderungan untuk menilai diri mereka secara negatif, seperti merasa tidak mampu, tidak cukup baik atau kurang berhasil dibandingkan dengan orang lain. Hal ini berkaitan erat dengan krisis identitas dan rendahnya harga diri. Sementara itu, 55,17% responden mengungkapkan bahwa mereka merasa terjebak dalam situasi sulit yang tidak mudah diubah. Hambatan tersebut bisa muncul dari tekanan dalam bidang akademik, masalah keuangan, maupun tuntutan dari lingkungan keluarga, yang

pada akhirnya membuat mereka merasa tidak memiliki kendali atas hidupnya. Gejala paling menonjol ditunjukkan oleh 60,61% responden yang merasa khawatir akan masa depan mereka. Rasa cemas ini mencakup ketidakpastian dalam hal pekerjaan, kondisi keuangan, dan pencapaian tujuan hidup yang belum terpenuhi.

Sebesar 53,33% mahasiswa mengaku mengalami beban emosional berupa stres, kelelahan mental, dan frustrasi, yang mengindikasikan tingkat tekanan psikologis cukup tinggi di kalangan mahasiswa tingkat akhir. Adapun 56,25% mahasiswa menyatakan mengalami kekhawatiran dalam menjalin hubungan interpersonal, baik dengan teman sebaya, pasangan, maupun keluarga. Kekhawatiran tersebut meliputi rasa takut kehilangan, konflik dalam hubungan, serta kesulitan mempertahankan hubungan yang sehat.

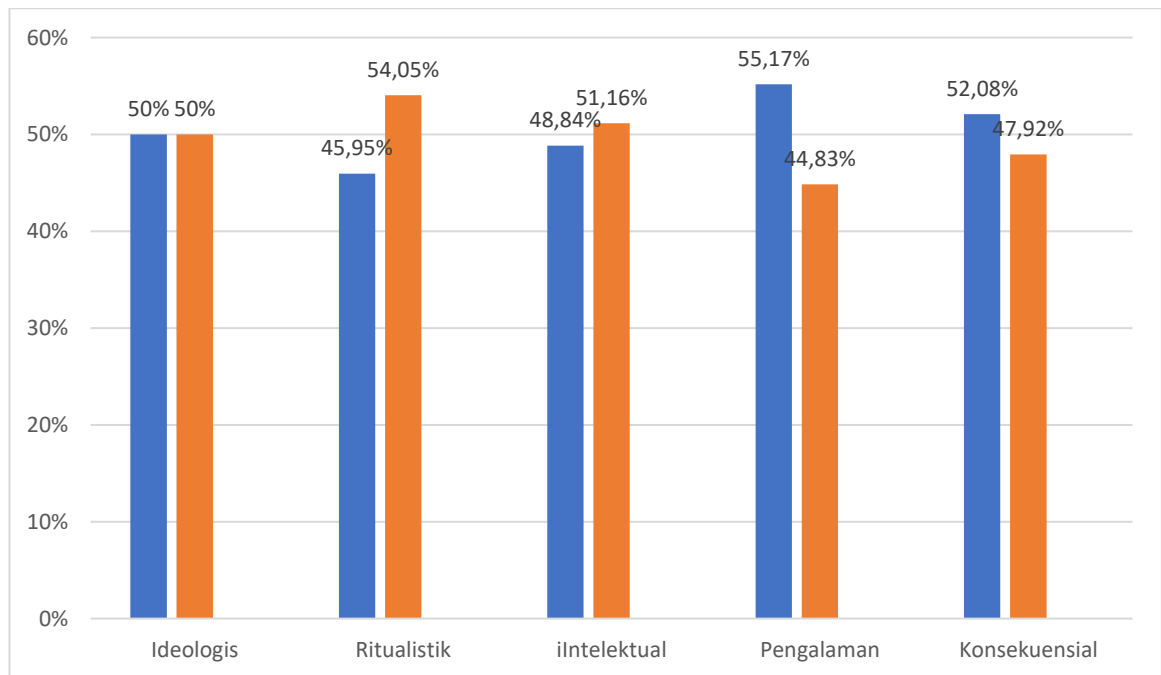
Adapun salah satu faktor yang mempengaruhi *quarter-life crisis* yaitu religiusitas. Penelitian dari Alsubaie dkk, menunjukkan bahwa religiusitas berperan sebagai pelindung terhadap gangguan mental, seperti stress dan kecemasan yang sering muncul pada fase dewasa awal. Individu yang memiliki religiusitas tinggi cenderung mampu memaknai hidup secara lebih mendalam, mengelola emosi secara sehat dan memiliki pandangan yang lebih positif terhadap masa depan. Kondisi ini menjadikan mereka lebih mampu menghadapi tekanan psikologis, termasuk kebingungan hidup, ketakutan eksistensial dan tekanan dari lingkungan sosial yang menjadi ciri *quarter-life crisis* (Alsubaie dkk 2021).

Sedangkan menurut Pradhika dan Japar (2024), terdapat korelasi negatif yang berarti antara religiusitas dan *quarter-life crisis*, yang artinya semakin kuat religiusitas seseorang, maka semakin kecil peluangnya mengalami krisis tersebut.

Nilai-nilai keagamaan dinilai mampu menghadirkan ketenangan batin, harapan dan perasaan terhubung dengan sesuatu yang lebih besar sehingga dapat membantu individu untuk mengatasi krisis jati diri dan tekanan hidup secara lebih adaptif.

Gambar 1.2

Hasil Survey Awal terkait Religiusitas



Berdasarkan data yang diperoleh dari survey awal, menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat keyakinan atau kepercayaan kepada Tuhan sekitar 50%, artinya setengah dari mahasiswa menunjukkan kepercayaan yang baik, namun setengah lainnya cenderung meragukan atau belum sepenuhnya menginternalisasikan keyakinan tersebut. Hal ini dapat berkaitan dengan fase pencarian identitas spiritual yang umum terjadi di dewasa awal. Sementara 45,95% individu melakukan praktik keagamaan, yang mengindikasikan bahwa tidak semua mahasiswa konsisten dalam menjalankan ibadah ritual, kemungkinan karena

tekanan akademik, lingkungan sosial, atau penurunan motivasi religius dalam kehidupan sehari-hari.

Sebanyak 48,84% responden mencerminkan ketertarikan dan pemahaman individu terhadap ajaran agama secara rasional, seperti membaca kitab suci, berdiskusi tentang nilai-nilai spiritual, atau mengikuti kajian keagamaan. Persentase ini menunjukkan bahwa pemahaman dan pengetahuan keagamaan mahasiswa masih berada pada tingkat moderat, dengan kemungkinan sebagian responden hanya memahami secara umum tanpa mendalami secara kritis atau mendalam.

Persentase ini termasuk yang cukup tinggi dibanding aspek lainnya, yang menunjukkan bahwa 55,17 sebagian besar mahasiswa memiliki pengalaman spiritual pribadi yang memperkuat hubungan mereka dengan Tuhan, meskipun belum sepenuhnya didukung oleh praktik ritual atau pengetahuan yang mendalam dan 52,08% mahasiswa berusaha menerapkan nilai religius dalam perilaku, meskipun masih terdapat sebagian yang belum konsisten. Aspek ini menjadi indikator penting dalam menghubungkan religiusitas dengan kehidupan sosial dan etika mahasiswa.

Mahasiswa Fakultas Pertanian dijadikan sebagai responden karena berada pada tahap perkembangan dewasa awal yang rawan mengalami *quarter-life crisis*, terutama saat memasuki fase peralihan dari lingkungan perkuliahan ke dunia kerja. Selain tuntutan penyelesaian studi, mahasiswa pertanian dihadapkan pada kompleksitas perencanaan karier di bidang agrikultur yang ditandai oleh ketidakjelasan kesempatan kerja, kebutuhan untuk mengikuti perkembangan

teknologi pertanian, serta pandangan sosial terhadap masa depan lulusan pertanian. Situasi tersebut dapat memicu tekanan psikologis yang signifikan. Di sisi lain, adanya perbedaan antara ekspektasi awal pemilihan program studi dengan kondisi nyata setelah kelulusan, ditambah dengan tuntutan dari keluarga dan lingkungan sosial terkait keberhasilan akademik dan profesional, semakin meningkatkan beban mental mahasiswa. Kondisi ini selaras dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa *quarter-life crisis* merupakan fenomena psikologis yang umum dialami mahasiswa dalam proses transisi menuju kedewasaan dan dunia profesional ketika individu menghadapi ketidakpastian karier, tekanan akademik, serta tuntutan sosial yang tinggi (Usmi, 2025).

Selain itu, bidang pertanian memiliki karakteristik yang unik dibandingkan dengan bidang non-pertanian. Peluang kerja dalam sektor ini cenderung tersebar di berbagai area seperti agribisnis, budidaya, dan industri pengolahan, yang menuntut kompetensi teknis sekaligus kemampuan kewirausahaan (Wahyuni & Santosa, 2022). Faktor geografis dan kondisi agraria juga turut memengaruhi prospek kerja lulusan pertanian (Sari & Widodo, 2020). Oleh sebab itu, mahasiswa Fakultas Pertanian menghadapi tantangan psikologis tersendiri yang dapat berdampak pada kesejahteraan mental mereka (Irawan & Yusuf, 2023). Dengan demikian, kelompok ini menjadi populasi yang relevan untuk dikaji dalam konteks hubungan antara religiusitas dan *quarter-life crisis*.

1.2 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang memiliki karakteristik penelitian yang sama dalam hal tema, yaitu mengenai

quarter-life crisis. Namun, terdapat perbedaan dalam hal kriteria subjek, metode penelitian yang digunakan dan fokus permasalahan. Penelitian ini berfokus pada nilai religiusitas dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir fakultas pertanian.

Penelitian yang dilakukan Ermita (2022) dan rekan-rekannya bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Makassar, Studi ini melibatkan 313 mahasiswa tingkat akhir dari Fakultas Ilmu Sosial serta Fakultas Seni dan Desain. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, dan analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi *Spearman rho*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Adapun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian sebelumnya meneliti dua variabel independent yaitu religiusitas dan dukungan sosial, sedangkan penelitian ini hanya memfokuskan pada hubungan antara religiusitas dengan *quarter-life crisis*, penelitian sebelumnya melibatkan mahasiswa dari Fakultas Ilmu Sosial serta Fakultas Seni dan Desain, sedangkan penelitian ini mengambil subjek dari Fakultas Pertanian.

Penelitian yang dilakukan Pradhika (2024) bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan melibatkan 130 mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas akhir.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive* dan *accidental sampling*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas dan *quarter-life crisis*. Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas mahasiswa, semakin rendah tingkat *quarter-life crisis* yang mereka alami. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian sekarang yaitu penelitian sebelumnya berfokus pada religiusitas dan dukungan teman sebaya, sementara peneliti memfokuskan pada religiusitas dan *quarter-life crisis*. Subjek pada penelitian sebelumnya berasal dari mahasiswa akhir berbagai Fakultas di Universitas Muhammadiyah Surakarta tanpa fokus bidang studi tertentu, sedangkan peneliti melibatkan mahasiswa akhir Fakultas Pertanian Universitas Malikussaleh.

Penelitian yang dilakukan Urrahma (2022) bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat spiritual dengan kejadian *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian terdiri dari 224 mahasiswa tingkat akhir dari sepuluh fakultas, yang dipilih menggunakan teknik proporsional random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat spiritual dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir.

Penelitian yang dilakukan Putri dkk (2023) mengenai Gambaran *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir prodi psikologi Universitas Malikussaleh. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah lima orang mahasiswa

tingkat akhir prodi psikologi yang mengalami *quarter-life crisis* pada kategori tinggi. Hasil penelitian menunjukkan kelima subjek dalam penelitian memiliki Gambaran *quarter-life crisis* yang berbeda-beda. Jika dilihat dari aspek tersebut mencakup kebingungan dalam menentukan keputusan, putus asa, penilaian diri negatif, merasa cemas, merasa tertekan, khawatir dengan hubungan interpersonal dan temuan baru yaitu *insecure* dan gejala psikosomatik. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi *quarter-life crisis* yang dialami subjek terdiri dari mimpi dan harapan, tantangan di bidang akademik, agama dan spiritual, pekerjaan dan karir, hubungan interpersonal dan identitas diri.

Penelitian yang dilakukan Sinta (2024) mengenai religiusitas dan kematangan beragama dalam membantu menghadapi *quarter-life crisis* bagi kalangan generasi milenial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Hasil penelitian yang dilakukan Sinta menunjukkan bahwa fenomena psikologis yang umum terjadi pada generasi milenial, terutama di usia 20-30an. Faktor-faktor penyebab *quarter-life crisis* diantaranya yaitu tingkat ketidakpastian, tekanan sosial dan perbandingan dengan orang lain melalui media sosial. Generasi milenial, meskipun dekat dengan kemudahan teknologi, tetap rentan mengalami *quarter-life crisis*. Religiusitas dan kematangan beragama dapat menjadi mekanisme yang efektif dalam membantu generasi milenial menghadapi *quarter-life crisis*.

Penelitian yang dilakukan oleh Idami dkk (2024) mengenai *Quarter-Life Crisis* pada *Fresh Graduate* Prodi Psikologi Universitas Malikussaleh. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan

terdapat bahwa sarjana *fresh graduate* prodi Psikologi berada dalam kategori rendah. Artinya bahwa sebagian besar *fresh graduate* tidak mengalami permasalahan *quarter-life crisis*, hal tersebut menunjukkan bahwa para sarjana *fresh graduate* prodi Psikologi telah mampu mengatasi berbagai aspek dalam *quarter-life crisis* seperti kebimbangan dalam pengambilan keputusan, putus asa, penilaian diri negatif, terjebak dalam situasi sulit, cemas dan tertekan serta khawatir dengan hubungan interpersonal.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang diajukan peneliti dalam penelitian ini adalah:

Apakah ada hubungan antara Religiusitas dengan *Quarter-Life Crisis* pada mahasiswa Fakultas Pertanian?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian yang telah disebutkan, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat religiusitas dengan tingkat *quarter-life crisis* pada mahasiswa Fakultas Pertanian.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan sumbangsih bagi banyak pihak, seperti bagi masyarakat secara umum dan bagi peneliti selanjutnya.

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu Psikologi, khususnya dalam ranah psikologi perkembangan dan psikologi

agama. Dengan mengeksplorasi hubungan antara religiusitas dan *quarter-life crisis*, penelitian ini memperkaya khasanah literatur ilmiah mengenai peran faktor-faktor spiritual dalam proses perkembangan individu usia dewasa awal. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan teori tentang mekanisme koping spiritual dalam menghadapi krisis identitas dan transisi kehidupan.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai pentingnya religiusitas sebagai sumber kekuatan psikologis. Diharapkan mahasiswa tingkat akhir, khususnya di Fakultas Pertanian, dapat menggunakan nilai-nilai religiusitas sebagai panduan dalam mengelola stress, kecemasan, serta dalam membangun makna hidup yang lebih kokoh. Dengan demikian, mahasiswa memiliki bekal psikologis yang lebih kuat dalam menghadapi tekanan akademik dan transisi menuju dunia profesional.

2. Bagi Terapis dan Konselor

Penelitian ini dapat menjadi dasar pertimbangan bagi konselor dan psikolog kampus dalam Menyusun program intervensi berbasis religiusitas atau spiritualitas. Program ini dapat dimasukkan ke dalam kegiatan konseling individu maupun kelompok yang bertujuan mengurangi tingkat kecemasan dan kebingungan pada mahasiswa yang mengalami *quarter-life*

crisis. Nilai-nilai keagamaan dapat digunakan sebagai pendekatan alternatif yang relevan secara kultural dalam konteks Indonesia.

3. Bagi Fakultas Pertanian

Penelitian ini memberikan informasi empiris yang penting bagi pengembangan kebijakan atau program pembinaan mahasiswa. Fakultas dapat menyusun strategi pendampingan mahasiswa berbasis nilai-nilai religius dan psikologis, seperti pelatihan manajemen stress spiritual, diskusi reflektif dan mentoring keagamaan.