

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa akan mengalami berbagai peristiwa, baik peristiwa yang menyenangkan ataupun tidak menyenangkan. Jika mahasiswa tidak dapat mengontrol maupun mengendalikan peristiwa-peristiwa tersebut maka akan berdampak munculnya perasaan tidak puas dan perasaan kurang bahagia dalam menjalani kehidupannya (Sutalaksana & Kusdiyati, 2020).

Mahasiswa di perguruan tinggi memiliki tuntutan untuk dapat menyelesaikan masa studinya agar mendapatkan gelar akademik. Kondisi mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir sering kali mengalami kesulitan, seperti kesulitan dalam mencari data, dan kesulitan dalam memahami teori, hal tersebut dapat menghambat mahasiswa dalam penyelesaian tugas akhir (Vevy, 2022).

Banyaknya hambatan dalam pembuatan tugas akhir menyebabkan mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami, kecemasan, stress, kehilangan motivasi, kehilangan rasa percaya diri yang mungkin dapat menghambat mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akhir. Ketidakmampuan mahasiswa didalam menjalani proses penulisan tugas akhir sering kali menimbulkan tingkat *self-esteem* yang rendah (Purnamasari, 2021).

Coopersmith (1967) dalam Ghufroon & Risnawita (2019) menjelaskan *self-esteem* rendah dapat menyebabkan seseorang merasa terbebani dan tidak dapat menunjukkan kemampuan dirinya. Kondisi tersebut akan menyebabkan ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan tidak percaya akan kemampuan dirinya. *Self-esteem* yang rendah dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti depresi, dan kecemasan.

Penelitian yang dilakukan oleh Yessi, dkk (2020) menunjukkan bahwa 66% mahasiswa memiliki *self-esteem* sedang dan 16,32% mahasiswa memiliki *self-esteem* tinggi. Sedangkan penelitian Fitri Malasari (2022) menunjukkan 15.3%

mahasiswi dikategorikan memiliki *self-esteem* tinggi, 67.7% mahasiswi dikategorikan memiliki *self-esteem* sedang dan 17% mahasiswi dikategorikan memiliki *self-esteem* rendah. Sementara itu, penelitian Fitriah & Hariyono (2019) menunjukkan bahwa 58,33% mahasiswa memiliki *self esteem* sedang dan 2,38% mahasiswa memiliki *self esteem* rendah.

Self-esteem atau harga diri adalah pandangan yang dimiliki seseorang terhadap dirinya sendiri yang menunjukkan bagaimana individu mengevaluasi penghargaan dirinya. Seseorang dengan *self-esteem* atau harga diri rendah memiliki tanda-tanda yang menganggap bahwa dirinya lebih rendah dari pada orang lain, kurang memiliki kemampuan menjalin hubungan sosial dengan lingkungannya (Wardhani & Indrawati, 2021).

Coopersmith (1967) dalam Kusumasari (2022) juga mengatakan fenomena *self-esteem* terbagi kedalam dua kelompok, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Pada faktor internal terdiri dari jenis kelamin, dan kondisi fisik individu. Faktor eksternal terdiri dari lingkungan sosial, sekolah, dan keluarga. Mahasiswa tingkat akhir membutuhkan masukan dan saran sebagai salah satu bentuk dukungan sosial agar membantu meningkatkan motivasi seseorang.

Mahasiswa membutuhkan dukungan ataupun perhatian dari orang lain agar memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk menyelesaikan skripsinya. Pentingnya dukungan sosial terhadap *self-esteem* melalui interaksi individu dengan lingkungan. Jika hubungan yang terjalin dengan lingkungan memberikan sesuatu yang menyenangkan maka *self-esteem* akan menjadi tinggi, akan tetapi jika lingkungan memberi suatu perlakuan yang tidak menyenangkan maka *self-esteem* akan menjadi rendah (Qonitah, 2021).

Menurut Cut Nazira (2022) gambaran dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi diklasifikasikan menjadi tiga yaitu dukungan sosial rendah, sedang dan tinggi. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir yang mendapat dukungan sosial rendah sebanyak (20,6%), (61,3%) mahasiswa mendapat dukungan sosial sedang, dan sisanya berada pada kategori tinggi sebanyak (18,1%).

Pada penelitian Majidah (2021) menjelaskan sebagian besar responden yang mendapatkan dukungan sosial tinggi yaitu sebanyak 124 responden (60,8%) pada mahasiswa tingkat akhir di Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan dari 113 responden paling banyak responden mendapatkan dukungan sosial yang baik yaitu sebanyak 51 responden (45,1%). Menurut Walgito (dalam Wadiantoro et., al, 2019) lingkungan sosial utama mahasiswa di rumah adalah orangtua. Sedangkan lingkungan sosial mahasiswa di kampus adalah dosen dan teman-teman.

Dukungan sosial dalam Meianisa & Rositawati (2022) dinyatakan sebagai suatu dukungan sosial terkait persepsi seseorang mengenai perhatian, kenyamanan dan bantuan yang selalu ada ketika dibutuhkan. Dukungan sosial menurut Sarafino (2012) dalam Susilaningrum & Wijono (2023) mempunyai 4 aspek utama, diantaranya meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif.

Hasil penelitian yang dilakukan Anindita, (2020) yaitu dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil menunjukkan bahwa koefisien korelasi antar variabel berada pada kekuatan yang sedang dengan nilai positif, ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self-esteem*, semakin baik dukungan sosial maka semakin tinggi pula *self-esteem* yang dimiliki.

Menurut Aristawati *et al.*, (2021) mahasiswa tingkat akhir membutuhkan *self-esteem* dan dukungan sosial yang tinggi. Mahasiswa dengan *self-esteem* yang tinggi dan dukungan sosial yang tinggi lebih mampu mengatasi rasa cemas, kebingungan, dan keraguan diri serta khawatir pada kegagalan, perasaan tidak berdaya dan takut akan kegagalan.

Adanya perasaan tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya, dapat memberikan reaksi negatif pada individu yaitu krisis emosional pada usia remaja sampai dewasa awal atau disebut *quarter life crisis*. Robbins dan Wilner (2001) dalam Rosalinda dan Michael (2019) mencetuskan bahwa *quarter life crisis* merupakan perasaan yang dirasakan seseorang saat mengalami perubahan dari masa perguruan tinggi menuju dunia nyata.

Banyaknya tuntutan dan tekanan pada masa akhir perkuliahan membuat mahasiswa seringkali merasa cemas, bingung, merasa bersalah, marah pada dirinya sendiri, merasa tertekan serta kehilangan harapan akan masa depannya. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa tingkatn yang berada pada tingkat akhir di Kota Lampung yang hasilnya memperlihatkan bahwa ditingkat akhir mahasiswa akan menghadapi banyak pilihan diantaranya seperti melanjutkan kuliah, mencari pekerjaan, dan hubungan sosial dengan orang lain (Ameliya, 2020).

Berdasarkan penelitian Mutiara (2018) dalam dinan (2023) pada mahasiswa tingkat akhir UIN Sunan Kalijaga yang menunjukkan hasil 82% mahasiswa mengalami *quarter life crisis tingkat* sedang. Pada peneliti yang sama dilakukan oleh Hayati (2019) menemukan bahwa mahasiswa tingkat akhir UIN Sunan Gunung Djati 73,5% mahasiswa berada pada tingkat *quarter life crisis* sedang.

Penelitian oleh Salsabila pada tahun 2021 mengenai hubungan antara *quarter life crisis* dengan *self-esteem* menunjukkan hasil bahwa, *self-esteem* yang rendah dapat menyebabkan individu melakukan penarikan diri dari lingkungan, dan melakukan perbandingan dengan orang lain. Individu dengan *self-esteem* yang tinggi memiliki kompetensi yang baik, serta merasa bahwa dirinya mampu dan bisa mencapai hal yang mereka inginkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Nolia (2023) menunjukkan hasil uji analisis korelasi menunjukkan koefisien korelasi (R) sebesar -0,401 dan taraf signifikansi (p) sebesar 0,009 ($p < 0,05$). Hasil kategorisasi untuk masing-masing variabel menunjukkan bahwa dukungan sosial berada pada taraf tinggi (63,4%) dan *quarter life crisis* sedang (68,3%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Pontianak, ada korelasi negatif antara dukungan sosial dan *quarter life crisis*. Semakin banyak dukungan sosial, lebih sedikit kemungkinan mengalami *quarter life crisis*, dan sebaliknya, lebih sedikit kemungkinan mengalami *quarter life crisis*.

Thouless (2002) dalam Azizah dan Munir (2022) menjelaskan faktor-faktor dalam *quarter life crisis* terdapat faktor internal, yang meliputi emosional, pengalaman

pribadi dan kemampuan intelektual. Kemudian faktor eksternal meliputi hubungan pertemanan, cinta dan keluarga, kemudian kehidupan pekerjaan dan karir serta kesulitan dalam akademik. Menurut Nash dan Murray (2010) dalam Fatchurrahmi dan Urbayatun (2022) Respon yang diberikan setiap orang berbeda-beda, respon tersebut dapat berupa perasaan senang, bersemangat dan tertantang. Namun ada juga yang merasa cemas, khawatir, tertekan atau hampa karena merasa tidak memiliki persiapan yang cukup.

Penelitian Olivianti (2022) menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan secara simultan antara *self-esteem*, dukungan sosial dan *quarter life crisis*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai Sig. sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sedangkan nilai F hitung sebesar 15,703 > F tabel yang berarti 3,15. Ditemukan bahwa 38,5% mengalami *quarter life crisis* kategori tinggi dan 51,4% mengalami *quarter life crisis* pada kategori sedang.

Artiningsih dan Savira (2021) menjelaskan karakteristik *quarter life crisis* berdasarkan data demografis antara lain jenis kelamin, usia, status hubungan, dan status pekerjaan. Hasil dari karakteristik jenis kelamin, rata-rata *quarter life crisis* pada perempuan lebih tinggi sebesar 48,71. Dilihat dari status hubungan, kelompok yang belum memiliki pasangan dan berjenis kelamin perempuan memiliki rata-rata skor lebih tinggi yaitu 50,12. Dan jika dilihat dari karakteristik status pekerjaan, kelompok belum bekerja memiliki skor rata-rata paling tinggi yaitu sebesar 48,78.

Apabila permasalahan *self-esteem* dan dukungan sosial terhadap *quarter life crisis* ini tidak diteliti maka dapat memberikan sebuah dampak yang tidak baik bagi individu saat berada difase ini. Menurut Martin (2016) didalam penelitian Artiningsih dan Savira (2021), saat individu tidak memiliki perasaan siap pada fase *quarter life crisis*, maka akan merasa bingung dengan berbagai perubahan yang ada didalam hidupnya, merasa hampa, cemas, stress, frustrasi, depresi dan khawatir berlebihan.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 17 April 2024 kepada 13 orang mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka didapatkan hasil bahwa 8 dari 13 (62%) mahasiswa mengalami

kecemasan dan kekhawatiran mengenai masa depannya, terutama kekhawatiran mengenai kehidupan setelah selesai perkuliahan. Mahasiswa tersebut mengatakan bahwa mereka bingung akan arah masa depannya dan khawatir bagaimana karirnya dimasa mendatang.

Selanjutnya 5 dari 13 (39%) mahasiswa mengatakan muncul perasaan tertekan atas tuntutan yang berasal dari lingkungan, seperti tuntutan dalam perkuliahan agar segera menyelesaikan perkuliahan. 10 dari 13 (79%) mahasiswa juga menyatakan bahwa mereka merasa sulit mengambil keputusan mengenai apa yang akan mereka lakukan setelah lulus kuliah nanti dan merasa takut tidak bisa menyelesaikan tugas akhirnya. 5 dari 13 (39%) mahasiswa juga mengatakan bahwa mereka mendapatkan dukungan sosial yang baik dari keluarga dan temannya. 8 dari 13 (62%) mahasiswa juga yang mengatakan bahwa mereka kurang mendapatkan dukungan dari keluarga dan temannya.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Self-Esteem Dan Dukungan Sosial Terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Prof.Dr.Hamka.”

1.2 Rumusan Masalah

Pada masa akhir perkuliahan banyak perubahan dan tantangan bagi mahasiswa. *self-esteem* yang tinggi dapat membantu mahasiswa menghadapi tantangan dan stres dengan baik. Mahasiswa dapat meningkatkan *self-esteem* mereka dengan mendapatkan dukungan sosial dari teman, keluarga, dan dosen mereka. Mahasiswa berada di rentang usia 18 sampai 29 tahun dan berada di fase *emerging adulthood*. Salah satu masalah yang harus dihadapi mahasiswa saat transisi dari remaja akhir menuju dewasa adalah masalah krisis emosional yang mereka hadapi.

Krisis emosional atau *quarter life crisis* terjadi ketika seseorang berusia 20 tahun merasa tidak mampu, menyendiri, tidak yakin akan kemampuan mereka, dan takut akan kegagalan. Individu yang memiliki *self-esteem* dan dukungan sosial yang tinggi dapat merasa lebih siap untuk menghadapi *quarter life crisis*. Beberapa penelitian menyatakan bahwa *self-esteem* dan dukungan sosial memiliki dampak

besar terhadap *quarter life crisis*. Berdasarkan rumusan masalah diatas maka dapat disimpulkan apakah terdapat hubungan *self-esteem* dan dukungan sosial terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Pada penelitian ini tujuan umum yang ingin dicapai adalah mengetahui adanya Hubungan *self-esteem* dan dukungan sosial terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Untuk mengetahui gambaran karakteristik usia dan jenis kelamin pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka tahun 2024
- 1.3.2.2 Untuk mengetahui gambaran *self-esteem* Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka tahun 2024
- 1.3.2.3 Untuk mengetahui gambaran dukungan sosial pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka tahun 2024
- 1.3.2.4 Untuk mengetahui gambaran *quarter life crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka tahun 2024
- 1.3.2.5 Untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* terhadap *quarter life crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka tahun 2024
- 1.3.2.6 Untuk mengetahui hubungan dukungan sosial terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka tahun 2024

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini akan mengembangkan pengetahuan yang lebih maju dan memberikan gambaran serta menambah literatur ilmiah dalam bidang kesehatan mengenai hubungan *self-esteem* dan dukungan sosial terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir.

1.4.2 Manfaat Bagi Tempat Penelitian

Dengan penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi untuk meningkatkan pemahaman mengenai hubungan *self-esteem* dan dukungan sosial terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir.

1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti

Sebagai bahan referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya yang mungkin kurang atau tidak terdapat pada penelitian ini secara mendalam.