

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir, masalah kesehatan mental generasi muda semakin menjadi perhatian, terutama terkait tekanan hidup pada masa peralihan remaja ke dewasa awal. Banyak generasi muda yang bingung tentang masa depan, sering cemas, dan merasa banyak tuntutan yang harus dipenuhi, baik dari keluarga, kampus, maupun lingkungan sekitar. Fenomena ini dikenal sebagai *Quarter-Life Crisis* (QLC) yaitu kondisi psikologis yang menggambarkan periode ketidakpastian, kebingungan, dan keresahan eksistensial yang dialami individu pada usia 20 hingga 30 tahun. Robinson dkk. dalam penelitiannya menunjukkan bahwa fase QLC merupakan pengalaman universal yang ditandai oleh perasaan tidak mengalami kemajuan, kehilangan arah hidup, serta kecemasan terhadap masa depan. Hal ini menunjukkan bahwa transisi menuju kedewasaan bukan hanya persoalan ekonomi dan sosial, tetapi juga persoalan psikologis yang kompleks. Fenomena ini menjadi relevan secara global seiring meningkatnya beban sosial dan kompetisi dunia kerja yang menuntut individu untuk “sukses” di usia muda [1].

Di Indonesia, Generasi Z merupakan kelompok yang rentan mengalami *Quarter-Life Crisis*. Generasi Z tumbuh dalam lingkungan yang sangat dipengaruhi dengan perkembangan teknologi, arus informasi yang cepat, serta tekanan sosial yang tinggi. Kondisi *Quarter-Life Crisis* turut memunculkan kekhawatiran terhadap ketidakpastian masa depan, baik dalam hal relasi, karier, maupun kehidupan sosial. Selain itu, individu yang berada pada fase ini sering mengalami kegelisahan akibat banyaknya pilihan hidup yang harus dihadapi, sehingga menimbulkan kebingungan dalam menentukan keputusan yang pasti. Apabila kondisi ini tidak dikelola dengan baik, *Quarter-Life Crisis* dapat berdampak pada terganggunya kesehatan mental individu.[2]. Fahriansyah dan Paryontri dalam penelitiannya mengatakan bahwa ketidakpastian masa depan, ekspektasi keluarga yang tinggi, serta tuntutan untuk mengambil keputusan besar seringkali menjadi pemicu utama krisis mental di kalangan Generasi ini [3]. Berbagai penelitian menegaskan bahwa *Quarter-Life Crisis* benar-benar mempengaruhi kehidupan Generasi Z, mulai dari kesehatan mental, semangat belajar, sampai rencana karier. Dalam penelitian Afandi dkk.

menjelaskan bahwa QLC biasanya muncul dalam bentuk kebingungan identitas, tekanan dari lingkungan, dan juga rasa tidak puas dengan pencapaian diri [4]. Dalam penelitian lain juga mengatakan bahwa kemampuan mengatur emosi dan adanya dukungan dari orang sekitar dapat membantu menghadapi kondisi tersebut [2]. Generasi Z dalam konteks ini tidak hanya terdiri dari mahasiswa, tetapi juga mencakup individu non-mahasiswa seperti pekerja, *fresh graduate*, maupun yang belum bekerja. Perbedaan latar belakang tersebut menyebabkan adanya variasi tekanan hidup yang berbeda, baik dari segi akademik, pekerjaan, maupun kondisi sosial ekonomi, sehingga berpotensi memengaruhi tingkat *Quarter-Life Crisis* yang dialami oleh masing-masing individu.

Meskipun sudah banyak penelitian membahas tentang *Quarter-Life Crisis*, sebagian besar masih menyoroti gejala, faktor psikologis, atau pengalaman subjektif. Misalnya, penelitian Robinson dkk. mengembangkan dan memvalidasi skala untuk mengukur *Quarter-Life Crisis* pada dewasa awal di Indonesia, sedangkan Afandi dkk. juga berfokus pada penyusunan alat ukur QLC[1][4]. Selain itu, Balqis dkk. meneliti pengaruh *personal growth initiative* dan intoleransi terhadap ketidakpastian pada tingkat distress psikologis yang dialami individu saat mengalami QLC [5]. Namun, penelitian-penelitian tersebut belum mengungkap faktor dominan QLC dengan pola keterhubungan antar faktor secara lebih mendalam. Di sisi lain, pendekatan berbasis data kuantitatif seperti *Association Rule Mining* (ARM) belum pernah digunakan untuk mengidentifikasi kombinasi faktor yang paling sering muncul dalam fenomena *Quarter-Life Crisis*.

Oleh karena itu, dalam penelitian ini metode *Association Rule Mining* (ARM) dengan algoritma *Apriori* dipilih karena mampu mengungkap pola tersembunyi serta hubungan antarvariabel dalam data berukuran besar, sehingga dapat menunjukkan keterkaitan antar faktor yang tidak terlihat secara langsung. Metode ini termasuk dalam pendekatan *unsupervised learning*, karena tidak menggunakan label data dan berfokus pada pencarian pola keterkaitan antar variabel, sehingga sesuai dengan tujuan penelitian yang tidak melakukan prediksi, melainkan mengidentifikasi hubungan antar faktor yang muncul secara bersamaan. Selain itu, algoritma *Apriori* memiliki konsep yang sederhana, mudah diterapkan, serta menghasilkan aturan asosiasi yang mudah dipahami, sehingga sesuai digunakan dalam analisis di bidang sosial dan psikologi. Dengan keunggulan

tersebut, algoritma *Apriori* dinilai efektif untuk menemukan keterkaitan antar faktor dalam fenomena *Quarter-Life Crisis*.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan dengan menerapkan metode data mining sebagai pendekatan alternatif untuk mengungkap faktor dominan penyebab *Quarter-Life Crisis* pada Generasi Z. Hal ini didasarkan pada kondisi Generasi Z yang sedang berada pada masa peralihan menuju kedewasaan, di mana berbagai studi menunjukkan bahwa *Quarter-Life Crisis* berdampak pada kesehatan mental, motivasi belajar, serta perencanaan masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor dominan yang memicu *Quarter-Life Crisis* menggunakan algoritma *Apriori*, serta menemukan pola keterkaitan antar faktor yang muncul. Selain itu, penelitian ini juga mengelompokkan tingkat *Quarter-Life Crisis* (QLC) yang dialami responden ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi berdasarkan hasil kuesioner. Pengelompokan ini bertujuan untuk menunjukkan tingkat *Quarter-Life Crisis* yang dialami oleh responden. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi Generasi Z dalam memahami dan mengantisipasi faktor dominan yang memicu *Quarter-Life Crisis*, serta memberikan kontribusi ilmiah melalui penerapan pendekatan data mining dalam kajian QLC.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pola keterkaitan antar faktor penyebab *Quarter-Life Crisis*, karakteristik responden, dan tingkat *Quarter-Life Crisis* jika dianalisis menggunakan algoritma *Apriori*?
2. Faktor apa yang paling dominan dalam memicu *Quarter-Life Crisis* pada Generasi Z berdasarkan hasil aturan asosiasi yang terbentuk?
3. Bagaimana hubungan karakteristik responden, seperti usia dan status, terhadap tingkat *Quarter-Life Crisis* yang dialami?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Menerapkan algoritma *Apriori* untuk menemukan pola keterkaitan antar faktor-faktor penyebab karakteristik responden, dan tingkat QLC.

2. Mengidentifikasi faktor dominan yang memicu *Quarter-Life Crisis* pada generasi Z berdasarkan hasil aturan asosiasi.
3. Menganalisis hubungan karakteristik responden, seperti usia dan status, terhadap faktor-faktor penyebab dan tingkat *Quarter-Life Crisis* pada Generasi Z.

1.4 Batasan Penelitian

Agar penelitian ini lebih terarah dan tidak meluas, maka batasan penelitian ditetapkan sebagai berikut:

1. Subjek penelitian mencakup Generasi Z yang terdiri dari mahasiswa dan non-mahasiswa (usia sekitar 18–29 tahun).
2. Data yang dianalisis adalah hasil kuesioner yang disusun berdasarkan faktor-faktor yang berpotensi memicu *Quarter-Life Crisis*.
3. Model *machine learning* yang digunakan dibatasi pada algoritma *Apriori* dalam metode *Association Rule Mining* (ARM).
4. Penelitian berfokus pada identifikasi pola keterkaitan, kombinasi faktor dominan, serta pengelompokan tingkat QLC berdasarkan hasil kuesioner, namun tidak melakukan diagnosis psikologis secara klinis.
5. Variabel penelitian dibatasi pada faktor internal dan eksternal yang relevan berdasarkan kuesioner, tidak mencakup faktor klinis atau medis.
6. Hasil penelitian bersifat deskriptif, bertujuan memberikan gambaran pola faktor dominan, bukan untuk dasar pengambilan keputusan profesional dalam praktik psikologi klinis.

1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dipaparkan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata, baik secara praktis maupun akademis. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Memberikan gambaran mendalam mengenai faktor-faktor dominan penyebab *Quarter-Life Crisis* pada Generasi Z.
2. Mengidentifikasi pola keterkaitan dan aturan asosiasi antar faktor penyebab, karakteristik responden, serta tingkat *Quarter-Life Crisis* yang dialami melalui penerapan algoritma *Apriori*.

3. Menyediakan informasi mengenai faktor dominan yang paling sering muncul dan memiliki hubungan kuat terhadap fenomena *Quarter-Life Crisis* pada Generasi Z.
4. Menjelaskan hubungan karakteristik responden, seperti usia dan status, terhadap tingkat *Quarter-Life Crisis* berdasarkan aturan asosiasi yang terbentuk.
5. Menjadi sumber informasi bagi mahasiswa, masyarakat, dan pihak terkait untuk memahami fenomena *Quarter-Life Crisis* pada Generasi Z secara lebih komprehensif.
6. Menjadi dasar referensi dalam pengembangan program edukasi, strategi pendampingan, serta upaya pencegahan *Quarter-Life Crisis* pada generasi muda.
7. Memberikan kontribusi akademis dalam perluasan implementasi metode data mining, khususnya algoritma *Apriori*, di bidang psikologi dan analisis perilaku sosial.