

**FENOMENA *QUARTER LIFE CRISIS* DAN UPAYA
PENANGANANNYA PADA MAHASANTRI PONDOK PESANTREN
AL-QUR'AN AL-MASTHURIYAH SEMARANG (ANALISIS
BIMBINGAN KONSELING ISLAM)**

Skripsi

Program Sarjana (S-1)

Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)



Disusun Oleh:

Yazha Azizul Islami

1901016092

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2023**

PENGESAHAN

SKRIPSI

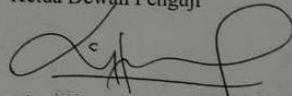
FENOMENA QUARTER LIFE CRISIS DAN UPAYA PENANGANANNYA PADA MAHASANTRI PONDOK PESANTREN AL-QURAN AL-MASTHURIYAH SEMARANG (ANALISIS BIMBINGAN KONSELING ISLAM)

Disusun oleh :
Yazha Azizul Islami
1901016092

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 22 Juni 2023 dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat guna memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

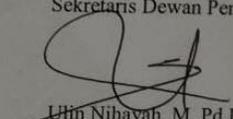
Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji



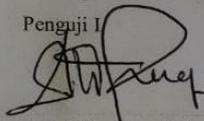
Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I
NIP. 198203072007102001

Sekretaris Dewan Penguji



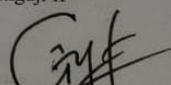
Ulin Nihayah, M. Pd.I
NIP. 198807022018012001

Penguji I



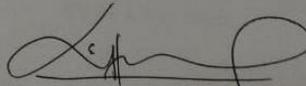
Abdul Rozaq, MS.I
NIP. 198010222009011009

Penguji II



Ayu Falza Ulgifahmy, M.Pd
NIP.199107112019032018

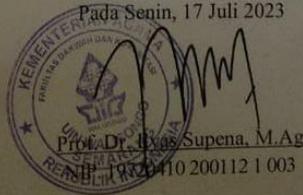
Pembimbing



Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I
NIP. 198203072007102001

Disahkan oleh
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Pada Senin, 17 Juli 2023



Prof. Dr. Ixas Supena, M.Ag
NIP. 19721102001121003

NOTA PEMBIMBING

NOTA PEMBIMBING

Lamp. : -

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Walisongo Semarang

di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Yazha Azizul Islami

NIM : 1901016092

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

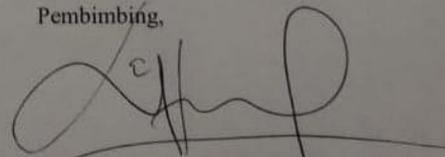
Judul : Fenomena Quarter Life Crisis dan Upaya Penanganannya pada Mahasantri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)

Dengan ini kami setuju, dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 14 Juni 2023

Pembimbing,



Dr. Ema Hidayanti, S.Sos., M.S.I

NIP. 198203072007102001

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yazha Azizul Islami

NIM : 1901016092

Program Studi : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Judul Skripsi : Fenomena Quarter Life Crisis dan Upaya Penanganannya pada Mahasantri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuliyah Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)

Dengan rasa penuh kejujuran dan tanggung jawab, penulis menyatakan bahwa skripsi ini tidak berisi materi yang pernah ditulis oleh orang lain atau diterbitkan. Demikian juga skripsi ini tidak berisi pikiran-pikiran orang lain, kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan bahan rujukan.

Semarang, 14 Juni 2023

Penulis,



Yazha Azizul Islami

NIM. 1901016092

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah wasyukurilah, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga sampai saat ini masih diberi kesehatan serta kekuatan iman islam. Sholawat serta salam senantiasa kita haturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW yang kita harapkan syafaatnya kelak.

Skripsi ini disusun untuk melengkapi salah satu syarat guna menyelesaikan program studi Strata 1 Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Penyusunan skripsi ini, tentulah tidak terlepas dari bantuan pihak yang terkait. Dengan itu penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Taufiq. M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, M.S.I. selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Dosen Pembimbing serta Dosen Wali yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan dan memberi petunjuk dengan sabar sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd., selaku sekretaris Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.
5. Segenap Dosen Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi beserta seluruh staff dan karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
6. Seluruh pegawai perpustakaan fakultas serta universitas yang telah memberikan izin dan layanan yang dibutuhkan penulis.
7. Kepada kedua orangtua tercinta serta kakak yang selalu memberikan doa restu, semangat, perhatian, cinta dan kasih sayang. Tidak lupa kepada

segenap keluarga besar penulis yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Terimakasih, atas segala doa restu yang diberikan kepada penulis.

8. Kepada narasumber yang telah memberikan izin, waktu, dan informasi kepada penulis, sehingga penulis dapat melakukan penelitian dengan baik hingga selesai.
9. Seluruh teman Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam angkatan 2019, semoga sukses selalu menyertai kita semua.
10. Seluruh pihak lain yang secara langsung maupun tidak langsung, yang turut memberi semangat, do'a dan membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah membalas semua amal kebaikan mereka dengan balasan yang lebih dari yang mereka berikan. Penulis juga menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, baik dari segi bahasa, isi maupun analisisnya, sehingga kritik dan saran sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Aamiin Ya Rabbal Alamin.

Semarang, 14 Juni 2023

Penulis,

Yazha Azizul Islami

NIM. 1901016092

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk:

1. Kedua orang tua tercinta yang tak mengenal lelah dan selalu mendoakan serta meridhai setiap langkahku dengan segala dukungan motivasi, moral, material, yang tak terhingga.
2. Kakakku yang telah memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Almamaterku Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
4. Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang tempat singgah penuh barokah. Terima kasih Abah KH. Zaenal Arifin beserta keluarga yang telah sabar membimbing serta mendoakan. Terima kasih seluruh santri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang, khususnya yang sekamar dengan saya yang telah berbagi rasa kehidupan.
5. Orang-orang yang selalui menemani, mendoakan dan mendukung penuh perjuangan penulis, orang-orang yang secara tulus mempunyai niat baik, dan orang-orang menyemangati dan meluangkan waktunya untuk ada bagi penulis.

MOTTO

المرا مع من أحب

“Seseorang bersama dengan yang dicintainya.”

ABSTRAK

Pembahasan mengenai *Quarter life crisis* tidaklah lepas dari kehidupan manusia. Salah satu tempat yang memiliki fenomena *quarter life crisis* adalah Pondok Pesantren Al-Quran Al-Masthuriyah Semarang yang menjadi tempat santriwan dan mahasiswa dalam memperoleh gelar strata 1 (Program Sarjana). Penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana kondisi *quarter life crisis* dan upaya penanganannya serta analisis bimbingan konseling islam terhadap fenomena *quarter life crisis* pada mahasantri di Pondok Pesantren Al-quran Al-Masthuriyah Semarang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui fenomena *quarter life crisis* Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah dan Upaya panganan bimbingan konseling islam Pondok Pesantren Al-Qur'an al-Masthuriyah. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Sumber data primer penelitian ini adalah santri Pondok Pesantren Al-quran Al-Masthuriyah Semarang. Sumber data sekunder dalam penelitian peroleh dari jurnal penelitian, buku, skripsi, website, dan dokumen pendukung lainnya yang berkaitan dengan penelitian. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah ketua pondok pesantren, pengurus pondok dengan kriteria informan yang sehat jasmani dan Rohani.

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa (1) kondisi santri yang mengalami *quarter life crisis* di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah merasakan kecemasan berlebihan, perasaan tertinggal dengan temannya, serta tantangan di bidang akademis. (2) upaya penanganan *quarter life crisis* yang digunakan di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah dengan metode teman sebaya, bimbingan kelompok. Serta beberapa upaya lainnya oleh tiap individu dengan mengenai diri sendiri lebih dalam, berhenti membandingkan diri dengan orang lain, serta fokus terhadap penerimaan diri.

Kata Kunci: *Quarter life crisis*, Kondisi, Upaya Mahasantri

DAFTAR ISI

PENGESAHAN	i
NOTA PEMBIMBING	ii
KATA PENGANTAR	iv
PERSEMBAHAN	vi
MOTTO.....	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Tinjauan Pustaka	9
F. Metode Penelitian.....	11
G. Teknik Pengumpulan Data	15
H. Teknik Keabsahan Data	17
I. Teknik Analisis Data.....	18
J. Sistematika Penulisan.....	20
BAB II KERANGKA TEORI.....	23
A. <i>Quarter Life Crisis</i> (QLC).....	23
B. Indikator <i>Quarter Life Crisis</i>	25
C. Upaya Penanganan <i>Quarter Life Crisis</i>	35
D. Bimbingan Konseling Islam.....	37
E. Relevansi BKI dan Upaya Penanganan <i>quarter life crisis</i>	43
BAB III GAMBARAN UMUM OBJEK	48
A. Profil Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang	48
B. Kondisi <i>Quarter Life Crisis</i> pada Mahasantri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang.....	57

C. Pelaksanaan Upaya Penanganan <i>Quarter Life Crisis</i> pada Mahasantri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang.....	61
BAB IV ANALISIS DAN HASIL.....	70
1.1 Analisis <i>Quarter Life Crisis</i> dan Upaya Penanganan di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang.....	70
1.2 Analisis Pelaksanaan Upaya Penanganan <i>Quarter Life Crisis</i> pada Mahasantri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang	75
BAB V KESIMPULAN	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN.....	88
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	85

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Setiap individu yang merasa tidak mampu mengatasi tantangan serta perubahan yang terjadi pada masa dewasa awal, dapat menimbulkan munculnya respon negatif atau krisis emosional pada diri mereka. Krisis ini dikenal dengan istilah *quarter life crisis*, adalah suatu fenomena yang dialami oleh individu sebagai respon terhadap munculnya ketidakstabilan, ragu terhadap kemampuan diri sendiri, takut gagal, terkucilkan, perubahan yang kontinu, banyaknya pilihan, serta rasa panik karena tidak berdaya. *Quarter life crisis* dapat dipahami sebagai respon terhadap ketidakstabilan yang memuncak, perubahan yang konstan, banyaknya pilihan, perasaan panik dan tidak berdaya yang muncul pada fase dewasa awal. Ketika individu menyelesaikan perkuliahan dengan karakteristik emosi seperti frustrasi, khawatir, dan tidak tahu arah ini merupakan awal mula tanda terjadinya *quarter life crisis*.¹ Seperti halnya santri di pondok Al-Masthuriyah yang mayoritas adalah mahasiswa.

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan serta pembelajaran yang bertempat di universitas maupun institute untuk mendapatkan suatu gelar. Pengalaman kegiatan belajar yang belum pernah dialami ketika belajar di jenjang sekolah sebelumnya akan dirasakan pada jenjang ini.² Mahasiswa merupakan individu yang sedang menuntut ilmu dijenjang perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setara dengan perguruan tinggi. Sifat yang cenderung dimiliki oleh mahasiswa berupa cerdas

¹ Iffatul 'Azizah, *Quarter Life crisis di Masa Pandemi Pada Mahasiswa Akhir IAIN Ponorogo Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam*, Skripsi IAIN Ponorogo, 2020.

² Gigih Satria Aji, *Kecemasan Moaral pada Mahasiswa Semester Akhir di Universitas Muhammadiyah Malang*, (skripsi UN Malang, 2020), 08.

untuk berfikir kritis dan bertindak dengan cepat serta tepat dalam melakukan sesuatu.

Menurut Susantoro dan Ramadhan, mahasiswa adalah golongan muda yang berada di fase peralihan dari remaja menuju dewasa antara umur 19 sampai 28 tahun.³ Tahap transisi remaja menuju dewasa merupakan salah satu tahap perkembangan dalam kehidupan manusia. Tahap dewasa seseorang akan lebih cenderung berorientasi pada kehidupan masa depan, yaitu mulai berfikir tentang masa depan yang ingin dicapai. Pada tahap remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, individu diharapkan sudah mampu berfikir lebih abstrak, bersikap mandiri dan tanggung jawab.⁴ Ketika seseorang berada pada usia 18-29 tahun mereka berada pada tahap peralihan remaja menuju dewasa. Pada tahap ini seseorang mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat serta memiliki tuntunan dan tekanan dari individu justru bertambah besar karena individu akan segera memasuki masa dewasa yang lebih kompleks. Reaksi yang muncul dalam menyambut masa dewasa ini bermacam-macam. Terkadang ada individu yang merasa senang dan antusias, namun ada juga yang merasa takut karena merasa tidak memiliki bekal atau persiapan yang cukup. Reaksi berbeda-beda terhadap kondisi ini akan dilewati oleh semua individu di penghujung masa remaja, bukan hanya sekedar masa transisi singkat yang ada.

Di dalam perkembangan tahap dewasa di bagi menjadi tiga tahapan yaitu dewasa awal, dewasa menengah dan dewasa akhir. Masa dewasa dari sisi biologi dapat diartikan sebagai suatu periode dalam kehidupan yang menuju pada tahap kematangan dalam setiap aspek kehidupannya. Dari sisi psikologis masa ini dapat diartikan sebagai periode dalam kehidupan individu dengan ciri-ciri kedewasaan atau kematangan yaitu kestabilan emosi, pengambilan keputusan yang tepat,

³ Iffatul 'Azizah, *Quarter Life crisis di Masa Pandemi Pada Mahasiswa Akhir IAIN Ponorogo Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam*, Skripsi IAIN Ponorogo, 2020, 08.

⁴ Muhammad Abdullah Sujudi, *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis pada mahasiswa semester akhir universitas sumatera utara*, (2020), hal. 9

puncak kekuatan, kemandirian dan yang lainnya.⁵ Pada tahap dewasa awal merupakan tahap pencarian yang penuh dengan masalah, ketegangan, emosional, fase isolasi sosial, serta perubahan nilai-nilai dengan penyesuaian diri pada pola hidup. Pada masa dewasa juga memiliki tugas perkembangan seperti memulai bekerja, memilih pasangan, menikah, mulai membina rumah tangga, mengasuh anak, dan ikut dalam kegiatan-kegiatan sosial.⁶

Pada masa dewasa tentunya tiap individu akan mengalami dan menghadapi banyak masalah. Ketika dihadapkan dengan berbagai macam tugas perkembangan, ada suatu saat dimana individu merasa kesulitan untuk menjalankan tugas perkembangannya tersebut sehingga menjadi masalah dalam hidup mereka. Seperti contohnya individu yang belum mendapatkan pekerjaan disaat teman-temannya sudah bekerja. Ada juga individu yang belum menikah disaat semua temannya sudah menikah dan bahkan sudah mempunyai anak. Ada juga seorang mahasiswa tahap akhir yang belum menyelesaikan skripsi disaat teman-temannya sudah lulus. Hal ini merupakan contoh permasalahan masa dewasa yang jika tidak diperhatikan akan menjadi sebuah masalah besar yang berpengaruh pada kesehatan mental individu sendiri.

Membahas mengenai kehidupan manusia sebagai individu tidak akan lepas dari *Quarter life crisis*. Ketika individu mampu mengatasi dengan baik, maka akan semakin baik pulalah kehidupan yang dijalani individu itu kedepannya. Dimana ia dapat berdamai dengan dirinya sendiri dan mengatasi krisis emosional yang melandanya. Kedepannya akan menjadi individu yang lebih tahan banting dan mampu mengatasi masalah-masalah hidup yang akan menerpanya kelak. Namun sebaliknya, apabila individu itu gagal melewatinya, ia akan menjalani hidup dengan ketidakpuasan akan dirinya, stres berkepanjangan, depresi, dilingkupi tingkat kepercayaan diri yang rendah, merasa tidak mampu

⁵ Alfeisyahrianta Habibi,dkk, *Peran Religiusitas terhadap Quarter Life crisis pada Mahasiswa*, Gajah Mada journal of Psychology,vol 5, no 2, 2019.

⁶ Rika Vira Zwagery, Emma Yuniarahmah, *Quarter Life Crisis : Choose The Right Path, Whar Sould I Do Next?*, Jurnal Pengabdian Masyarakat, Vol. 4 : No. 3, 2021.

melakukan berbagai hal. Salah satu dampak yang menimpa para santri pada *quarter life crisis* yakni stress berkepanjangan dan depresi ringan sampai berat bahkan berdampak sampai gangguan kejiwaan.⁷

Pondok Pesantren Al-Quran Al-Mashturiyah tentunya mengalami dan menghadapi banyak masalah. Salah satunya adalah enggan melaksanakan tugas yang diberi oleh dosen, merasa tertekan dengan relasi temannya, khawatir terhadap masa depan, serta merasa dirinya tidak sesuai dengan jurusan sehingga muncul dalam benak mahasiswa apakah jurusan tersebut sesuai dengan apa yang diinginkan atau karena paksaan dari orang tua. Maka dalam hal ini Pondok Pesantren mengadakan secara tidak langsung untuk menangani fase *quarter life crisis*. dalam menangani hal ini pengasuh atau pengurus pondok melakukan konseling kelompok maupun individu secara bertahap. Dalam pelaksanaannya pengurus pondok mengumpulkan mahasiswa yang merasa stress ringan maupun stress berat untuk menangani *quarter life crisis*.⁸

Seperti yang dialami Bayu Apriliansyah ketika mengikuti seminar yang berjudul “Kuliah WhatsApp *quarter life crisis*” yang mengaku bahwa dirinya pada tahap dewasa awal ini merasa bingung untuk menemukan jalan hidup yang dipilihnya. Ketika Bayu berusaha untuk memenuhi keinginan yang dipilih dirinya sendiri selalu kegagalan yang didapat, namun apabila orang tuanya yang memilihkan untuk dirinya selalu berhasil dan membuahkan hasil yang maksimal. Lalu pada sebuah buku yang ditulis oleh Fnie Indriane juga menyampaikan sebelas berita dari klien terdapat delapan klien yang menceritakan mengenai Pendidikan dan sebanyak enam klien menceritakan mengenai dunia perkuliahan.⁹

Kemudian dalam First Direct Bank (2017), one pall melaksanakan survei terhadap 2000 responden milenial di Inggris dengan hasil yang didapatkan bahwasanya terdapat 56% individu mengalami *quarter life crisis* dalam fase ini

⁷. Hasil pra riset di Ponpes Al-Mashturiyah, 13 januari 2023.

⁸. Hasil pra riset di Pondok al-Musthuriyah, 20 Februari 2023.

⁹. Efnie Indriani, *Survive Menghapi Quarter Life Crisis*, (Yogyakarta:Brilliant,2020),9-19.

biasa dialami oleh para remaja yang sedang menempuh Pendidikan pada jenjang perguruan tinggi.¹⁰ Tidak jauh berbeda fenomena *quarter life crisis* dialami pula oleh orang di Indonesia dengan melihat dari data penelitian yang dilakukan oleh Icha Herawati di Pekan Baru yang menyebutkan bahwa dari 236 orang yang telah ditelitinya didapati 9 orang mengalami permasalahan QLC dengan tingkat sangat rendah, kemudian 35 orang mengalami QLC tingkat rendah, 102 orang mengalami QLC tingkat sedang, lalu 66 orang mengalami QLC tingkat tinggi dan 34 orang mengalami QLC dengan tingkat sangat tinggi. Dengan hal ini sudah membuktikan bahwasanya seorang individu yang berada pada fase dewasa awal sangat rentan mengalami ktrisis pada individunya sendiri.¹¹

Lingkungan yang banyak terdapat para mahasiswa terutama di Pondok Pesantren berbasis Al-quran Al-Masthuriyah merupakan sebuah tempat yang sangat tepat untuk dijadikan lokasi penelitian terkait fenomena *quarter life crisis* ini, karena di Pondok Pesantren Al-quran Al-Masthuriyah di penuh oleh santriwan dan juga mahasiswa, baik itu mahasiswa strata 1 (Program Sarjana). Dalam obsevasi di pondok pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah terdapat fenomena seorang santri mahasiswa yang sedang mengalami masa-masa sulit dalam permasalahan hidupnya. Seorang mahasiswa seringkali mengeluh dalam mengerjakan tugas bahkan ada yang lebih memilih mencontek tugas hasil temannya dari pada mengerjakan tugasnya, dan mereka lebih seringkali bermain *game* bersama teman-teman di pondoknya.

Adanya fenomena ini di pondok melakukan kegiatan untuk mahasiswa yang mengalami *quarter life crisis* melalui bimbingan dari pengurus dan santri sebaya. Serta cara penanganan yang dilakukan oleh pengurus dan santri sebaya. Cara ataupun upaya penanganan yang sudah dilakukan oleh pengurus dan pengasuh yakni dilakukan secara tidak langsung, biasanya setiap satu bulan sekali

¹⁰. Vivi Mutia Fitri, "Quarter Life Crisis: Mengatasi kegalauan Generasi Millenial" Artikel, vol.5, No.10 (Mei 2019).

¹¹. Icha Herawati dan Ahmad Hidayat, "Quarter Life Crisis Pada Dewasa awal di pekanbaru", dari journal An-Nafs: kajian Penelitian Psikolog, Vol.5, No.1 (Desember 2020), 150.

para pengurus berkumpul dalam satu ruangan untuk membahas penanganan dengan pendekatan kelompok terlebih dahulu yang dilakukan oleh pengurus pondok, kemudian merujuk kepada pendekatan secara individu apabila bisa dikatakan salah satu santri memang ada yang sudah terdapat permasalahan QLC yang serius, kemudian ada cara penanganan lebih lanjut dgn cara bimbingan secara kelompok dengan peserta santri-santri yang memiliki masalah QLC dengan konsep konseling sebaya. Ada juga yang lebih memilih melakukan bimbingan konseling secara individu yang menurutnya bisa lebih membuat nyaman bagi diri santri itu sendiri.

Pelaksanaan bimbingan yang menjadi keunikan serta perbedaan yang dapat diamati dari kegiatan Ciri bimbingan pencegahan dan penanganan kasus QLC dengan metode pendekatan bimbingan dengan bimbingan individu dan bimbingan kelompok yang dilakukan antara pengurus sbagai konselor dan santri yang menjadi konselinya adalah; *Pertama*, kegiatan bimbingan yang berbeda dengan bimbingan yang lainnya, karena bimbingan yang biasanya dilakukan di sekolah ataupun di klinik psikolog dan psikiater, tetapi kegiatan bimbingan QLC juga bisa dilakukan di dalam pondok pesantren Al-quran yang santrinya semuanya berstatus sebagai mahasiswa seluruh semester. *Kedua*, Meningkatkan riyadoh santri dalam tolakul ilmi dan menyiapkan kehidupan selanjutnya merupakan tujuan khusus dari kegiatan bimbingan mengenai permasalahan dan cara menghadapinya bagi para santri yang juga berstatus sebagai mahasiswa.¹²

Banyaknya santri yang mengikuti kegiatan tersebut, disinyalir bahwa mereka telah merasakan manfaat serta khasiat yang didapatkan setelah mengikuti kegiatan bimbingan secara rutin tersebut. Sehingga hal tersebut sejalan dengan pemikiran yang dijadikan dasar pengasuh untuk mengamalkan kegiatan rutin bimbingan permasalahan dan pemecahan mengenai QLC di dalam diri para santri. Pengasuh juga menyakini, bahwa dengan kegiatan bimbingan dan pengarahan

¹² Hasil pra riset di Ponpes Al-Masthuriyah Ngaliyan Kota Semarang pada 5 Februari 2023

nantinya memiliki korelasi dengan keterkaitan akan do'a dan motivasi yang hendak dipanjatkan dan dijalankan oleh para santri. Selain itu, dari beberapa dzikir yang terdapat didalamnya merupakan respon para santri yang jarang menjumpai kegiatan bimbingan QLC yang menjadi penasaran mereka untuk mengikuti kegiatan tersebut.

Dalam kegiatan ini Upaya dalam pelaksanaan dakwah mujadalahnya adalah dengan cara berdiskusi. Diskusi tersebut disesuaikan dengan keragaman peserta, persiapan, permasalahannya. Pada tahap diskusi kelompok adalah suatu bentuk pertemuan yang diikuti oleh sejumlah peserta yang terbatas. Di dalamnya dibahas suatu topik tertentu yang diberikan oleh kelompok yang lebih besar. Seperti halnya di pondok pesantren pelaksanaan Upaya penanganannya semua mahasantri yang memiliki permasalahan dalam hidupnya berkumpul di suatu tempat guna untuk melakukan konseling. tujuannya agar tidak terlepas dari permasalahan yang diangkat. Ini karena tidak mungkin seseorang menangkat suatu masalah, sementara tujuannya lepas dari masalah yang dibicarakan. Dakwah mujadalah adalah yang memiliki makna bertukar pikiran, berdiskusi. Ulama tafsir mengartikan *jadal* sebagai bertukar pikiran (berdialog), termasuk dengan cara membantu memecahkan masalah.¹³

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi *quarter life crisis* dan upaya penanganannya di Pondok Pesantren Al-Quran Al-Masthuriyah?
2. Bagaimana analisis bimbingan konseling islam terhadap fenomena *quarter life crisis* pada mahasantri di Pondok Pesantren Al-quran Al-Masthuriyah Semarang dan upaya penanganannya?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mendeskripsikan mengenai kondisi *quarter life crisis* dan upaya penanganannya di Pondok Pesantren Al-Quran Al-Masthuriyah

¹³ Dr Hj. Nani Machendrawaty, M.Ag dan Dr. H. Aep Kusnawan, S.Ag.,M.Ag, *Kaifiyah Mujadalah Metode Dakwah Berbasis Argumentasi*, Simbiosis Rekatama Media, 2020

2. Untuk menggambarkan bimbingan konseling islam terhadap fenomena *quarter life crisis* pada mahasiswa di Pondok Pesantren Al-quran Al-Masthuriyah dan upaya penanganannya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat pertama yang diperoleh dari penelitian ini adalah untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan mengenai bimbingan agama dalam menangani *quarter life crisis* karena penelitian mengenai ini merupakan sesuatu yang masih sangat jarang sekali. Sehingga diharapkan akan memunculkan penelitian lainnya ketika sudah ada *trigger* dalam bentuk yang *scientific*. Selain itu, dapat menjadikan bahan referensi dengan penelitian yang bermanfaat tentunya yang signifikan bagi seluruh pihak, khususnya bagi Universitas Islam Negeri Walisingo Semarang, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, dan Bimbingan Penyuluhan Islam.

- a. Hasil dari penelitian dengan topik ini harapannya dapat memberikan gambaran umum kepada setiap pembaca tentang bimbingan islam *quarter life crisis* dalam membentuk pelayanan klinisnya.
- b. Hasil dari penelitian juga diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan intelektual dalam lingkup kajian Ilmu Konseling dan Ilmu Dakwah, lebih tepatnya pada kajian Ilmu Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

2. Manfaat Praktis

Secara praktik hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan wawasan literatur. Bagi peneliti tentunya dapat memberikan manfaat serta menjadi bahan percontohan kedepannya bagi peneliti sendiri. selain itu, dapat menambah wawasan juga pengalaman yang dapat dijadikan bahan evaluasi untuk menjaga kestabilan mental melalui bimbingan konseling islam. Kemudian manfaat secara praktis yang terpenting pada penelitian ini ialah hasil penelitian yang sudah dilakukan dalam penanganan *quarter life crisis*

melalui bimbingan konseling agama di Pondok Pesantren Al-quran Al-Masthuriyah Semarang.

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan Pustaka ini dilakukan untuk mengetahui banyaknya kajian dan pembahasan yang secara umum dan khusus membahas mengenai judul penelitian yang dilakukan oleh penulis. Dibawah ini beberapa pembahasan yang ada kaitannya dengan judul penelitian penulis. Dalam melakukan penelitian ini, penulis bukanlah yang pertama membahas tentang *quarter life crisis*. Banyak tulisan maupun karangan ilmiah yang membahas tema tersebut, baik corak studi kasus (penelitian) maupun literatur (referensi). Berikut beberapa tinjauan umum atas karya penelitian mengenai *quarter life crisis*. Berikut beberapa kajian terdahulu mengenai pembahasan *quarter life crisis*:

Pertama, sebuah jurnal penelitian dengan judul, “Hubungan Efikasi Diri dengan Stres pada Mahasiswa yang Berada dalam Fase *Quarter Life Crisis*” yang disusun oleh Afnan, Rahmi Fauzia, dan Meydisa Utami Tanau pada tahun 2020. Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa antara efikasi diri dengan stress memiliki hubungan variabel negative, yang berarti semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin rendah stress. Namun, sebaliknya jika efikasi diri rendah maka akan memunculkan fase *quarter life crisis*.¹⁴

Kedua, sebuah jurnal penelitian dengan judul, “Peran Religiusitas Terhadap *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa” yang disusun oleh Alfiesyahrianta Habibie, Nandy Agustin Syakarofath, dan Zainul Anwar pada tahun 2019. Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa religiusitas memiliki peran pada masa *quarter life crisis* yang berkontribusi terhadap cara individu menghadapinya. Nilai-nilai kebaikan

¹⁴ Afnan, dkk, *Hubungan Efikasi Diri dengan Stress pada Mahasiswa dalam fase quarter life crisis*, Jurnal Kognisia, 2020

dalam agama dianggap mampu membantu individu dalam menyelesaikan masalah.¹⁵

Ketiga, sebuah skripsi dengan judul, “Eksistensi Fenomena *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara” yang disusun oleh Muhammad Abdullah Sujudi pada tahun 2020. Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa faktor yang menyebabkan quarter life crisis bisa berasal dari dalam maupun luar, salah satu faktor yang berasal dari dalam lebih cenderung pada sisi psikologis, yaitu kemalasan diri sendiri, suka menunda pekerjaan, cenderung lebih suka bersantai, dll. Jika faktor dari luar biasanya diakibatkan permasalahan keluarga, tugas kuliah, pengerjaan skripsi dosen yang cenderung menyusahkan, perkembangan teknologi, pembiayaan hidup dan kuliah, serta tekanan dari orang tua maupun keluarga. Setiap orang yang berada pada fase ini tentunya memiliki cara ataupun solusinya masing-masing.¹⁶

Keempat, sebuah jurnal dengan judul, “*Quarter Life Crisis* pada masa Dewasa Awal di Pekanbaru” yang disusun oleh Icha Herawati, dan Ahmad Hidayat pada tahun 2020. Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin, pekerjaan menjadi pengaruh pada quarter life crisis. Penelitian ini dapat menjadikan sebuah acuan dalam memberikan pandangan kepada pihak-pihak yang berkenaan terhadap program konseling pengembangan dan sosial.¹⁷

Kelima, sebuah jurnal dengan judul, “*Quarter Life Crisis: Choose The Right Path, What Should I Do Next?*” yang disusun oleh Rika Vira Zwagery dan Emma Yuniarramah pada tahun 2021. Penelitian ini menggunakan metode

¹⁵ Alfeisyahrianta Habibi,dkk, *Peran Religiusitas terhadap Quarter Life crisis pada Mahasiswa*, Gajah Mada journal of Psychology,vol 5, no 2, 2019.

¹⁶ Muhammad Abdullah Sujudi, *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara* (skripsi Universitas Sumatera Utara, 2020)

¹⁷ Icha Herawati, *Quarter Life Crisis Pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru*, Journal An-Nafs, 2020.

penelitian kualitatif. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa masih ada beberapa orang yang belum memahami fase *quarter life crisis* dan sebagian yang lain sudah memahami fase *quarter life crisis*.¹⁸

Terdapat lima penelitian terdahulu yang telah di paparkan diatas, beberapa persamaan dari kelimanya, diantaranya penanganan permasalahan yang sedang terjadi menggunakan konseling individu dan bimbingan konseling islam. Permasalahan yang dialami mahasiswa pada tahap *quarter life crisis*. pada penelitian tersebut masih membahas tentang permasalahan dan penanganannya dengan menggunakan bimbingan konseling . Dalam penelitian ini, keunikan yang Nampak ketika permasalahan yang terjadi pada mahasiswa pada tahap *quarter life crisis* dan cara untuk menangani melalui bimbingan konseling islam. Yang membedakan dari penelitian sebelumnya, salah satunya penelitian ini berfokus pada membentuk interaksi sosial dan penanganan *quarter life crisis*.

F. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah suatu cara atau jalan yang ditempuh dalam mencari, menggali, mengolah, dan membahas data dalam suatu penelitian untuk memperoleh Kembali pemecahan terhadap permasalahan. Dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kualitatif, dengan karakteristik alami (*natural setting*) sebagai sumber data secara langsung, proses lebih penting dari pada hasil, bersifat deskriptif, dan analisis dalam penelitian kualitatif cenderung dilakukan secara Analisa induktif.¹⁹ Dalam penelitian ini menggunakan metode sebagai berikut

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah lapangan pendekatan kualitatif, yaitu jenis penelitian yang menggambarkan sejumlah variabel yang berkenaan dengan

¹⁸ Rika Vira Swagery dan Emma Yuniarramah, *Quarter Life Crisis : Choose The Right Path, What Should I Do Next*, To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat, Vol.4 No 3 (2021).

¹⁹ Neong Muhajir, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Reka Sarasih, 1996)

masalah yang unik tanpa mempersoalkan hubungan antara variabel yang dimaksudkan sebagai upaya eksplorasi dan klarifikasi sesuatu fenomena atau Lenyataan sosial. Penelitian kualitatif berlandaskan pada filsafat postpositivisme, karena digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, Teknik pengumpulan data dengan trunggulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan *makna* dari pada generalisasi.²⁰

Craswell mendefinisikan metode penelitian kualitatif sebagai suatu pendekatan atau penelusuran untuk mengeksplorasi dan memahami suatu gejala sentral untuk mengetahui gejala sentral tersebut peneliti mewawancarai peserta penelitian atau partisipan dengan mengajukan pertanyaan yang umum dan agak luas. Pendekaan kualitatif jenis penelitian studi kasus ini bertujuan mengamati segala gejala yang merupakan fenomena, kondisi ataupun hubungan yang ada. Sesuai dengan judul “Fenomena *quarter life crisis* dan Upaya Penanganan Pada Santri Mahasiswa Pondok Pesantren Al-Quran Al-Masthuriyah Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)”. Yang tujuannya memeberikan gambaran juga memaparkan fenomena penanganan *quarter life crisis* bagi mahasiswa serta data umumnya ialah dari bimbingan konseling agama dalam membentuk kestabilan mental.

2. Sumber data

Data adalah sekumpulan informasi yang akan digunakan dan dilakukan Analisa agar tercapai tujuan penelitian. Sumber data dalam penelitian ini terbagi menjadi dua jenis, yaitu :

a. Data Primer

Data primer menurut Sugiyono (2013) adalah sumber data yang didapatkan secara langsung oleh pengumpul data. Penelitian yang data

²⁰ Sugiyono, “*Metode Pnelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*”, (Bandung: Alfabeta, Cetakan ke-13 2013), h.9

tersebut dikumpulkan sendiri langsung dari sumber utama atau objek dari penelitian yang sedang dilakukan. Dalam mendapatkan data primer atau langsung, menggunakan cara wawancara, dan hasil dari wawancara yang telah didapatkan dari informan mengenai topik penelitian. Dalam pencarian data primer dilanjutkan dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengambilan sampel dalam sumber data melalui pertimbangan tertentu. Yang dimaksud pertimbangan tertentu dalam teknik tersebut misalnya orang yang dianggap paling paham tentang topik penelitian atau yang diharapkan dalam penelitian ini. Orang tersebut bisa sebagai penguasa yang nantinya akan memudahkan ketika menjelajahi objek atau situasi sosial yang diteliti.

Pendapat Spradley bahwa, situasi sosial untuk sampel awal disarankan suatu situasi sosial yang didalamnya menjadi semacam muara dari banyak domain lainnya. Kemudian dinyatakan bahwa, sampel sebagai sumber data atau sebagai informan sebaiknya dapat memenuhi kriteria sebagai berikut:²¹

1. Mereka yang menguasai dan memahami sesuatu melalui proses enkulturasi, sehingga sesuatu tersebut tidak sekedar diketahui, melainkan dihatarinya juga,
2. Mereka yang tergolong sedang berada atau terlebih dalam kegiatan yang tengah diteliti,
3. Mereka memahami permasalahan *quarter life crisis* yang memadai untuk dimintai informasi,
4. Mereka menyampaikan informasi yang dibutuhkan tidak cenderung hasil dari “kemasannya” sendiri,
5. Mereka pada mulanya tergolong “cukup asing” dengan penelitian sehingga lebih menggairahkan untuk dijadikan semacam guru atau narasumber.

²¹ Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*” (Bandung: Alfabeta, Cetakan ke-13 2013), h.221

Menurut pendapat dari Sugiyono di atas dapat disimpulkan bahwa kriteria para santri yang akan dijadikan informan penelitian yakni santri yang berkriteria sebagai berikut: sehat jasmani dan rohani, berstatus mahasiswa dan santri berusia 18-23, sudah pernah mengalami stress ataupun depresi baik ringan ataupun berat. memahami *quarter life crisis* serta cara penanggannya dalam melaksanakan bimbingan konseling islam serta sudah memahami tentang topik yang diteliti, yang mampu memberikan informasi sesuai dan tentunya memudahkan ketika dimintai waktu untuk wawancara.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah pendekatan penelitian yang menggunakan data-data yang telah ada, dan sumber data penelitian yang diperoleh peneliti secara tidak langsung melalui media perantara. Data sekunder umumnya berupa bukti, catatan, atau laporan historis yang telah tersusun dalam arsip yang dipublikasi maupun yang tidak dipublikasi. Kemudian melakukan proses Analisa dan interpretasi terhadap data tersebut sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini data sekunder di peroleh dari jurnal penelitian, buku, skripsi, website, dan dokumen pendukung lainnya yang berkaitan dengan penelitian. Purhantara menyebutkan bahwa ada beberapa hal yang harus diperlukan terkait dengan data sekunder, terutama dengan keakurasi data. Langkah yang perlu ditempuh adalah :²²

1. Kemampuan data yang tersedia untuk menjawab masalah atau pertanyaan (kesesuaian dengan pertanyaan penelitian).
2. Kesesuaian antara periode waktu tersedianya data dengan periode waktu yang diinginkan dalam penelitian.
3. Kesesuaian antara populasi data yang ada dengan populasi yang menjadi perhatian peneliti.

²² Wahyu Purhantara, "Metode Penelitian Kualitatif Untuk Bisnis", Yogyakarta : Graha Ilmu, 2010, 80

4. Dalam pengumpulan data sekunder diperhatikan relevansi dan konsistensi unit pengukur yang digunakan.
5. Biaya yang dipergunakan untuk mengumpulkan data sekunder.
6. Dalam suatu penelitian terdapat kemungkinan bias yang ditimbulkan oleh data sekunder.
7. Dapat atau tidaknya dilakukan pengujian terhadap skripsi pengumpulan data.

Dapat disimpulkan dari langkah-langkah tersebut bahwa dalam data sekunder yang diperoleh hal yang perlu diperhatikan tidak lain berkaitan dengan akurasi data, terkaitan waktu yang diperlukan serta kemungkinan-kemungkinan yang biasanya timbul dari data sekunder.

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan Langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapat data. Dalam penelitian harus mengetahui Teknik pengumpulan data agar mendapatkan standar data yang ditetapkan. Cara atau Teknik dalam pengumpulam data, dapat dilakukan dengan sebagai berikut:

1. Wawancara

Wawancara biasa disebut dengan interview atau kuesioner lisan, adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara kepada terwawancara untuk memperoleh informasi.²³ Dalam wawancara ini menggunakan wawancara bebas terpimpin, yaitu wawancara yang dilakukan secara bebas artinya informan diberi kebebasan menjawab tetapi masih dalam batas tertentu supaya tidak menyimpang dari panduan wawancara yang telah dibuat.²⁴ Dalam penelitian ini Teknik wawancara mendapatkan penjelasan tentang fenomena *quarter life crisis*, dan

²³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 2012), 132.

²⁴ Hadari Nawawi dan Martini Hadari, *Instrumen Penelitian Bidang Sosial* (Yogyakarta: Gajah Madha University Press, 2005), 23.

penanganan *quarter life crisis* yang dialami santri mahasiswa menggunakan bimbingan konseling Islam.

2. Observasi

Observasi adalah studi yang disengaja secara sistematis mengenai fenomena dan gejala sosial menggunakan pengamatan dan pencatatan.²⁵ Dalam hal ini, peneliti langsung ke lokasi penelitian untuk melakukan pengamatan dan penelitian guna mendapatkan data yang dibutuhkan. Posisi peneliti adalah non participant observer, artinya peneliti tidak turun aktif setiap hari berada di lokasi. Tujuan observasi dalam penelitian ini untuk mengetahui fenomena *quarter life crisis* yang dialami santri mahasiswa. Selain itu, tujuan lainnya untuk mengetahui cara penanganannya yang diberikan kepada santri mahasiswa pondok pesantren Al-Quran Al-Masthuriyah Semarang.

3. Dokumentasi

Metode dokumentasi memiliki makna barang yang tertulis. Dalam melaksanakan metode ini peneliti menyelidiki benda tertulis, seperti buku-buku, dokumen, buku harian, dan sebagainya.²⁶ Untuk memaknai segala dokumen tersebut memerlukan kepekaan teoritik sehingga tidak hanya barang yang kurang bermakna. Kata dokumentasi berasal dari dokumen, yang artinya tata cara pengumpulan data dengan mencatat data-data yang pernah ada. Metode dokumentasi termasuk metode pengumpulan data yang digunakan untuk menelusuri data terdahulu atau historis. Dalam penelitian dokumen tentang partisipan, orang ataupun sekelompok orang, peristiwa atau kejadian dalam situasi sosial yang sangat berguna.²⁷

Teknik pengumpulan data menggunakan dokumentasi melalui peninggalan arsip-arsip seperti kumpulan buku tentang pendapat, teori,

²⁵ Kartini Kartono, *Pengantar Metodologi Research Sosial* (Bandung: Alumni, t.th.), 159.

²⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 2012), 135.

²⁷ A. M yusuf, *Kuantitatif, Kualitatif, & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana 2014

dalil-dalil ataupun kumpulan hukum dan lainnya yang masih terkait dengan topik atau permasalahan yang akan diteliti. Dalam penelitian kualitatif yang mana Teknik dokumentasi atau pengumpulan data yang utama dikarenakan pembuktian hipotesisnya yang diajukan baik secara logis dan rasional berdasarkan pendapat, teori, dan hukum-hukum lainnya, mendukung atau menolak terkait hipotesis tersebut. Dalam penelitian ini dapat diperoleh dari hasil dokumentasi yang sudah ada berupa catatan atau yang lainnya yang sudah tersedia.

H. Teknik Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan standar kebenaran suatu data hasil penelitian yang mana lebih menekankan pada data atau informasi dari pada sikap dan jumlah orang. Dalam penelitian kualitatif yang dibuju adalah data dari suatu penelitian tersebut. Dalam pemeriksaan Teknik keabsahan data menggunakan Teknik triangulasi data. Triangulasi data merupakan Teknik pengumpulan data dari tiga sudut yang berbeda. Dalam penelitian ini tidak hanya menggunakan satu Teknik tetapi menggunakan Teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Dalam metode triangulasi digunakan untuk mengecek dan meningkatkan validitas penelitian dengan menganalisis pertanyaan penelitian dari berbagai perspektif.²⁸ Peneliti menggunakan Teknik triangulasi yaitu memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data untuk keperluan pengecekan observasi partisipatif, wawancara mendalam dan dokumentasi untuk sumber data yang sama secara serentak. Dalam triangulasi data penelitian ini menggunakan tiga metode, antara lain:

1. Triangulasi Sumber

Untuk meningkatkan kepercayaan dalam penelitian ini dilakukan mencari data dari sumber beragam yang memiliki keterkaitan antara satu dengan lainnya. Dalam mengetahui atau mengecek kebenarannya diperlukan eksplorasi. Dalam penelitian ini menggali data tentang pelaksanaan

²⁸ Helaluddin H. W. *Analisis Data Kualitatif Sebuah Tinjauan Teori dan Praktik*. Makassar: Sekolah Tinggi Theologia Jaffray, 2019, 94.

penanganan *quarter life crisis* maka pengumpulan dan pengujian data diperoleh yang dilakukan kepada santri mahasiswa.

2. Triangulasi Teknik

Dinamakan triangulasi Teknik karena banyak ragam Teknik pengungkapan data yang dilakukan untuk sumber data. Menguji hasil data yang dilakukan kepada sumber data. Menguji kredibilitas data dengan triangulasi Teknik ialah mengecek data kepada sumber yang sama dengan Teknik yang berbeda. Triangulasi Teknik ini dapat dilakukan dengan menggunakan teknik, wawancara, observasi, dan dokumentasi, dari hasil di dapat dari beberapa Teknik tersebut kemudian di gabungkan dan disitulah kredibilitas data di uji.

3. Triangulasi Waktu

Di dalam penelitian ini dapat mengecek konsistensi, kedalaman, dan ketepatan atau kebenaran suatu data dengan menggunakan triangulasi waktu dilakukan dengan cara mengumpulkan data pada waktu yang berbeda. Dilakukan wawancara di sore hari, dapat dilakukan berulang-ulang di pagi hari, kemudian di siang hari dapat dicek, dilakukan seperti itu atau sebaliknya.

Berdasarkan dari ketiga sumber data yang telah dipaparkan, dapat dideskripsikan, dikelompokan, dipandang mana yang sama, yang berbeda atau yang spesifik dari ketiga sumber data tersebut. Data yang sudah diterima kemudian dianalisis dan menghasilkan kesimpulan dan tahap selanjutnya kesepakatan dengan ketiga sumber data tersebut.

I. Teknik Analisis Data

Data merupakan suatu bahan mentah yang masih perlu diolah sehingga menghasilkan informasi atau keterangan, baik kualitatif maupun kuantitatif

yang menunjukkan fakta.²⁹ Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang dapat diperoleh dari wawancara dan data lapangan dokumentasi, dan itu bisa dilakukan dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, Menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, serta membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.³⁰ Analisis data yang digunakan oleh penulis yaitu analisis deskriptif kualitatif merupakan analisis data mengklarifikasikan data-data yang berdasarkan persamaan jenis dari data tersebut lalu diuraikan sedemikian rupa sehingga memperoleh gambaran yang utuh dari permasalahan yang diteliti. Adapun langkah-langkah analisis data yaitu:

1. Teknik reduksi

Reduksi data adalah pemilihan data yang paling penting dari semua data yang tidak terlalu penting. Dalam prosesnya peneliti mengumpulkan seluruh data yang berkaitan dengan subjek penelitian yang akan diteliti. Tetapi dari semua data yang terkumpul harus dipilah kembali data yang mana paling relevan dengan subjek penelitiannya. Proses inilah yang disebut dengan reduksi data. Peneliti harus melakukan reduksi data agar mendapatkan kesimpulan dari penelitiannya tersebut.³¹

2. Penyajian Data (*display Data*)

Langkah selanjutnya dalam menganalisis data ialah menyajikan data. Data yang disajikan berupa uraian singkat, bagan, hubungan antarkategori, dan sejenisnya. Miles dan Huberman (2014) berpendapat penyajian data yang paling sering digunakan dalam penelitian kualitatif adalah menggunakan teks yang berupa naratif. Dengan mendisplay data akan mempermudah apa yang sedang terjadi dan rencana kerja selanjutnya setelah memahami data tersebut.

²⁹ Ian Day, *Qualitative Data Analysis* (New York: RNY, 1995), 30.

³⁰ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2012), 89.

³¹ S. Nasution, *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif* (Tarsio Bandung, 2003), 129.

3. Menarik Kesimpulan (*concluding drawing*)

Menurut Miles dan Huberman (2014) penarikan kesimpulan dan verifikasi Langkah ketiga dalam analisis data. Kesimpulan awal masih bersifat sementara, akan mengalami perubahan apabila tidak menemukan bukti-bukti yang kuat dan mendukung dalam tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi kesimpulan yang kredibel apabila pada tahap awal didukung dengan bukti-bukti yang valid serta konsisten saat kembali ke lapangan untuk mengumpulkan data. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak. Dikarenakan masalah dan rumusan masalah masih bersifat sementara dan akan berkembang ketika berada di lapangan.

Di dalam penelitian ini akan menarik kesimpulan dari berbagai data-data yang telah diperoleh. Dalam hal ini dapat menggambarkan pola yang sesungguhnya atau sesuatu yang sebenarnya benar-benar terjadi dari data-data yang telah direduksi mengenai hasil wawancara dengan narasumber atau informan, hasil dari observasi lapangan serta hasil dari dokumentasi yang telah diperoleh sebelumnya, dengan hal itu dapat dianalisis dan memperoleh gambaran yang terukur mengenai penanganan *quarter life crisis* santri mahasiswa Al-masthuriyah.

J. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan penelitian ini terbagi menjadi beberapa bab yang akan disusun secara terstruktur. Dalam sistematika penulisan ini dibuat supaya memberikan gambaran yang jelas, struktur, padat serta harapannya dapat menyeluruh agar nantinya dapat dipahami dengan jelas tentang proposal penelitian yang sudah dibuat. Kerangka penelitian yang dibuat dibagi menjadi tiga bagian diantaranya, bagian awal, bagian utama, dan bagian akhir. Untuk mempermudah makan digabung dari tiga bagian menjadi satu bagian, mulai dari bagian awal sampai bagian akhir penulisan proposal skripsi. Supaya penulisan ini nantinya dapat dipahami, oleh karena itu penyusunannya dapat dirumuskan

menjadi lima bab. Dan setiap bab terbagi lagi menjadi beberapa sub bab selanjutnya sebagai penjabarannya. Berikut sistematika penulisannya :

BAB I PENDAHULUAN

Berisi pendahuluan yang mana mengantarkan pada bab-bab selanjutnya. Pemaparan dari bab ini diantaranya latar belakang masalah yang berkaitan dengan *quarter life crisis* dalam menangani permasalahannya serta fenomena permasalahan, rumusan masalah yang akan dibahas dan menjadi patokan untuk diteliti. Tujuan penelitian serta manfaat penelitian yang dapat diambil dari penelitian ini. Tinjauan Pustaka berisi kumpulan beberapa penelitian terdahulu yang menyangkut dengan penelitian ini. Metode penelitian berisi cara yang akan dilakukan dalam penelitian ini, dan yang terakhir sistematika penulisan secara rinci berisi urutan-urutan pembahasan yang ada dalam penelitian ini.

BAB II LANDASAN TEORI

Berisi informasi yang menjelaskan landasan teori dibentuk dari fenomena dan penanganan *quarter life crisis* di pondok pesantren Al-Quran Al-Masthuriyah. Kerangka teori terdiri dari tiga sub bab, sub bab pertama menjelaskan pengertian *quarter life crisis*, sub bab ke dua penanganan *quarter life crisis*, sub bab ketiga menurut pandangan islam, sub bab ke empat bimbingan konseling islam, sub bab ke lima relevansi penanganan *quarter life crisis*.

BAB III TINJAUAN OBJEK PENELITIAN

Bab ini terdiri dari tiga sub bab yaitu profil pondok pesantren Al-Quran Al-Masthuriyah Semarang, memuat tujuan visi misi, struktur pengurus, daftar anggota, program kegiatan di Pondok Pesantren, sub bab ke dua membahas mengenai kegiatan penanganan *quarter life crisis*.

BAB IV ANALISIS DAN PENELITIAN

Dalam bab ini terdiri dari tiga sub bab yaitu, fenomena *quarter life crisis* yang dialami santri mahasiswa Al-Quran Al-Masthuriyah, penanganan *quarter life crisis*, dan analisis pelaksanaan bimbingan konseling Islam pada santri mahasiswa Al-Quran Al-Masthuriyah Semarang.

BAB V PENUTUP

Bab ini berisi tentang penutup, yaitu bab terakhir yang berisi tentang kesimpulan, saran, dan keterbatasan penelitian.

BAB II KERANGKA TEORI

A. *Quarter Life Crisis* (QLC)

1. Pengertian *Quarter Life Crisis*

Istilah pengertian *quarter life crisis* pertama kali ditemukan oleh Alexandria Robbins dan Abby Wilner pada tahun 2001, istilah ini ditemukan berdasarkan penelitian terhadap anak muda di Amerika memasuki abad ke-20. Kaum muda yang dijuluki sebagai “*Twenty something*”, yaitu individu yang baru saja meninggalkan kenyamanan hidup sebagai seorang mahasiswa dan mulai memasuki kehidupan nyata, dengan berbagai tuntutan menikah, bekerja atau memiliki karir. Hal ini dilatar belakangi oleh tahapan perkembangan kehidupan. Menurut Erik Erikson, menjelaskan tentang delapan fase perkembangan yang akan dilewati individu setelah individu memecahkan konflik yang dialaminya. Konflik-konflik ini akan dialami oleh individu pada tahap pertumbuhan ke kepribadian yang lebih matang.³² Pada masa ini individu mengalami perubahan yang sangat bervariasi, seperti perubahan emosi dan tingkah laku.

Quarter life crisis diartikan sebagai sebuah krisis, karena pada tahap ini seorang individu berada dalam keadaan belum siap. Serta banyaknya tuntutan dan pilihan yang diberikan oleh lingkungan yang kemudian memunculkan perasaan khawatir, bimbang, ragu, cemas akan masa depan, takut akan kegagalan. Selain dituntut untuk bertahan hidup, seseorang juga dituntut untuk bersaing dengan hal baik. Hal inilah yang menjadikan penyebab banyak dewasa muda yang menjadi stress dan tertekan. Stress inilah yang melahirkan krisis seperempat kehidupan.³³ Pada tahap transisi dari remaja menuju

³² Erik Erikson, *Teori Perkembangan Psikososial Erik H. Erik*, (Jakarta : Pustaka Belajar, 2010).

³³ Alexandra Robbins dan Abby Wilner, *Quarter Life Crisis : The Unique Of Life in Your Twenties*, dalam *The Quarter Life Crisis Experienced By Megan In Lynn Shelton's*

dewasa, individu akan mengalami krisis sepele kehidupan. Pada tahap transisi ini individu akan merasakan kecemasan yang berlebih terhadap kelanjutan hidup dimasa mendatang, takut, krisis identitas diri, kekecewaan atas sesuatu hal yang dapat menimbulkan perasaan frustrasi, stress bahkan depresi termasuk dalam hal pekerjaan, karir dan kehidupan sosial.³⁴

Dalyono menjelaskan bahwa kondisi sosial dipengaruhi melalui dua cara yaitu secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung seperti dalam pergaulan sehari-hari baik hubungan dengan keluarga, teman, dan pekerjaan. Sedangkan secara tidak langsung yaitu melalui media masa, baik cetak, audio, maupun audio visual. Kemudian lingkungan sosial memberi pengaruh besar terhadap hasil pendidikan individu, seperti teman bergaul, lingkungan tetangga, dan aktivitas dalam lingkungan masyarakat.³⁵ Robbins dan Wilner menjelaskan kondisi sosial seseorang yang mengalami *quarter life crisis*, mereka rentan mengalami berbagai persoalan baik dilingkungan keluarga, masyarakat, perkuliahan atau lingkungan pendidikan, hal inilah yang menjadikan kecemasan yang tinggi. Dari lingkungan keluarga banyak yang dituntut untuk segera menyelesaikan perkuliahan atau mendapatkan pekerjaan yang bagus, sedangkan lingkungan masyarakat banyak menanyakan perihal pernikahan dan pekerjaan, dilingkungan Pendidikan seseorang akan dituntut segera menyelesaikan tugas akhir (skripsi).³⁶

Ameliya Rahmawati Putri, mendefinisikan *Quarter Life Crisis* sebagai periode kritis yang dialami pada rentang usia 18 sampai dengan 29 tahun,

Laggies ditulis oleh Atika Nur Hidayah dan Nuedien H. Kistanto, English Department Faculty Of Humanities Diponegoro University Semarang (2016).

³⁴ Kristen Fischer, *Ramen noodles, rent and resumes : An after-college guide to life*, dalam dalam *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara* ditulis oleh Muhammad Abdullah Sujudi, Skripsi Universitas Sumatera Utara, (Medan: 2020).

³⁵ Dalyono, *Psikologi Pendidikan* (E-Book Jakarta. 2005)

³⁶ Alexandra Robbins dan Abby Wilner, *Quarter Life Crisis : The Unique Challenges Of Life in Your Twenties*, dalam *Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis* ditulis oleh Afnan, Rahmi Fauzia, Meydisa Utami, Jurnal Kognisia Vol. 3 No. 1, (Februari, 2020)

keadaan dimana seseorang mengalami kegelisahan dan kecemasan karena mempertanyakan arah dan tujuan hidup, kepuasan terhadap apa yang sedang dijalani, pencapaian yang telah diraih, serta banyaknya pilihan hidup.³⁷ Sedangkan menurut Gerhana Nurhayati Putri mengartikan krisis seperempat abad sebagai kekhawatiran individu yang berada pada fase dewasa muda diantaranya yaitu keraguan, bingung, cemas, takut dengan kegagalan yang terkait dengan masa depan. Krisis ini dikarenakan intensitas penggunaan media sosial, melakukan kegiatan yang tidak produktif seperti bermain *game*, sering mengeluh dan pergaulan diri yang sempit.³⁸

B. Indikator *Quarter Life Crisis*

1. Fase *Quarter Life Crisis*

Setiap individu yang memasuki usia dua puluhan akan mulai memunculkan pertanyaan pada diri sendiri tanpa henti, kehilangan identitas, serta pertanyaan seputar karir. Menurut Robinson ada empat fase yang dialami oleh individu yang sedang berada dalam fase *quarter life crisis*, yakni:

1. Fase pertama, fase ini melibatkan masa keterlibatan aktif yang optimis dengan tujuan memasuki peran sosial yang berharga seperti pekerjaan dan berkomitmen dalam suatu hubungan tertentu. Namun individu menyadari bahwa komitmen terhadap sesuatu yang dimilikinya saat ini bukanlah yang mereka inginkan dalam jangka panjang. Mereka telah mengambil Langkah besar menuju “kehidupan” orang dewasa tetapi mereka semakin yakin bahwa itu salah. Pada situasi ini terjadilah yang namanya konflik batin bagi individu. Ada keinginan untuk keluar dari situasi didalamnya, akan tetapi disaat yang bersamaan ada perasaan bahwa perubahan seperti itu

³⁷ Ameliya Rahmawati Putri, “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkah Akhir”, Skripsi : Fakultas Ushuludin dan Studi Agama, UIN Raden Intan Lampung , (Lampung 2020).

³⁸ Jennifer M. Thorpecken, *Quarter Life Crisis: The Unaddressed phenomenon* dalam *The Quarter-Life Crisis Experienced By Megan In Lynn Shelton’s Laggies* ditulis oleh Atika Nur Hidayah dan Nurdien H. Kiatanto, English Department Faculty Of Humanities Diponegoro University Semarang (2016).

akan menyakiti orang lain. Konflik batin inilah yang kemudian menyebabkan perasaan perpecahan antara diri pribadi dan publik.

2. Fase kedua, adanya dorongan untuk mengubah situasi. Selama fase ini seseorang mengambil langkah aktif untuk keluar dari komitmen yang dimiliki. Pada fase ini, individu mungkin merasa telah kehilangan identitasnya, mempertanyakan nilai-nilai dan keyakinan mereka tentang kehidupan bermasyarakat yang kemudian hal inilah yang menyerang emosi mereka.
3. Fase ketiga, adalah jeda dalam aktifitas dimana seseorang sedang merefleksikan situasi mereka dan mencari solusi dan alternatif baru. Individu mencoba hal-hal baru, pada fase ini individu tidak stabil secara emosional, sering membuat perubahan dan fokus pada diri mereka daripada orang lain ketika mereka mencoba untuk mendapatkan hidup mereka kembali sebagaimana yang mereka inginkan.
4. Fase keempat, adanya strategi baru yang diperlakukan untuk mencapai tujuan. Pada fase ini diakhiri dengan aktifitas atau peran yang stabil. Mereka berkomitmen dengan peran yang baru dan lebih termotivasi dibandingkan dengan sebelumnya.³⁹

Di dalam pandangan Islam, agama pada dasarnya adalah solusi dalam mengatasi masalah hidup yang dihadapi. Rusydi berpendapat bahwa agama menyediakan sistem kepercayaan dan cara berfikir bagaimana menangani stres, kemudian bagaimana individu menemukan makna (hikmah) dari suatu kejadian yang dialaminya. Sedangkan menurut Kucharska berpendapat hal yang serupa bahwa, nilai-nilai agama penting dalam kehidupan masyarakat terlepas dari tingkat religiusitas mereka. Kucharska menemukan bahwa masyarakat non-religius yang menganggap Tuhan memiliki banyak aturan

³⁹ Ari, dkk "Kontribusi Religiusitas Terhadap Quarter Life Crisis Mahasiswa Fakultas Ushuludin Adab dan Dakwah Angkatan 2017 IAIN Kendari" Jurnal Murcusuar Vol. 2, No. 1, 2022.

memiliki kecenderungan untuk menyalahkan diri sendiri⁴⁰ hal ini sejalan dengan firman Allah dalam Surat Ar-Ra'du Ayat 28:

﴿ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”

Konsep *quarter life crisis* dalam al-qur'an tidak dijelaskan secara langsung, tetapi beberapa potongan ayat menegaskan kepada manusia agar tidak cemas, takut, dan bersedih. Terdapat disurat al-baqarah ayat 277

﴿ إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾

Artinya: “Sungguh, orang-orang yang beriman, mengerjakan kebajikan, melaksanakan salat dan menunaikan zakat, mereka mendapat pahala di sisi Tuhannya. Tidak ada rasa takut pada mereka dan mereka tidak bersedih hati.”

Menurut pendapat Olson Madden, masalah *quarter life crisis* secara khusus, bahwa pada fase ini individu ingin mewujudkan keinginan, cita-cita, keinginan orang tua, membangun relasi dan menentukan karir, menjadi individu yang nyaman dan disukai, menjadi bagian dari sebuah kelompok atau suatu komunitas, memilih teman hidup, beradaptasi dengan lingkungan sosial, mengembangkan kontrol diri.⁴¹ Disebutkan dalam surah al-imran ayat

⁴⁰ J. Kucharska “Religiosity and the Concept of God Moderate the Relationship Between the Type of Trauma, Posttraumatic Cognitif and Mental Helth” Journal Of Trauma & Dissciation, 2017.

⁴¹ J. Olson Madden, *Corelates and Predictors Life Satisfaction Among 18 to 35 Years Olds : An exploration of the Quarter Life Crisis Phenomenom*, dalam *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara* ditulis oleh Muhammad Abdullah Sujudi, Skripsi Universitas Sumatera Utara, (Medan: 2020).

139 dianjurkan untuk menatap masa depan dengan iman, takwa, dan amal sholih :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : “Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.”

Media sosial bukan hal yang asing lagi saat ini, sering berselancar di media sosial ternyata banyak membawa pengaruh terhadap pola pikir individu. Akibatnya sering membandingkan diri sendiri dengan orang lain, kecanduan bermain game online tidak ingat waktu termasuk kegiatan yang tidak produktif, sering mengeluh, akan tetapi tidak segera menemukan atau mencari jalan keluar untuk menyelesaikan masalah yang dikeluhkan, menutup diri, sehingga menumbuhkan pergaulan individu semakin sempit dan sulit menemukan relasi.

2. Ciri-ciri dan Dimensi *Quarter Life Crisis*

Krisis yang terjadi pada individu usia 20-an sama sekali tidak diharapkan. Mereka juga tidak menyadari bahwa krisis yang sama juga dirasakan oleh orang lain. dari ketidaksadaran tersebut membuat krisis ini menghantam individu semakin kuat. Karena individu merasa bahwa masa transisi yang dialami lebih sulit dari pada teman-temannya.⁴² Individu yang mengalami *quarter life crisis* menunjukkan banyak ciri, seperti kebingungan dalam diri dalam melihat antara suatu realita dalam hidupnya dengan

⁴² Jennifer M. Thorpecken, *Quarter Life Crisis: The Unaddressed phenomenon* dalam *The Quarter-Life Crisis Experienced By Megan In Lynn Shelton's Laggies* ditulis oleh Atika Nur Hidayah dan Nurdien H. Kiatanto, English Department Faculty Of Humanities Diponegoro University Semarang (2016).

harapannya. Menurut Yulius Stepahn, M. dalam bukunya, Adapun ciri-ciri *quarter life crisis* adalah sebagai berikut :

1. Kekhawatiran berlebihan tentang masa depan. Pada saat usia 20-30, individu mulai mencoba berbagai cara untuk mendapatkan masa depan yang lebih baik.
2. Muncul tanda tanya tentang hidupnya. Seperti bertanya tentang kehidupan yang individu jalani sudah berada pada jalan yang tepat atau belum, hal ini menyebabkan kebingungan dan kebingungan dalam menjalani kehidupan.
3. Memiliki perbedaan pendapat dengan orang tua. Setiap individu memiliki tujuan hidup tersendiri, hal ini kemudian yang sering memicu perbedaan pendapat antara individu dan orang tua, yang pada akhirnya individu dibuat bingung harus mengikuti orang tua atau tujuan hidupnya sendiri.
4. Sering merasa gagal dan krisis motivasi. Karena krisis motivasi, individu merasa hidupnya adalah kegagalan.
5. Perasaan tertinggal dengan teman-temannya. Ada waktu dimana individu akan membandingkan dirinya dengan teman-teman sepejuangannya, individu merasa tertinggal karena melihat beberapa temannya sudah sukses sesuai minat dan bakat, sedangkan individu masih berputar pada kehidupannya saat ini. Hal ini membuat rasa ketidakpercayaan diri semakin parah.

Menurut Arnet dan Allison terdapat lima ciri yang menjadikan individu mengalami *quarter life crisis* yang muncul dari dalam (internal) atau dari luar (eksternal) individu.⁴³

⁴³ J.J. Arnett, *Emerging Adulthood: the winding road from the late teens and twenties*, dalam *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara* ditulis oleh Muhammad Abdullah Sujudi, Skripsi Universitas Sumatera Utara, (Medan: 2020).

1. *Identity eksploration*, proses eksplorasi individu dari remaja menuju ke dewasa dimulai. Pada tahap ini individu akan fokus dan serius dalam mempersiapkan dirinya untuk memasuki fase selanjutnya seperti cinta, relasi dan pekerjaan. Selain dari pada itu individu juga mulai merenungkan dan mempertanyakan banyak hal serius. Proses pencarian jati diri atau identitas diri terkadang banyak mengalami kecemasan dan kebingungan, karena identitas diri akan menyadarkan individu dari segala sesuatu yang sudah dia pilih untuk melanjutkan kehidupannya. Kondisi seperti ini membuat individu rentan mengalami quarter life crisis.
2. *Instability*, pada tahap menuju dewasa, individu akan mengalami perubahan yang konstan. Perubahan ini disebabkan oleh berbagai faktor, perubahan gaya hidup salah satu contohnya umumnya seseorang yang sudah berumur 21 dan mulai memasuki tahap pernikahan, individu akan disibukkan dengan menentukan pasangan, mengurus kehidupan rumah tangga, kehamilan, menyelesaikan sekolahnya, mencari relasi, mendapatkan pekerjaan, dll. Namun seiring berjalannya waktu, pada usia 21 tahun individu akan disibukkan dengan urusan akademik, pencarian pekerjaan, kegelisahan untuk hidup mandiri, dan lain sebagainya. Perubahan-perubahan yang terjadi secara tiba-tiba akan menuntun individu untuk selalu siap dalam berbagai keadaan yang tidak pasti akan selalu sesuai rencana.
3. *Being self focused*, pada tahap ini individu mulai belajar hidup mandiri, mulai dari membuat keputusan mandiri dan berani bertanggung jawab atasnya, sehingga individu mulai membangun suatu pondasi untuk masa dewasa. Banyak pilihan dan keputusan sulit yang harus diambil yang dimasa mendatang akan sangat berpengaruh pada masa depannya, seperti memilih perguruan tinggi, pekerjaan atau karir, mencoba kuliah dan bekerja, tetap melanjutkan kuliah atau *drop out*, Ketika sudah mulai kuliah individu akan bertanya-tanya tentang jurusan yang diambil apakah sesuai dengan keinginannya atau tidak, dan sebagainya.

4. *Filing in between*, individu berada pada tahap antara perasaan dewasa dan remaja, dimana individu harus memenuhi beberapa kriteria untuk menjadi dewasa karena individu belum dikatakan dewasa secara penuh, terkadang individu merasa buka lagi anak remaja, namun diwaktu lain dia akan merasa dirinya merasa bahwa dirinya belum dewasa, seperti bertanggung jawab dengan dirinya sendiri, mampu membuat dan memutuskan keputusannya sendiri, juga mulai mandiri secara finansial.
5. *The ag of possibilities*, fase dimana individu akan mengalami kemungkinan-kemungkinan dan kesempatan yang baik tentang pekerjaan, mandapat pasangan hidup, dan falsafah kehidupan. Tahap ini dipenuhi harapan-harapan yang luar biasa akan masa depan. Individu merasa bahwa mimpi dengan harapan yang luar biasa akan masa depannya. Individu merasa mimpi dan harapan menjadi suatu hal yang penting dalam dirinya. Pertanyaan-pertanyaan akan harapan dan mimpinya dimasa depan mulai bermunculan, apakah yang diaharapkan, direncanakan akan sesuai yang diharapkan atau tidak, hingga kekhawatiran dan kecemasan akan tidak tercapainya harapan dan mimpi itu terus bermunculan.⁴⁴

Menurut Robbins dan Wilner dalam Hestari (2020), terdapat tujuh dimensi dalam *quarter life crisis* yaitu :⁴⁵

- a. Kebimbangan dalam mengambil keputusan pilihan yang banyak dalam kehidupan mengakibatkan munculnya sebuah harapan yang membuat individu merasa bingung dan takut. Individu percaya bahwa keputusan yang diambil saat ini dapat mempengaruhi kehidupannya, sehingga individu berpikir jika pilihannya sudah tepat. Individu tidak memiliki

⁴⁴ Iffatul Azizah, *quarter life crisis dimasa pandemic pada mahasiswa akhir IAIN Ponorogo Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Angkatan 2018*, skripsi IAIN Ponorogo, 2022.

⁴⁵ Luluk Masluchah, Wardatul Mufidah, Uti Lestari, *Konsep Diri Dalam Mengadapi Quarter Life Crisis*, Idea:Jurnal Psikologi, Vol.6 No 1, 2022.

pengalaman sebelumnya, sehingga individu mengalami kebimbangan dalam mengambil keputusan yang tepat.

- b. Merasa putus asa, Adanya perasaan segala sesuatu yang dikerjakan hanya akan berakhir dengan sia-sia, mengalami kegagalan, dan tidak berarti. Hal tersebut ditambah lagi dengan teman sebaya yang sudah berhasil dalam bidang akademik maupun karir. Sedangkan dirinya tidak mendapatkan hal yang serupa, padahal memulainya Bersama-sama dan diusia yang sama. Putus asa tersebut muncul dikarenakan kurangnya dukungan terhadap diri sendiri untuk berkembang dan kurangnya jaringan yang dibangun.
- c. Penilaian diri negatif, Individu mulai menanyakan tentang kemampuan dirinya, dalam melewati permasalahan tersebut. individu mengalami kesulitan dan sering meragukan dirinya sendiri, meskipun banyak orang lain yang juga mengalami hal yang sama. Individu seringkali memandang dirinya rendah dari pada orang lain dan sering membandingkan dirinya dengan orang lain.
- d. Terjebak dalam situasi yang sulit, lingkungan sekitar yang menjadi tempat tinggal dan sebagai tempat untuk beraktivitas memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap tindakan dan perilaku yang dijalankan. Hal ini membuat individu berada pada keadaan yang sulit untuk mengambil suatu keputusan yang ada. keadaan seperti ini dapat penilaian negatif terhadap dirinya.
- e. Merasakan kecemasan, tingginya harapan yang dibuat oleh individu terhadap suatu hal yang harus dipenuhi, namun sulit untuk dilakukan. Disamping itu perkembangan umur membuat individu merasa khawatir jika semua itu tidak dapat memberikan hasil yang baik. Individu ingin dirinya terlihat sempurna dan tidak ingin dirinya merasakan kegagalan. Kekhawatiran tersebut membuat individu berpikir bahwa apapun yang dikerjakan membuat tidak nyaman karena terbayang akan sebuah kegagalan.

- f. Merasa tertekan, individu merasa permasalahan yang dihadapi semakin hari semakin berat, mengakibatkan kegiatan yang dilakukan terganggu dan tidak berjalan dengan baik. Individu memiliki keyakinan bahwa permasalahan akan datang di manapun dia berada. Individu merasa kegagalan membuat hidupnya terasa sulit.
- g. Kekhawatiran terhadap hubungan relasi. Hal ini membuat individu merasa khawatir yaitu hubungan dengan lawan jenis, hal tersebut dikarenakan adanya budaya yang sudah berkembang di Indonesia yang menyatakan seseorang pada usia di bawah 30-an sudah siap untuk menikah. Sehingga individu terus bertanya terhadap dirinya seperti sudah siapkah menikah, kapan menikah, apakah pilihannya saat ini sudah tepat. Sehingga pertanyaan tersebut membuat individu merasa khawatir terhadap keseimbangan hubungan antara keluarga, teman, pasangan, hingga karir.

3. Faktor-faktor penyebab permasalahan *Quarter Life Crisis*

Nash dan Murray (2010) mengungkapkan bahwasanya area permasalahan yang dihadapi individu yang mengalami QLC diantaranya yaitu:⁴⁶

a. Tantangan di Bidang Akademis

Individu akan mempertanyakan mengenai keadaan terokupasi untuk melanjutkan kuliah dan menganggapnya sebagai karir yang cemerlang sementara individu tersebut sudah mempunyai minat dibidang lain. menghadapi kebebasan setelah menyelesaikan kuliah menjadi masalah tersendiri bagi individu. Permasalahan ini semakin rumit Ketika tidak adanya pemenuhan akomodasi impian semasa kuliah.

b. Mimpi dan Harapan

⁴⁶ Muhammad Abdullah Sujudi, "Eksistensi Fenomena Quarter-Life Crisis pada Mahasiswa Akhir Universitas Sumatera Utara", Skripsi:Fakultas Ilmu sosial dan Ilmu politik, (Medan 2020).

Munculnya pertanyaan mengenai mimpi dan harapan yang akan dicapai dimasa depan. Dalam hal ini apa yang menjadi minat seta bagaimana cara meraih minat tersebut menjadi hal yang cukup membingungkan. Mendekati usia tertentu sedangkan belum tercapai target yang diinginkan menjadikan kecemasan tersendiri bagi individu.

c. Agama dan Spiritualitas

Pertanyaan mengenai spiritualitas mulai tergal. Seperti, *“Apakah agama yang dianut merupakan agama yang tepat?”*. Selain itu muncul juga *“Agama atau keyakinan seperti apa yang akan diajarkan pada anak-anak kelak?”*.

d. Kehidupan Pekerjaan dan Karier

Pada umumnya individu akan terperangkap pada pertanyaan untuk mengerjakan pekerjaan atau mengikuti karir sesuai dengan yang diminati, kebutuhan serta tuntunan untuk bekerja demi mendapatkan penghasilan yang besar sehingga secara finansial maupun mandiri. Pertanyaan lain yang muncul yaitu seputar stress atau tekanan kerja yang akan mengaktualisasikan diri serta adanya keraguan untuk menunjukkan potensi yang ada pada diri individu.

e. Teman, Percintaan dan Relasi dengan Keluarga

Individu mempertanyakan apakah ada pasangann yang tepat dengan dirinya serta bagaimana cara agar individu tau bahwa yang menjadi pasangannya saat ini adalah orang yang tepat. Bukan hanya individu yang menjalin hubungan. Individu yang masih lajang memiliki permasalahan yaitu keinginan untuk menjalin hubungan interpersonal. Sedangkan dalam hubungan dengan keluarga diwarnai dengan pertanyaan terkait keinginan untuk mandiri dan bebas dari orangtua. Selanjutnya untuk hubungan dengan teman menjadi pertanyaan tersendiri tentang bagaimana cara memperoleh teman sejati sekaligus figure yang dapat diandalkan dan percaya.

Pembimbing mahasiswa dari penelitian Grace Gatune Murithi mengungkapkan krisis seperempat abad banyak menjadi kalangan Universitas. Lulusan Universitas memiliki kepedulian mengenai kemandirian ekonomi sehingga kebanyakan dari mereka akan memikirkan bagaimanapun cara untuk mengembalikan pinjaman yang telah dihabiskan semasa Pendidikan. Selain itu, mereka juga memikirkan untuk membantu adik-adiknya. Di beberapa keluarga, kakak kandung diharapkan akan mengambil alih tanggung jawab perekonomian dalam keluarga. Dimana akan mendidik dan menafkahi adiknya. Hal inilah yang menjadi beban perekonomian bagi para lulusan ditengah tingginya angka pengangguran.

Hal sebesar berikutnya yaitu adanya harapan untuk menikah setelah lulus. Stigma yang ada di masyarakat membuat individu tertekan dan akan mencari pasangan secepat mungkin. Selain itu, terdapat ekspentasi dari orangtua agar anaknya menjalin kehidupan yang lebih baik daripada mereka, khususnya dari mereka yang berlatar belakang sederhana.

C. Upaya Penanganan *Quarter Life Crisis*

Menurut Nash dan Murray semua orang yang mengalami fase umur 20 tahun keatas dalam proses perkembangan ini, adakalanya mereka merasa cemas, frustasi, bingung bagaimana cara menghadapinya dan tidak siap dalam menghadapinya. Upaya yang bisa dilakukan oleh seseorang yang mengalami *quarter life crisis* adalah sebagai berikut.⁴⁷

1. Mendekatkan diri kepada sang pencipta.
2. Fokus penerimaan diri.
3. Berdamai dengan perasaan-perasaan yang muncul.
4. Berbagi perasaan dengan orang lain.

⁴⁷ R.J. Nash and M.C. Murray, *Helping Collage Student Find Purpose: The Campus Guide of Mearning Making*, dalam *Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis* ditulis oleh Afnan, Rahmi Fauzia, Meydisa Utami, Jurnal Kognisia Vol. 3 No. 1, (Februari, 2020)

5. Menjauhkan diri dari orang yang memberikan dampak-dampak negatif.
6. Melakukan hal-hal positif dengan melakukan aktivitas kegemaran atau hobi.
7. Mencari relasi untuk karir kedepannya.
8. Menemukan motivasi dan melakukan evaluasi diri.

Menurut Robins dan Wilner terdapat beberapa upaya atau strategi dalam menghadapi *quarter life crisis* yaitu:

1. Mengenal diri sendiri, proses pencarian diri dilakukan sejak individu mulai dewasa yaitu Ketika individu berada pada usia 20 tahun dan mulai memasuki dunia yang lebih sulit baginya dikarenakan individu melewatinya sendiri, dan segala hal yang mengenai kehidupannya terasa begitu rumit.
2. Mencoba melakukan terapi, tidak semua orang yang mengalami *quarter life crisis* mau berkonsultasi ke seorang ahli seperti psikolog, terapis, ataupun konselor. Hal seperti ini masih dianggap tabu oleh Sebagian orang yang sedang mengalami *quarter life crisis*. Meskipun pada nyatanya berkonsultasi dan melakukan terapi dengan orang yang kompeten membuat kita terbantu untuk lebih menguatkan diri Ketika sedang mengalami *quarter life crisis*.⁴⁸

Menurut Hasna *quarter life crisis* merupakan waktu yang tepat untuk mengevaluasi Kembali hidup yang dijalani individu dan mulai membuat keputusan yang lebih baik. Berikut ini terdapat beberapa upaya cara menghadapi *quarter life crisis* yaitu:

1. Kenali diri sendiri lebih dalam, lakukan *self-love*.
2. Sadari bahwa ini adalah fase yang normal.
3. Carilah dukungan dari lingkungan yang tepat.
4. Berhenti membandingkan diri dengan orang lain.
5. Kembangkan minat dan bakat yang dimiliki.
6. Buat perencanaan jangka pendek dan jangka Panjang.

⁴⁸ Hestari, S. Kumala, *Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Berorganisasi dan Tidak Berorganisasi*, Skripsi, Malang: Fakultas Psikologi Muhammadiyah Malang.

7. Sabar, percaya proses, dan tanggung jawab.⁴⁹

D. Bimbingan Konseling Islam

1. Pengertian Konseling Islam

Berdasarkan Literature Bahasa arab kata konseling disebut *Al-Irsyad* atau *Al-Istisyarah*, dan kata bimbingan disebut *Attaujih*. Dengan demikian, *Guidance and counselling* dialih bahasakan menjadi *At-taujih wa al-Irsyad* berarti *alhuda, ad-dalah* yang dalam Bahasa Indonesia berarti meminta nasihat atau konsultasi.⁵⁰

Menurut Anwar Sutoyo, hakikat bimbingan dan konseling islam adalah upaya untuk membantu individu dalam belajar mengembangkan *fitrah* dengan cara memberdayakan iman, akal, dan kemampuan yang dikaruniakan allah. Konseling islam adalah kegiatan yang bersifat membantu dalam memecahkan masalah. Pada hakikatnya dalam menyelesaikan permasalahannya, individu sangat memerlukan kehidupan yang sesuai dengan tuntunan allah agar mereka selamat. Tujuan melakukan bimbingan konseling islam agar dapat membantu individu dari kesulitan atau permasalahan yang dialaminya. Pada dasarnya dalam pelaksanaan bimbingan konseling islam bersandar kepada kemutlakan kuasa allah dan usaha sendiri.⁵¹

Menurut Aunur Rahim Faqih Bimbingan Islam diartikan sebagai proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.⁵² Sedangkan menurut Samsul Munir Amin Bimbingan Konseling Islami adalah suatu proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau

⁴⁹ Siti Hasna Afifah, <http://psikologi.unnes.ac.id>.

⁵⁰ Wilda Yulis, *Sikap Calon Konselor terhadap Konseling Islam*, (Skripsi STAIN Batusangkar, 2013) 25.

⁵¹ M Asasul Muttaqin, dkk, *Bimbingan Konseling bagi Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga di LRC-KJHAM Semarang*, UIN Walisongo Semarang, jurnal Sawwa-volume 11, no 2, 2016

⁵² Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Pres, 2001) 4.

fitrahj beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam al-qur'an dan hadist. Anwar Sutoyo menjelaskan bahwa Bimbingan dan Konseling Qur'ani adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau Kembali kepada fitrah, dengan cara memperdayakan iman, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT.⁵³

Sebagai makhluk yang memiliki masalah kehidupan pada masa remaja pada usia 18-29 tahun khususnya pada santri masthuriyah yang sedang menghadapi permasalahannya. Namun, karena setiap masalah tidak semua diselesaikan oleh individu sendiri, maka individu memerlukan bantuan seorang ahli yang berkompeten sesuai dengan jenis problemnya. Konseling Islam menjalin hubungan personal antara dua pihak manusia, satu pihak menyelesaikan masalah kehidupan yang dialami santri mahasiswa untuk mewujudkan Amanah ajaran islam. Dengan demikian, konseling Islam akan menjalin hubungan santri dan dua pihak santri, yaitu satu santri ingin memecahkan masalah dan satu santri membantu memecahan atau menyelesaikan masalah.⁵⁴ Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diketahui bimbingan konseling islam ialah usaha pemberian bantuan pada seseorang maupun kelompok dengan mengarahkan, menuntun, membantu agar Kembali pada jalan yang sesuai dengan ajaran agama islam dan jalan yang diridhoi allah sehingga memperoleh kebahagiaan dan ketenangan di dunia dan akhirat.

2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Menurut Anwar Sutoyo tujuan bimbingan konseling islam adalah fitarah yang dikaruniakan allah kepada individu agar bisa berkembang sehingga individu menjadi pribadi yang kaffah, dan secara bertahap dapat mengaktualisasikan apa yang diimaninya dalam kehidupan sehari-hari. Secara umum tujuan bimbingan konseling islam bertujuan untuk mencari jati diri

⁵³ Anwar Sutoyo (2013: 22)

⁵⁴ Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islam*, (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), 85.

dalam bentuk perubahan sikap dan tingkah laku serta dapat mengembangkan kemampuan untuk bertahan di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Sedangkan menurut Prayetno dan Amti tujuan bimbingan konseling adalah membantu individu untuk menjadi insan yang berguna dalam kehidupannya yang memiliki wawasan, pilihan, pandangan, interpretasi, penyesuaian, dan keterampilan yang sesuai dengan diri sendiri dan lingkungannya.⁵⁵

Bimbingan dan Konseling memiliki sejumlah tujuan. Menurut Shertzer dan Stone, tujuan bimbingan dan konseling adalah mengupayakan perubahan perilaku pada diri klien sehingga memungkinkan hidupnya menjadi lebih produktif dan memuaskan. Menurut Kartadinata tujuan bimbingan konseling adalah:⁵⁶

- a. Memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan yang maha Esa, baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, pergaulan dengan santri, teman kuliah, maupun pada kehidupan masyarakat pada umumnya.
- b. Memiliki sikap toleran terhadap umat beragama lain dengan saling menghormati dan memelihara hak dan kewajiban masing-masing.
- c. Memiliki pemahaman tentang situasi kehidupan yang saling bergantian antara yang menyenangkan dengan yang tidak menyenangkan serta mampu meresponnya secara positif sesuai dengan ajaran agama yang di anut.
- d. Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif baik yang terkait dengan keunggulan maupun kelemahan.
- e. Memiliki sikap positif atau respek terhadap diri sendiri dan orang lain serta tidak melecehkan martabat atau harga diri sendiri dan orang lain.

⁵⁵ Hidayatul Khasanah, dkk, *Metode Bimbingan dan Konseling Islam Dalam Menanamkan Kedisiplinan Sholat Dhuha Pada Anak HIperaktif di MI Nurul Islam Ngaliyan*, Jurnal Ilmu Dakwah, vol. 36, no. 1, 2016 ISSN 1693-8054

⁵⁶ M. Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: Budi Utama, 2019) hal.7.

- f. Memiliki kemampuan untuk memilih secara sehat.
 - g. Memiliki rasa tanggung jawab yang diwujudkan dalam bentuk komitmen terhadap tugas dan kewajibannya.
 - h. Memiliki kemampuan berinteraksi sosial yang diwujudkan dalam bentuk hubungan persahabatan, persaudaraan, dan silaturahmi dengan sesama manusia.
 - i. Memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik baik masalah internal maupun masalah dengan orang lain.
 - j. Memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara efektif.
3. Fungsi Bimbingan dan Konseling

Menurut Gibson, Mitchell fungsi dan tujuan konseling adalah : 1) perkembangan, klien dibantu dalam meningkatkan potensinya mengantisipasi pertumbuhan dan perkembangan dirinya secara sosial, personal, emosi, kognitif, kesejahteraan fisik dan lain lain. 2) preventif, konselor membantu klien menghindari sejumlah hasil yang diinginkan. 3) peningkatan, apabila klien memiliki banyak ketrampilan dan kemampuan khusus, berarti mereka dapat berkembang dan mengenali diri sendiri lewat bantuan konselor. 4) perbaikan, membantu klien mengatasi perkembangan yang tidak diinginkan. 5) penyelidikan, mencerminkan tujuan-tujuan yang tepat untuk pengetesan, keahlian, dan mencoba aktifitas, lingkungan, dan lain-lain. 6) penguatan, klien memerlukan bantuan untuk mengenali apa yang sedang dikerjakan, pikiran. 7) kognitif, mencapai pondasi dasar pembelajaran. 8) fisiologis, mencapai pondasi dasar pemahaman serta kebiasaan untuk kesehatan yang baik. 9) Psikologis, membantu pengembangan interaksi sosial yang baik, control emosi dalam belajar, serta pengembangan konsep diri yang positif.⁵⁷

Bimbingan dan Konseling memiliki sejumlah fungsi. Menurut Depdiknas, fungsi bimbingan dan Konseling adalah:⁵⁸

⁵⁷ Maryatul Kibtiyah, *Pendekatan Bimbingan dan Konseling Bagi Korban Pengguna Narkoba*, Jurnal Ilmu Dakwah, vol. 35, no.1, 2015, ISSN 1693-8054

⁵⁸ *Ibid* 10-14

a. Fungsi pemahaman

Membantu santri agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya. Berdasarkan pemahaman ini santri diharapkan mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal serta menyesuaikan dirinya dengan lingkungan secara dinamis.

b. Fungsi Fasilitasi

Membantu santri dalam mencapai perkembangan yang optimal, serasi, selaras dan seimbang seluruh aspek dalam diri santri.

c. Fungsi Penyaluran

Membantu santri memilih kegiatan ekstrakurikuler dan memantapkan minat, bakat, dan kepribadian lainnya.

d. Fungsi Pencegahan

Konselor memberikan bimbingan kepada santri tentang cara menghindarkan diri dari perbuatan atau kegiatan yang membahayakan dirinya.

e. Fungsi Perbaikan

Membantu santri agar dapat memperbaiki kekeliruan dalam berfikir, berperasaan dan bertindak. Konselor melakukan intervensi (memberikan perlakuan) terhadap santri supaya memiliki pola berpikir yang sehat, rasional dan memiliki perasaan yang tepay sehingga dapat mengantarkan mereka kepada Tindakan yang produktif.

f. Fungsi penyembuhan

Konselor memberikan upaya bantuan kepada santri yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karier.

g. Fungsi pemeliharaan

Membantu santri supaya dapat menjaga diri serta mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya. Fungsi ini memfasilitasi santri agar terhindar dari kondisi-kondisi yang akan menyebabkan penurunan produktivitas diri.

h. Fungsi pengembangan

Konselor menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, yang memfasilitasi santri.

4. Prinsip Bimbingan dan Konseling Islam

Prinsip adalah dasar atau landasan praktis yang harus diikuti dalam pelaksanaan bimbingan, Adapun prinsip-prinsip dasar bimbingan yaitu:

- a. Bimbingan berdasar atas kesadaran akan kemudia dan nilai batiniah seseorang.
- b. Bimbingan memikul tanggung jawab yang sama beratnya, baik terhadap perseorangan maupun terhadap masyarakat.
- c. Bimbingan berorientasi kooperatif bukan memberi kewajiban. Oleh karena itu bimbingan bersifat monitorial dan tidak memberi tempat bagi paksaan.
- d. Bimbingan hendaknya dibebankan kepada mereka yang memiliki panggilan secara alamiah terhadap tugas itu dan memiliki panggilan secara alamiah terhadap tugas itu dan memiliki latar belakang Pendidikan serta pengalaman yang diperlukan.⁵⁹ Dengan pengalaman dari pembimbing yang baik, dapat memberikan motivasi bagi klien untuk terus mengikuti arahnya dalam kehidupan sehari-hari.

Prinsip-prinsip yang bersifat umum, yaitu:

- a. Bimbingan itu berhubungan dengan sikap dan tingkah laku individu, perlulah diingat bahwa sikap dan tingkah laku itu berbentuk dari segala aspek kepribadian yang unik.
- b. Perlu dikenal dan dipahami perbedaan individual daripada individu-individu yang akan dibimbing ialah untuk memberikan bimbingan yang tepat sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh individu yang dibimbing.

⁵⁹ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling*, 32.

- c. Bimbingan adalah proses membantu dirinya sendiri dalam memecahkan masalah yang dihadapinya.
- d. Bimbingan hendaknya berpusat pada diri individu yang mendapat bimbingan.
- e. Bimbingan harus dimulai dengan identifikasi kebutuhan-kebutuhan yang dirasakan oleh individu yang akan dibimbing.
- f. Bimbingan harus fleksibel sesuai dengan kebutuhan individu dan masyarakat.
- g. Pelaksanaan program bimbingan harus dipimpin oleh seorang yang memiliki keahlian dalam bidang bimbingan dan sanggup bekerjasama dengan para pembantunya.⁶⁰

Prinsip-prinsip yang khusus mengenai bimbingan, yaitu:

- a. Pelayanan bimbingan harus dilaksanakan secara kontinyu.
- b. Pelayanan bimbingan harus dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan individu yang bersangkutan secara serba ragam dan serba luas.
- c. Keputusan terakhir dalam proses bimbingan ditentukan oleh individu yang dibimbing.
- d. Individu yang mendapat bimbingan harus berangsur-angsur dapat membimbing dirinya sendiri.⁶¹

E. Relevansi BKI dan Upaya Penanganan *quarter life crisis*

Di zaman sekarang terdapat suatu fenomena yang sering kali dialami oleh individu paruh baya atau dewasa awal dimana mereka akan mulai merasakan putus asa atas sesuatu yang ditandai dengan ketidak berdayaan, ketidaktahuan, keraguan, ketakutan akan pilihan-pilihan yang beragam dalam hidup mereka masing-masing. Fenomena ini disebut dengan permasalahan kebingungan untuk melangkah ke depan atau permasalahan *quarter life crisis*. Seorang individu yang mengalami *quarter life crisis* biasanya cenderung mengategorikan dirinya ke arah perubahan dalam hidup guna mencapai masa depan yang diharapkan.

⁶⁰ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling*, 38.

⁶¹ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling*, 40-42.

Kemudian menurut ahli yakni Robinson, bahwasanya terdapat 4 fase dalam permasalahan quarter life crisis yang menimpa individu baik usia muda ataupun yang sudah dewasa dan lansia, antara lain yaitu :⁶²

1. Adanya perasaan terjebak dalam situasi, seperti pekerjaan, dan hubungan.
2. Munculnya pikiran untuk mengubah keadaan.
3. Membangun pondasi baru, sehingga individu dapat mengendalikan arah tujuan hidupnya.
4. Menjalani kehidupan baru yang lebih fokus dengan minat dan nilai-nilai yang dipercaya oleh individu itu sendiri.

Ketika ditarik di dalam dunia sekolah ataupun perkuliahan, kita tidak menjumpai banyak pilihan, peserta didik hanya bertugas untuk belajar mengikuti berbagai peraturan yang ada. Hal ini akan sangat berbeda ketika individu bukan lagi menjadi peserta didik (lulus). Mereka harus mampu secara mandiri untuk menentukan pilihan hidupnya untuk mencapai masa depan yang diharapkan.⁶³ Jika permasalahan tersebut diatas tidak mampu ditangani dengan baik, maka akan mengakibatkan krisis emosional, oleh Robins dan Wilner (2001) disebut sebagai kondisi *quarter life crisis* atau krisis emosional di usia seperempat kehidupan yang meliputi perasaan takut untuk menghadapi kehidupan masa depan yang terkait karir, pendidikan, serta relasi dan kehidupan sosial.

Quarter life crisis juga sering diartikan sebagai respon terhadap kondisi tidak stabil yang memuncak, perubahan yang konstan, dan banyaknya pilihan yang muncul pada individu di rentang usia 18 hingga 25 tahun, yang ditandai dengan karakteristik emosi seperti frustrasi, panik, khawatir, tidak tahu arah, kecenderungan yang mengarah kepada hal negative seperti depresi, kegelisahan,

⁶² Alexandra Robbins and Abby Wilner, *Quarterlife Crisis : the Unique Challenges of Life in Your Twenties*, dalam dalam *The Quarter-Life Crisis Experienced By Megan In Lynn Shelton's Laggies* ditulis oleh Atika Nur Hidayah dan Nurdien H. Kiatanto, English Department Faculty Of Humanities Diponegoro University Semarang (2016).

⁶³ Alexandra Robbins and Abby Wilner, *Quarterlife Crisis : the Unique Challenges of Life in Your Twenties*, dalam *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara* ditulis oleh Muhammad Abdullah Sujudi, Skripsi Universitas Sumatera Utara, (Medan: 2020).

kekecewaan, kesepian, hidupnya tidak maju (putus asa), serta tidak menyukai kehidupannya dan gangguan psikis lainnya. Ternyata, tidak sedikit masalah yang muncul pada usia remaja sampai dewasa awal, mulai dari permasalahan yang ringan hingga permasalahan yang bisa menyebabkan ketegangan emosional dalam diri individu yang mengalaminya.⁶⁴

Menurut Alifandi (2016) keadaan disaat peralihan akademisi yang kerap kali dialami oleh seorang mahasiswa yang akan menuju ke dunia pekerjaan biasanya menimbulkan luka dan ketidakstabilan emosi sehingga banyak mahasiswa tingkat akhir mengalami krisis emosional yang cukup tinggi.⁶⁵ Krisis seperempat abad kehidupan ini merupakan bentuk dari perasaan khawatir atas ketidakpastian kehidupan dimasa depan, harapan, kebingungan pencapaian karier, ketakutan menjalin sebuah hubungan dan finansial dimasa depan yang kemudian menyebabkan respon stress, cemas, bahkan dapat menyebabkan depresi pada individu dewasa awal yang sekitar berusia 20an tahun.⁶⁶

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwasanya, salah satu hal yang positif dan sangat baik untuk dilakukan yakni seseorang itu diajak untuk kembali pada agama adalah cara ampuh yang dapat dimanfaatkan oleh individu guna untuk mengurangi stress sekaligus memperoleh rasa damai, nyaman, serta berbagai pengalaman tertentu dalam dirinya. Tidak hanya itu, agama juga dapat memberikan sudut pandang yang bisa dimanfaatkan oleh individu untuk mengurasi stress yang dirasakan ketika sedang dalam masa quarter life crisis. Terkait penanganan depresi sendiri menurut Smith, McCullough, dan Poll Dalam Ramadhani Lucky Al Kahfi & Dr. Hamidah (2017) bahwa religiusitas itu mampu memberikan dampak buffer sekaligus menjadi

⁶⁴ J.J. Arnett, *Emerging Adulthood, A Theory of Development From the Late Teens Through the Twenties*, dalam *Quarter Life Crisis : Choose The Right Path, What Should I Do Next* ditulis oleh Rika Vira Swagery dan Emma Yuniarramah, To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat, Vol.4 No 3 (2021).

⁶⁵ Yanuar Alifandi, Skripsi, "*Kelelahan Emosi (Emotional Exhaustion) Pada Mahasiswa Yang Bekerja Paruh Waktu*" (Semarang: UNNES, 2016)

⁶⁶ Allison, "*Halfway Between Somewhere And Nothing: An Exploration Between Quarter-Life Crisis And Life Satisfaction Among Graduate Student*" Op.cit h. 15

faktor protektif yang berguna memperbaiki ketika merasakan ketidakstabilan saat berada pada masa *quarter life crisis*.⁶⁷

Ada beberapa upaya lainnya yang dapat dilakukan oleh seseorang yang sedang mengalami permasalahan mengenai *quarter life crisis* di dalam dirinya, upaya tersebut diantaranya adalah sebagai berikut:⁶⁸

1. Mendekatkan diri kepada sang pencipta.
2. Fokus penerimaan diri.
3. Berdamai dengan perasaan-perasaan yang muncul.
4. Berbagi perasaan dengan orang lain.
5. Menjauhkan diri dari orang yang memberikan dampak-dampak negatif.
6. Melakukan hal-hal positif dengan melakukan aktivitas kegemaran atau hobi.
7. Mencari relasi untuk karir kedepannya.
8. Menemukan motivasi dan melakukan evaluasi.

Berdasarkan dari beberapa penjelasan tindakan upaya preventif sejatinya merupakan sebuah pencegahan yang dilakukan oleh individu baik secara pribadi maupun kelompok dalam menghadapi masalah *quarter life crisis*. Sedangkan pengertian dari upaya preventif dalam penjelasan lain adalah sebuah tindakan pencegahan yang dimaksudkan untuk membantu mencegah mengenai permasalahan *quarter life crisis*. Upaya preventif sendiri merupakan suatu pencegahan yang dilakukan secara bersama-sama dengan kelompok yakni antara pengasuh, pengurus serta dengan para santri sebaya di Pondok Pesantren Al-Masthuriyah yang bersama-sama melakukan kegiatan bimbingan untuk mencegah terjadinya permasalahan lebih besar yang ada di dalam individu santri yang memiliki permasalahan mengenai *quarter life crisis* baik dalam menghadapi semester akhir dalam perkuliahan ataupun memikirkan kehidupan setelah dia

⁶⁷ Ramadhani Lucky Al Kahfi & Dr. Hamidah, "Hubungan Antara Centrality Of Religiosity Dan Depresi Pada Emerging Adult", Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Tahun 2017, Vol. 6, 19-28

⁶⁸ Nash & Murray, *Helping College Student Find Purpose (The Campus Guide Of Meaning making)*, dalam *Hubungan Quarter Life Crisis Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir* ditulis oleh Ali Sya'ban M Habu, Skripsi UIN Walisongo Semarang (2020).

kuliah nantinya, serta dari dilaksanakannya bimbingan tersebut, bertujuan untuk menjadi lebih menjadi sosok pribadi yang dewasa serta seseorang yang bias sejati.⁶⁹

⁶⁹ Singih D. Gunarso, *psikologi Perkembangan*. PT Gramedia, Jakarta. 1988.

BAB III

GAMBARAN UMUM OBJEK

A. Profil Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang

1. Biografi Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang

Pada awal sebelum didiraknnya pondok pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah ini, pengasuh sudah merintis pondok yang terletak dibelakang rumah beliau di desa Klampisan Ngaliyan Semarang dengan jumlah 5 kamar yang mana kamar tersebut ditempati untuk mahasiswa UIN Walisongo yang turut mengaji serta membantu proses belajar mengajar di TPQ desa Klampisan. Kemudian pada saat itu terdapat pergusuran beberapa daerah yang dikarenakan adanya proyek pembuatan tol, dan kebetulan rumah beliau menjadi salah satu daerah yang terkena proyek pembuatan jalan tol. Akhirnya mau dan tidak mau beliau harus pindah dari daerah tersebut.

Pada waktu itu mertua beliau yang Bernama Mbah Masthuriyah mewakafkan tanahnya yang terletak di daerah Ringinsari Ngaliyan Semarang, awalnya sebelum dijadikan sebuah pondok, tanah tersebut masih berupa kebun yang belum terawat. Pada saat itu pengasuh dengan ibu mertua dan segenap keluarganya berdiskusi mengenai tanah wakafnya untuk dimanfaatkan sebagai pembangunan pondok pesantren. Dan dari diskusi ini perjalanan cita-cita pengasuh dan segenap keluarganya untuk mendirikan pondok pesantren dapat tercapai. Tentunya dengan adanya bantuan tanah wakaf dan dana pergantian tol tersebut maka pondok pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah dapat berdiri dengan secara bertahap hingga selesai dan resmi menjadi pondok pesantren.

Sejarah penamaan pondok pesantren AlQir'an Al-Masthuriyah berawal dari pengalaman pribadi pengasuh. Pada masa beliau masih menjadi santri, beliau pernah mencari ilmu di Sukabumi untuk mengkhhatamkan Al-Qur'an, ketika abah yai beliau wafat, beliau melanjutkan menghafal dan tabarukkan Al-Qur'an di Pandeglang Banten. Pada saat ditengah perjalanan, beliau

sempat kehabisan dana dan berkunjung di daerah Sukabumi. Sebelum sampai di Pelabuhan Ratu, beliau masih dalam keadaan jalan kaki kemudian diarahkan oleh seseorang bahwasanya terdapat Yayasan pondok pesantren yang bernama Al-Masthuriyah, kemudian saat itu beliau mendatangi dan bertempat tinggal di Yayasan tersebut. Kebetulan ibu mertua beliau yang telah mewakafkan tanahnya bernama Mbah Masthuriyah, maka beliau teringat dan terinspirasi bahwasanya dulu beliau pernah ikut nyantri di pondok Yayasan pondok pesantren Masthuriyah yang tertelat di Pandeglang Banten.

Pondok pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah berdiri pada tahun 2018 yang awalnya hanya memiliki beberapa santri kemudian pada tahun 2019 sampai sekarang, saat ini, pondok pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah masih berjalan dengan baik dan bagus, hingga saat ini terdapat 2 lantai yang terdiri dari 14 kamar dan ditambah jumlah santri yang cukup banyak dan berbagai kegiatan-kegiatan yang mulai aktif dilaksanakan.⁷⁰

2. Visi dan Misi Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang

a. Visi

Membentuk pribadi *qur'ani*, berprestasi, berakhlakul karimah, bersosial tinggi, serta berkhidmah kepada agama, nusa bangsa dan bernilai aswaja (*Ahli Sunah Waljamaah*).

b. Misi

1. Menyelenggarakan program kegiatan berbasis pembelajaran Al-Qur'an.
2. Mempersiapkan generasi Qur'ani yang memiliki pemahaman mendalam tentang Al-Qur'an dan mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.
3. Membangun kepribadian santri dengan menanamkan dasar Aqidah, kesadaran kepribadian dan bersosial tinggi.

⁷⁰. Wawancara dengan KH Zainal Arifin, Pengasuh Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang pada hari ahad, 14 mei 2023.

4. Menumbuhkan sifat toleransi jiwa ukhuwah serta tanggungjawab dan semangat kemandirian.
5. Menyiapkan kader santri yang ikhlas, terampil, dan memiliki *ghiroh* Islamiyah berdasarkan aswaja, memiliki etos juang yang tinggi, serta mampu berperan aktif sebagai perekat umat dengan semangat cinta tanah air dan almamater.⁷¹

3. Tata Tertib Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah

- a. Memegang tegus ikrar santri.
- b. Wajib berada di pondok mulai pukul 17.00-06.30 (kecuali ada izin).
- c. Wajib mengikuti sholat jamaah, pengajian kitab dan seluruh kegiatan pondok yang telah ditetapkan.
- d. Membayar administrasi pondok tepat waktu.
- e. Wajib menutup aurat di lingkungan pondok.
- f. Wajib menaati aturan yang sudah ditetapkan oleh pengurus dan disahkan oleh pengasuh.
- g. Dilarang membawa hp pada saat kegiatan pondok.
- h. Dilarang menerima tamu lawan jenis di lingkungan pondok kecuali mahrom.
- i. Dilarang merokok di area pondok.
- j. Dilarang memanfaatkan kepentingan umum untuk kepentingan pribadi.
- k. Perizinan pulang harus sepengetahuan pengurus atau pengasuh.
- l. Wajib lapor pengurus apabila santri ada jam kuliah malam.
- m. Apabila ada kegiatan organisasi harus izin kepada pengurus disertai surat izin resmi dari organisasi.
- n. Diperbolehkan membawa teman menginap dengan seijin pengurus.⁷²

⁷¹. Wawancara dengan pengurus pondok pada hari senin, 15 mei 2023.

⁷². Berdasarkan hasil dokumentasi di pondok pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah

4. Struktur Kepengurusan Pondok Pesantren Al-qur'an Al-Masthuriyah Semarang.

Pengasuh Pondok Pesantren	: Kyai Zainal Arifin, S.H.I, M.Ag, AH
Ketua Pondok	: Ali As'ad
Sekretaris	: Mochammad Rofiuddin
Bendahara	: Muhammad Ashar Fuadi
Departemen Pendidikan	: Muhammad Ulil Albab Muhammad Zidni Nur Hakim
Departemen Keamanan	: Tusiran Syukur Mustara
Departemen Koperasi	: Muhyiddin Nur Yulianto
Departemen Kebersihan dan Perlengkapan	: Mochammad Nur Irfan Ibnu Nurohman
Departemen Media dan Publikasi	: Rafi'ud Drajat Zaenuddin

5. Rutinitas dan Program Kegiatan Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah

a. Santri penghafal Al-Qur'an (program Tahfidz)

Menghafalkan atau murojaah Al-Qur'an menjadi rutinitas bagi mahasantri pondok pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah. Dalam kegiatan sehari-hari, setiap mahasantri yang sedang berproses dalam menghafalkan Al-Qur'an tentunya memiliki jadwal pribadi khususnya dalam murja'ah atau mengulang hafalan hingga menambah hafalan. Karena santri yang berada di pondok merupakan santri yang menempuh jenjang Pendidikan tinggi yang tentunya padat akan jadwal kegiatan dan harus telaten dalam mengatur waktu antara kegiatan kampus dan kegiatan pesantren. Belum lagi mahasantri yang aktif organisasi baik itu didalam maupun diluar kampus.

b. Santri bukan penghafal Al-qur'an (program kitab kuning)

Mahasantri yang tidak mengikuti program hafalan Al-Qur'an juga sama-sama mempunyai kewajiban serupa dengan mahasantri penghafal Al-Qur'an. Bedanya, jika mahasantri penghafal wajib setiap harinya untuk menyetorkan hafalan atau murajaahnya sesuai dengan kemampuannya dengan cara *bil-hifdzi* setoran langsung kepada pengasuh, sedangkan mahasantri yang mengikuyi program ini juga sama-sama berkewajiban untuk setoran Al-Qur'an tetapi dengan cara *bol-nadhior* yang disetorkan langsung kepada pengasuh atau kepada asatidz yang ditugaskan oleh pengasuh.

c. Kajian kitab kuning dan kegiatan lainnya.

1. Tafsir jalalain dan simaan al-quran

Tafsir jalalain merupakan salah satu kitab tafsir al-quran yang cukup populer yang disusun oleh Jalaludin Al-Mahali dan Jalaludin As-Suyuti. Ngaji ini merupakan salah satu kegiatan wajib yang diikuti oleh semua mahasantri Al-Qur'an Al-Masthuriyah baik itu mahasantri penghafal maupun yang tidak menghafal. Kajian ini dilaksanakan pada hari Kamis, Jum'at, dan sabtu, setelah jamaah subuh hingga waktu 06.00 WIB yang langsung diampu oleh pengasuh. Setelah ngaji tafsir jalalain langsung dilanjut dengan simaan Al-Qur'an.

Simaan Al-Qur'an merupakan salah satu kegiatan membaca dan mendengarkan Al-Qur'an dengan berjamaah atau Bersama-sama. Simaan Al-Qur'an dilaksanakan setiap hari setelah pengajian tafsir jalalain yang wajib diikuti oleh seluruh mahasantri dan langsung disimak langsung oleh pengasuh.

2. Fathul Qorib dan Risalah ahlus Sunnah wa Al-Jamaah

Di pondok pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah, semua mahasantri wajib mengikuti kedua kajian ini. Kajian kedua kitab ini dilaksanakan pada hari senin setelah jamaah isya hingga pukul 21.00

WIB. Untuk kegiatan ini, jadwalnya dibagi setiap dua minggu satu kali pertemuan, untuk minggu ganjil jadwal *Fathul Qorib* yang diampu oleh Kyai Muhammad S.ag dan minggu genapnya adalah jadwal kitab *Risalah Ahlus Sunnah wa Al-Jamaah* yang diampu oleh K.H Sa'dullah.

3. Nasha'ihul Ibad

Kitab ini berisikan beberapa kumpulan nasihat bagi para hamba. Kitab ini juga merupakan salah satu kegiatan kajian kitab yang wajib diikuti oleh semua mahasantri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah. Pengajian ini dilaksanakan pada Selasa setelah jamaah sholat isya hingga pukul 21.00 WIB yang diampu oleh K. Dr. safroddin, M. Ag.

4. Amsilati

Kitab ini menjelaskan mengenai metode praktis untuk mendalami Al-Qur'an dan membaca kitab kuning bagi pemula. Di pondok pesantren, kitab ini menjadi salah satu kegiatan wajib bagi semua mahasantri. Pengajian ini dilaksanakan pada hari Rabu setelah jamaah isya hingga pukul 21.00 WIB yang langsung diampu oleh pengasuh yakni KH. Zainal Arifin, S.H.I, M, Ag.

5. Maulid Nabi

Maulid nabi merupakan salah satu kegiatan peringatan hari kelahiran nabi Muhammad SAW. pada umumnya peringatan hari kelahiran nabi dilaksanakan pada Rabi'ul awal. Tetapi jika di pondok pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah sudah menjadi kegiatan rutin yang wajib dihadiri oleh mahasantri dan dilaksanakan pada hari Kamis malam setelah jamaah sholat isya. Untuk kitab maulid yang digunakan dalam pondok yakni kitab *dziba, simtutdluror dan berzanji*. Kegiatan ini dilakukan hanya sekadar memperingati hari kelahiran nabi Muhammad SAW.

6. Pembacaan Yasin, Tahlil, Al-Mulk dan Al-Kahfi

Kegiatan rutin ini dilaksanakan oleh semua mahasantri pondok pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah, yakni pembacaan Yasin, Thalil, Al-Mulk, dan Al-Kahfi. Kegiatan ini dilakukan setiap hari kamis malam ba'da sholat maghrib yang langsung dipimpin oleh pengasuh pondok yakni KH. Zainal Arifin, S.H.I, M, Ag.

7. Manaqib

Manaqib berasal dari bahasa arab yang memiliki arti "biografi". Biografi disini adalah riwayat hidup orang-orang besar (waliyullah). Tujuan dari pembacaan manaqib ini adalah salah satu kegiatan untuk mengenang hikayat seorang wali pada semasa hidupnya hingga karomah yang dimilikinya. Pembacaan manaqib ini bertujuan agar kita dapat mengetahui kesalehan dan kebaikannya terlebih lagi bisa meniru kebaikannya. Banyak macam dari manaqib ini, tetapi manaqib yang dibaca di pondok Al-Qur'an Al-Masthuriyah ini adalah manaqib Syekh Abdul Qodir al-Jailani yang mana wajib dihadiri oleh semua mahasantri. Pembacaan manaqib ini dilaksanakan setiap tanggal 11 bulan Hijriah yang dipimpin langsung oleh pengasuh jika tidak berhalangan.

8. Tilawah

Tilawah merupakan suatu proses belajar dan mengajar antara murid dan guru untuk mencapai tujuan berupa membaca al-quran dengan lagu-lagu tilawatil quran yang baik dan indah. Tilawah ini merupakan kegiatan ekstrakurikuler di pondok Al-Qur'an Al-Masthuriyah yang diikuti oleh mahasantri yang minat mengikutinya, tidak diwajibkan untuk semua mahasantri. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jum'at setelah jamaah sholat Isya hingga pukul 21.00 WIB yang diampu oleh K. Munawwir.

9. Tajwid

Ilmu tajwid merupakan salah satu ilmu yang mempelajari cara membaca Al-Qur'an dengan baik dan benar, tujuannya adalah agar makna di dalamnya menjadi sempurna saat dilantunkan. Kegiatan belajar tajwid ini wajib diikuti oleh seluruh mahasantri di pondok Al-Qur'an Al-Masthuriyah. Karena dengan belajar tajwid ini dapat menjadi bekal bagi mahasantri khususnya ketika dibarengi dengan berproses mempelajari ilmu Al-Qur'an. Kegiatan belajar tajwid ini dilaksanakan pada hari Ahad ba'da jamaah sholat Subuh yang diampu langsung oleh KH. Zainal Arifin, S.H.I, M, Ag.

10. Khitobah

Khitobah merupakan sebuah pidato/ceramah yang ditujukan kepada jamaah yang disampaikan oleh seorang mubaligh yang mana penyampaiannya berisi mengenai ajaranajaran Islam melalui media lisan baik itu penyampaiannya berupa ibadah yang sifatnya mahdhoh maupun yang tidak terkait dengan ibadah mahdhoh. Di pondok Al-Qur'an Al-Masthuriyah, kegiatan ini merupakan kegiatan rutinan yang wajib diikuti oleh seluruh mahasantri yang mendapatkan jadwal bertugas. Untuk jadwal penugasan khitobah, langsung dari pengurus yang membuat jadwalnya yakni pengurus membagi petugas dari per kamar. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Ahad setelah jamaah sholat Isya. Untuk tugasnya, biasanya setiap pertemuan dipilih dua petugas dari perwakilan kamar.

Tabel 1. Jadwal Kegiatan Harian

Hari	Subuh	Maghrib	Isya'
Ahad	Tajwid	Bilhifdzi/Binadzor	khitobah
Senin	Tafsir Jalalain	Bilhifdzi/Binadzor	Fathul Qarib/Ahlus sunnah wa Al-Jamaah

Selasa	Tafsir Jalalain	Bilhifdzi/Binadzor	Nasha'ihul Ibad
Rabu	Tafsir jalalain	Bilhifdzi/Binadzhor	Amsilati
Kamis	Tafsir Jalalain	Yasin, Tahlil, Al- Mulk, dan Al-Kahfi	Dziba'an/ Simtutdluror/Berzanji
Jum'at	Tafsir Jalalain	Bilhifdzi/Binadzhor	Tilawah
Sabtu	Tafsir Jalalain dan simaan Al- Qur'an	Bilhifdzi/Binadzhor	

Tabel 2. Jadwal Kegiatan Ba'da Isya

Hari	Kegiatan	Asatidz	Petugas
Ahad	Khitobah	-	Semua tugas masing-masing
Senin	Fathul Qarib/Ahlus sunnah wa Al- Jama'ah	Kyai Muhammad S.Ag K.H sa'dullah	Semua santri
			Semua santri
Selasa	Nasha'ihul Ibad	Kyai Dr. Safrodin, M. Ag	Semua santri
Rabu	Amsilati	Kyai Zainal Arifin	Semua santri
Kamis	Maulid Nabi	-	Semua santri
Jum'at	Tilawah	Kyai Munawwir	Semua santri
Sabtu	-	-	Semua santri

B. Kondisi *Quarter Life Crisis* pada Mahasantri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana yang di paparkan pada bab sebelumnya, terkait kondisi *quarter life crisis* dan upaya penanganannya saat sebelum mengikuti kegiatan *quarter life crisis* dan upaya penanganannya di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah. Berikut ini hasil dari wawancara dan observasi kegiatan *quarter life crisis* dan upaya penanganannya baik di dalam kegiatan maupun diluar kegiatan :

1. Merasakan Kecemasan berlebihan

Bermula dari banyaknya permasalahan hidup yang dialaminya, banyak para mahasantri yang mengalami kecemasan dan merasa dirinya tidak bisa apa-apa dalam menghadapi permasalahan hidupnya. Melalui kegiatan bimbingan konseling di Pondok Pesantren para mahasantri dapat memecahkan masalah yang dialaminya, sebagaimana perkataan Muhammad Achrizal seorang mahasantri Al-Qur'an Al-Masthuriyah dalam wawancaranya :

“aku dulunya memiliki banyak sekali masalah dan tidak tahu cara menghadapi masalahnya, terkadang saya merasa stress ringan dalam permasalahannya. Setelah mendapatkan bimbingan dan dukungan dari pengurus dan teman-teman saya, saya merasakan bahwa permasalahan itu mudah diatasi dan kehidupan saya merasa lebih tenang”.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, efek dari bimbingan konseling sendiri tidak hanya permasalahan saja yang merasa ringan, dalam menjalani hidup juga terasa lebih nyaman dan tenang. Hal ini menjadikan motivasi tersendiri dalam memecahkan permasalahannya. Selaras dengan hal tersebut menurut Ameliya Rahmawati Putri, bahwa periode kritis yang dialami pada rentang usia 18 sampai 29 tahun keadaan dimana seseorang mengalami kegelisahan dan kecemasan karena mempertanyakan arah dan tujuan hidup. Mahasantri yang merasakan kecemasan yang berlebihan biasanya memiliki harapan yang tinggi, akan tetapi sulit untuk dilakukan.

Maka hal itu mahasiswa ingin dirinya terlihat sempurna dan tidak ingin dirinya merasakan kegagalan.

Berdasarkan paparan data diatas dapat disimpulkan bahwa memiliki harapan yang tinggi dan merasa dirinya tidak bisa menggapainya para mahasiswa memiliki keterbatasan dalam memerangi permasalahan yang dialaminya, namun di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang para mahasiswa bisa melakukan konsultasi kepada teman sebayanya maupun dengan pengurus agar permasalahan yang dihadapi mahasiswa dapat terselesaikan dengan mudah.

2. Perasaan Tertinggal dengan Temannya

Kondisi mahasiswa setelah memasuki dunia perkuliahan memiliki perasaan kegagalan dalam mengembangkan bakat dan permasalahan kehidupan perkuliahan dalam hal mengerjakan tugas. Dalam hal inilah mahasiswa menginginkan bimbingan untuk menyelesaikan keresahannya. Sebagaimana pengakuan Fajri Zain dalam wawancaranya:

“saya merasa sangat tertinggal dengan teman-teman saya terutama dalam hal tugas akhir (skripsi), terkadang saya merasa malu dengan diri sendiri karena banyak teman-teman saya yang sudah lulus, kerja bahkan ada juga yang mau ujian tugas akhir. Tetapi dengan adanya bimbingan dengan dosen ataupun dengan teman. Beban saya dalam tugas akhir merasa ringan.”⁷³

Dapat diketahui bahwa melalui hasil wawancara di atas bahwa ketika seseorang melakukan bimbingan untuk menyelesaikan masalah dapat menjadikan bebannya menjadi ringan. Dengan adanya bimbingan yang berkelanjutan para mahasiswa dapat meringankan masalahnya dan dalam menjadi hidup pun merasa lega. Meskipun hal ini membutuhkan konsisten dan proses yang Panjang.

Perspektif Bimo Walgito menyatakan bahwa Bimbingan Konseling adalah sebuah kegiatan yang bersumber pada kehidupan manusia. Pada

⁷³. Wawancara dengan Fajri zain sebagai mahasiswa Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah pada tanggal 19 mei.

hakikatnya, di dalam kehidupan manusia selalu menghadapi masalah-masalah yang datang terus menerus. Ketika muncul satu masalah kemudian dapat diatasi, masalah lainnya muncul demikian seterusnya. Dengan adanya bimbingan konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu untuk memiliki pilihan untuk membantu seseorang yang memiliki masalahnya.

Erat kaitannya sebuah masalah terdapat sebuah konsep untuk melakukan bimbingan konseling. Mahasantri yang melakukan bimbingan konseling menjadikan seorang mahasantri dapat mempermudah dalam memecahkan permasalahannya. Bimbingan konseling yang dilakukan di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah menggunakan bimbingan kelompok dan teman sebaya . berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beberapa informan yang menyatakan bahwa bimbingan konseling islam dilakukan agar mempermudah mahasantri dalam menghadapi masalah. Sebagaimana yang di sampaikan oleh Miftahus Sholikhin dalam wawancaranya:

“karena saya mahasiswa semester akhir, jadi saya merasa tertinggal dengan teman teman saya, walaupun saya ini terlihat santai-santai saja, akan tetapi dalam pikiran saya, saya memiliki tekanan yang luar biasa selain dalam permasalahan tugas akhir yang tak kunjung selesai. Saya juga menjadi kepala keluarga untuk menghidupi adik-adik saya yang masih sekolah.”

Berdasarkan paparan tersebut dapat diketahui bahwa permasalahan-permasalahan yang dialami oleh mahasantri tidak selalu dengan akademis akan tetapi permasalahan non akademis. Dengan adanya kondisi mahasantri yang memiliki masalah berbeda-beda. Maka upaya yang dilakukan oleh Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah adalah melakukan bimbingan kelompok dan bimbingan teman sebaya.

3. Tantangan di bidang akademis

Seorang mahasantri tentunya memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam memahami aspek akademis maupun non akademis, namun hal ini bisa menjadikan mahasantri menjadi putus asa karena merasa dirinya

tidak bisa menggapai menuju kesempurnaan. Sebagaimana pengakuan Ahmad Muzaki dalam wawancaranya:

“sebenarnya saya malas dalam memperhatikan dalam hal akademis, seringkali saya lebih asik bermain game dari pada merhatikan materi yang disampaikan. Adakalanya saya merasa rugi karena tidak merhatikan dalam hal akademis. Tapi dengan adanya bantuan bimbingan dan konsultasi kepada teman sekarang saya merasa lega dalam masalah akademis. Sekarang saya akan memerhatikan hal-hal dalam aspek akademis maupun non akademis, jika ada yang tidak paham dalam penyampaiannya maka saya akan bertanya kembali dan meminta penjelasan terkait dengan materi yang disampaikan agar saya paham mengenai materi tersebut.”⁷⁴

Dapat diketahui melalui hasil wawancara di atas bahwa ketika seseorang merasa pada tahap *quarter life crisis* terutama dalam hal bidang akademis maka mahasantri akan melakukan bimbingan dengan teman sebaya maupun dengan pengurus. Dengan adanya fenomena ini selaras menurut Nash dan Murray, bahwa individu akan mempertanyakan mengenai keadaan terokupasi untuk melanjutkan kuliah dan menganggap sebagai karir yang cemerlang sementara individu tersebut sudah mempunyai dibidang lainnya. Menghadapi kebebasan setelah menyelesaikan kuliah menjadi masalah tersendiri bagi individu. Masalah ini semakin rumit ketika adanya pemenuhan akomodasi impian semasa kuliah.

Tabel 3. Kondisi Quarter Life Crisis pada Mahasantri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang

No	Kondisi <i>Quarter Life Crisis</i>	Kesimpulan
1.	Merasakan cemas berlebihan	Seorang mahasantri memiliki kesulitan yang cukup berat terkadang permasalahan yang dialami membuat mahasantri mengalami stress ringan.

⁷⁴ Wawancara dengan Ahmad Muzaki sebagai mahasantri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang pada tanggal 19 Mei 2023.

2.	Perasaan tertinggal dengan temannya	Mahasantri merasakan dirinya kurang percaya diri karena masalah akademis maupun non akademis sangat tertinggal dengan temannya. Oleh sebab itu dengan adanya kondisi mahasantri yang memiliki masalah yang beda-beda maka perlu dilakukan bimbingan konseling.
3.	Tantangan di bidang akademis	Seorang mahasantri tentunya memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam memahami aspek akademis maupun non akademis, namun hal ini bisa menjadikan mahasantri menjadi putus asa. Namun, dengan adanya bantuan bimbingan dan konsultasi kepada teman sebaya maupun pengurus mahasantri merasa lega dalam masalah akademis.

C. Pelaksanaan Upaya Penanganan *Quarter Life Crisis* pada Mahasantri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana yang dipaparkan pada bab sebelumnya, terkait upaya penanganan *quarter life crisis* yang digunakan dalam memecahkan permasalahannya di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah. Dalam pelaksanaan upaya penanganan yang di lakukan oleh pengurus Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah. Berikut ini hasil dari wawancara dan observasi dalam upaya penanganan baik di lakukan oleh pengurus maupun dilakukakan oleh diri sendiri. terdapat beberapa cara yang dilakukan oleh pengurus diantaranya sebagai berikut:

1. Teman Sebaya

Metode dilakukan saat diluar kegiatan Pondok Pesantren, pada dasarnya pelaksanaan ini merupakan suatu cara bagi mahasantri belajar memperhatikan temannya dan membantu teman-teman lainnya dalam memecahkan masalahnya. Sebagian besar mahasantri sering membicarakan masalah-masalah mereka dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang tua, pembimbing, ataupun pengasuh pondok. Kalaupun terdapat mahasantri yang menceritakan masalahnya kepada orang tua, pembimbing atau guru, biasanya karena terpaksa karena pembicaraan dan upaya dalam menangani suatu masalah bersama teman sebaya mengalami jalan buntu. Sebagaimana yang disampaikan oleh Mochammad Rofiuddin dalam wawancaranya:

“Mahasantri Pondok Pesantren banyak yang mengalami permasalahan seperti kesulitan dalam mengerjakan skripsi, tugas makalah, ataupun permasalahan kehidupan yang mereka jalani. Namun mahasantri sering melakukan konsultasi dengan teman sebaya karena mereka merasa nyaman dan menemukan solusi dari permasalahannya. Akan tetapi ada juga mahasantri yang sering konsultasi dengan pengurus mengenai permasalahannya.”⁷⁵

Kegiatan ini sudah dilakukan sejak ada salah satu mahasantri yang mengalami *quarter life crisis* yang berat, kegiatan bimbingan konseling secara tidak langsung dilakukan dengan konsisten, selain dalam memecahkan masalah yang dihadapi mahasantri, mahasantri juga diberikan nilai-nilai agama agar selalu mendekati diri dengan Allah SWT. Pada proses pelaksanaan bimbingan teman sebaya biasanya seorang mahasantri meminta bantuan kepada salah satu teman kamarnya dalam membantu dan memberikan solusi guna untuk memudahkan permasalahan yang dihadapinya. Pelaksanaan seperti terus berlangsung selama beberapa minggu.

⁷⁵ Wawancara dengan Mochammad Rofiuddin sebagai Pengurus pondok Pesantren Al-Qur'an al-Masthriyah pada tanggal 19 Mei 2023.

2. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat. Serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditunjukkan untuk memecahkan masalah pada mahasiswa Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah. Sebagaimana yang disampaikan oleh Ali As'ad dalam wawancaranya:

“banyak sekali para mahasiswa yang memiliki permasalahan entah itu permasalahan dibidang kuliah, dipaksa orang tua untuk kuliah, permasalahan dengan temannya, dan permasalahan dengan organisasi yang diikuti oleh mahasiswa. Akan tetapi permasalahan-permasalahan itu akan mudah dihadapi Ketika seorang mahasiswa melakukan bimbingan kelompok maupun bimbingan individu. Kemarin saya dan pengurus lainnya melakukan kegiatan bimbingan kepada mahasiswa yang memiliki permasalahan hidupnya. Sebelum pelaksanaan dimulai para mahasiswa terlihat agak murung dan lemas dalam menjalani hidupnya, tetapi setelah melakukan bimbingan kelompok para mahasiswa merasa lebih bugar dari sebelumnya.⁷⁶

Berdasarkan penjelasan dari Ali As'ad selaku ketua pondok tersebut dapat diketahui bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok dapat mengarahkan permasalahan hidup yang dialami oleh mahasiswa. Hal seperti ini sangat penting pada mahasiswa karena dalam proses kehidupannya yang sangat rumit menjadikan keterbatasan akses dalam bercerita pada permasalahannya. Namun di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah mereka dapat melakukan bimbingan kelompok dengan aman dan nyaman. Tujuan bimbingan kelompok ini agar mahasiswa dapat mengatur hidupnya sendiri dan memikul tanggung jawab sepenuhnya atas arah hidupnya.

Pelaksanaan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh pondok pesantren Al-Masthuriyah biasanya dilakukan sebulan satu kali atau dua kali.

⁷⁶ Wawancara dengan Ali As'ad sebagai Ketua Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah pada tanggal 20 Mei 2023.

Beberapa mahasantri yang memiliki permasalahan *quarter life crisis* dikumpulkan di dalam mushola guna untuk membantu mahasantri yang mengalami *quarter life crisis*. Pada prosesnya mencari mahasantri yang mengalami hal ini, biasanya salah satu pengurus pondok yang ada di dalam kamar melakukan pendataan salah satu mahasantri yang jarang melakukan kegiatan pondok maupun yang jarang dalam melakukan tugas kuliahnya. Salah satu mahasantri akan dipanggil oleh pengurus pondok atau ibu nyai guna untuk melakukan bimbingan terhadap mahasantri yang mengalami masalah itu.

Adapun metode pelaksanaan upaya penanganan *quarter life crisis* yang dilakukan oleh mahasantri sendiri sesuai dengan rangkuman melalui bimbingan kelompok maupun bimbingan teman sebaya. Berikut adalah hasil wawancara dan observasi dalam upaya penanganan *quarter life crisis*. Terdapat beberapa cara diantaranya sebagai berikut:

1. Kenali diri sendiri lebih dalam

Pada tahap proses ini mahasantri mulai memasuki dunia yang lebih sulit baginya dikarenakan para mahasantri melewatinya sendiri, dan segala hal yang mengenai kehidupannya terasa begitu rumit. Dalam proses untuk menuju kenali diri sendiri para mahasantri melakukan konsultasi dengan teman ataupun pengurus terlebih dahulu, sebagaimana pengakuan Mochammad Rofiuddin dalam wawancaranya:

“saya rasa dalam mengenali diri sendiri itu membutuhkan dorongan dari orang lain, kerana pada proses ini kita harus meminta saran kepada teman supaya diri sendiri mengetahui karakter. Pada proses ini individu akan tersadar dengan kekurangan yang ada pada diri sendiri, serta dapat membantu untuk mengenali diri sendiri.”⁷⁷

⁷⁷ Wawancara dengan Mochammad Rofiuddin sebagai Pengurus pondok Pesantren Al-Qur'an al-Masthriyah pada tanggal 19 Mei 2023.

Dapat diketahui melalui wawancara diatas bahwa ketika seseorang berusaha untuk mengenali diri sendiri tidaklah mudah, karena pada proses ini mahasantri melakukan konseling dengan teman maupun pengurus Pondok. Dengan adanya pelaksanaan konseling mahasantri dapat mengetahui kekurangan pada dirinya sendiri selaras dengan pendapat Cristofora Megawati Tirtawinata bahwa untuk dapat mengenali diri sendiri diperlukan berbagai usaha yang secara sadar dan harus dilakukan secara terus menerus secara berkelanjutan. Sesuai dengan perkembangan hidupnya seseorang yang menemukan dirinya semakin tumbuh dan berkembang. Pada gilirannya proses ini akan menghasilkan rasa percaya diri yang kuat dan tinggi. Sebagaimana yang disampaikan oleh Muhammad Akbar dalam wawancaranya:

“saya waktu kecil merasa tidak percaya diri pada kemampuan yang saya miliki dan itu berlangsung sampai saya memasuki SMP, saat ada pelajaran matematika, pada waktu itu saya dan teman teman diberikan tugas oleh guru untuk mengerjakan soal yang ada di papan tulis. Pada saat mengerjakan soal itu rumus yang saya dan teman saya pakai berbeda, dengan hal ini teman-teman saya langsung merendahkan dan mengece saya bahwasanya apa yang saja jawab itu salah. Akhirnya saya ganti rumus agar sama dengan teman-teman. Pada saat guru menjawab pertanyaan yang diberikan pada siswa ternyata rumus pelajaran yang digunakan sesuai dengan yang saya kerjakan. Pada saat kejadian inilah saya jadi mengetahui kekurangan saya bahwa saya kurang percaya diri dan kurang memahami diri sendiri.”⁷⁸”

Berdasarkan paparan tersebut dapat diketahui bahwa terdapat keberagaman latar belakang yang menjadikan kondisi para mahasantri dapat memahami diri sendiri dengan cara melakukan konsultasi kepada teman, ada juga mahasantri dapat memahami diri sendiri melalui dengan cara berusaha akan dirinya yang masih kurang percaya diri dan berusaha untuk mengenali diri sendiri. Pada kondisi tersebut dipengaruhi oleh

⁷⁸ Wawancara dengan Muhammad Akbar sebagai santri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah pada tanggal 19 mei 2023.

berbagai faktor baik dari keluarga, teman, masyarakat, lingkungan, dan perspektif diri sendiri.

2. Berhenti Membandingkan Diri dengan Orang Lain

Para mahasantri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah seringkali membandingkan diri sendiri dengan orang lain karena dirinya merasa kurang sempurna dibandingkan dengan orang lain. sebagaimana perkataan Reggy Sandy dalam wawancaranya:

“saya seringkali di ejek sama teman-teman, karena saya memiliki tubuh yang gemuk. Terkadang saya merasa kurang percaya diri dan selalu membandingkan dengan orang lain, padahal saya sering melakukan olahraga seperti jogging di pagi hari ataupun di sore hari akan tetapi saya belum ada perubahan dalam tubuh saya.”⁷⁹

Berdasarkan pada wawancara diatas, para mahasantri sering membandingkan diri sendiri dengan orang lain. Akan tetapi hal ini menjadi motivasi tersendiri agar seorang mahasantri menjadi dirinya apa yang ingin dicapai. Tujuan membandingkan diri sendiri adalah untuk memperoleh informasi mengenai diri sendiri. Selain untuk memperoleh informasi, membandingkan diri sendiri dilakukan untuk mengetahui kemampuan yang dimiliki, memperbaiki diri, dan keinginan untuk meningkatkan diri dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan perbandingan diri. Sebagaimana yang disampaikan oleh Miftahus Sholikhin dalam wawancaranya:

“terkadang membandingkan diri sendiri dengan orang lain sangat diperlukan karena hal ini bisa menjadikan saya menjadi lebih giat dalam belajar terutama dalam hal mengerjakan skripsi. Saya merasa sangat tertinggal dalam tugas skripsi ini, karena skripsi saya ngestalk di bab itu saja. Sedangkan tugas skripsi teman-teman ada yang sudah selesai ada juga yang hampir selesai. Ketika saya sedang melamun, saya selalu kepiran kapan saya lulus sedangkan dosen saya sangat susah untuk ditemui. Karena

⁷⁹ Wawancara dengan Reggy Sandy selaku santri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-masthuriyah pada tanggal 20 Mei 2023

hal inilah saya menjadi semangat untuk mengerjakan tugas akhir.”⁸⁰

Dapat diketahui melalui wawancara diatas bahwa membandingkan diri dengan orang lain dapat dilihat dari dua aspek, yaitu aspek kemampuan dan aspek opini. Aspek kemampuan merupakan perbandingan dalam segi pencapaian dan performa, biasanya aspek ini bersifat kompetitif. Mahasantri ingin mengetahui siapa yang lebih baik diantara dirinya dengan orang lain. Sedangkan aspek opini adalah merupakan perbandingan dengan segi pemikiran serta keyakinan yang dimiliki dan tidak bersifat kompetitif. Kedua aspek ini fungsinya hanya untuk mengevaluasi diri sendiri dan apakah pendapat orang lain mengenai diri sendiri akurat dan dapat diterima atau tidak.

3. Fokus Penerimaan Diri

Pada tahap ini seringkali mahasantri mengalami rasa kurang percaya diri dan memiliki amarah yang tinggi, terutama ketika ada salah satu teman yang mengkritik ataupun memberi saran yang baik. Seringkali mahasantri menolaknya secara mentah-mentah. Selaras dengan tokoh ulama besar Habib Ali Al-Jufri bahwa sebuah nasihat atau memberi saran itu sangat perih jika pesan yang disampaikan itu sangat sesuai dengan keadaan kita yang sekarang. Maka dari itu mahasantri mulai fokus dalam Penerimaan Diri dalam hidupnya, sebagaimana yang disampaikan Reggy Sandy dalam wawancaranya:

“saya ini kan kurang memerhatikan diri sendiri yang mas, jadi ya seringkali Ketika ada teman saya yang memberikan saran, saya merasa apaan sih saran gitu-gitu gak jelas, terserah akulah. Tapi itu dulu mas pas saya masih labil. Tetapi setelah saya merenungi kehidupan saya dan mengikuti kajian. Ada salah satu hadist bahwa agama adalah nasihat. Pada saat mendengarkan kajian itu,

⁸⁰ Wawancara dengan Miftakhus Sholikhin selaku santri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah pada tanggal 20 Mei 2023

saya merasa sangat tertampar sekali. Karena selama hidup saya sering menyepelkan sebuah nasihat atau saran.”⁸¹

Berdasarkan wawancara diatas bahwa Ketika seseorang mendengarkan sebuah nasihat dan sangat sesuai dengan diri sendiri. Seseorang dapat menjadikan nasihat itu untuk fokus menerima diri sendiri. Dengan proses fokus penerimaan diri sendiri maka kehidupan yang dijalani akan terasa sangat mudah. Selaras dengan Hurlock, penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Tabel 4. Upaya Quarter Life Crisis pada Mahasantri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang

No	Upaya Quarter Life Crisis	Kesimpulan
1.	Kenali diri sendiri lebih dalam	Untuk mengatahui diri sendiri mahasantri meminta bantuan kepada temannya untuk memberikan saran dan kritik terhadap dirinya agar mengatahui kekurangan dan kelebihan dirinya sendiri. Oleh karena itu, pada proses ini biasanya mahasantri menemukan perkembangan hidupnya.
2.	Berhenti membandingkan diri dengan orang lain	Para mahasantri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah seringkali membandingkan diri sendiri dengan orang lain karena dirinya merasa kurang sempurna dibandingkan dengan orang lain. Akan tetapi hal ini menjadi motivasi tersendiri agar seorang mahasantri memiliki tujuan yang ingin dicapai. Selain untuk memperoleh informasi,

⁸¹ Wawancara dengan Reggy Sandy selaku santri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-masthuriyah pada tanggal 20 Mei 2023.

		membandingkan diri sendiri dilakukan untuk mengetahui kemampuan yang dimiliki, memperbaiki diri, dan keinginan untuk meningkatkan diri dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan perbandingan diri.
3.	Fokus penerimaan diri	Mahasantri mengalami rasa kurang percaya diri dan memiliki amarah yang tinggi, terutama ketika ada salah satu teman yang mengkritik ataupun memberi saran yang baik. Ketika seseorang mendengarkan sebuah nasihat dan sangat sesuai dengan diri sendiri. Seseorang dapat menjadikan nasihat itu untuk fokus menerima diri sendiri. Dengan proses fokus penerimaan diri sendiri maka kehidupan yang dijalani akan terasa sangat mudah.

BAB IV ANALISIS DAN HASIL

1.1 Analisis *Quarter Life Crisis* dan Upaya Penanganan di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang

Secara umum *quarter life crisis* diartikan sebagai krisis, dikarenakan pada fase ini seorang individu berada pada keadaan belum siap, selain itu karena banyaknya tuntutan dan pilihan-pilihan yang diberikan oleh lingkungan yang kemudian memunculkan perasaan khawatir, bimbang, ragu, cemas akan masa depan, takut akan kegagalan. Hal inilah yang menjadikan penyebab banyak dewasa muda yang menjadi stress dan tertekan. Stress inilah yang melahirkan krisis seperempat abad.⁸² Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana yang dipaparkan pada bab sebelumnya, terkait kondisi *quarter life crisis* khususnya pada permasalahan merasakan kecemasan berlebihan, perasaan tertinggal dengan temannya, tantangan dibidang akademis saat sebelum melaksanakan kegiatan Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah. Berikut ini hasil wawancara dan observasi kegiatan kondisi *quarter life crisis* baik dalam kegiatan maupun diluar kegiatan:

A. Merasakan Kecemasan Berlebihan

Para mahasantri yang bermula dari banyaknya permasalahan hidup yang dialaminya, salah satunya merasakan kecemasan berlebihan dan merasa dirinya tidak bisa apa-apa dalam menghadapi permasalahan hidupnya. Melalui kegiatan bimbingan konseling di Pondok Pesantren para mahasantri dapat memecahkan masalah yang dialaminya, sebagaimana perkataan Muhammad Achrizal seorang mahasantri Al-Qur'an Al-Masthuriyah dalam wawancaranya:

⁸² Atika Nur Hidayah dan Nuedien H. Kristanto, English Departement Faculty Of Humanities Diponegoro University Semarang, 2016

“aku dulunya memiliki banyak sekali permasalahan dan tidak tahu cara menghadapi masalahnya, terkadang saya merasa stress ringan dalam permasalahannya. Setelah mendapatkan bimbingan dan dukungan dari pengurus dan teman-teman saya, saya merasakan bahwa permasalahan itu mudah diatasi dan kehidupan saya merasa lebih tenang”

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, efek dari bimbingan konseling bahwa kehidupan mahasiswa merasakan hidupnya terasa ringan dan dalam permasalahannya pun terasa lebih mudah hal ini menjadi motivasi tersendiri dalam memecahkan permasalahannya. Selaras dengan hal tersebut menurut Arnet dan Allison, bahwa pada tahap ini individu mulai belajar hidup mandiri, mulai membuat keputusan mandiri dan berani bertanggung jawab atasnya, sehingga individu mulai membangun suatu pondasi untuk masa dewasa. Banyak pilihan dan keputusan sulit yang harus diambil dimasa mendatang akan sangat berpengaruh pada masa depannya.⁸³

Dalam teori Greist dan Jeverson menyebutkan bahwa pengalaman manusiawi yang universal, suatu respon emosional yang tidak menyenangkan dan penuh kekhawatiran, suatu reaksi antisipatif serta rasa takut yang tidak terarah karena sumber ancaman atau pikiran tentang sesuatu yang akan datang tidak jelas dan tidak terdefiniskan.⁸⁴ Harapannya melalui proses dalam suatu pondasi hidup belajar mandiri yang dilalui seseorang akan mengenali dan dapat membantu permasalahannya. Kegiatan bimbingan konseling islam bahwa dapat membantu para mahasiswa untuk memudahkan permasalahan yang dihadapinya.

Berdasarkan paparan data diatas dapat disimpulkan bahwa nilai pertama yang diajarkan dalam bimbingan agama islam khususnya mengarahkan dalam menghilangkan merasakan kecemasan yang berlebihan terhadap masalah adalah agar seorang mahasiswa dapat mengenali diri sendiri.

⁸³ J.J. Arnett, *Emerging Adulthood: the winding road from the late teens and twenties*, dalam *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara* ditulis oleh Muhammad Abdullah Sujudi, Skripsi Universitas Sumatera Utara, (medan: 2020).

⁸⁴ http://Etheses.uin-malang.ac.id/1233/6/11410051_Bab_2.

Hal tersebut amat penting dimiliki oleh mahasantri. Pola kehidupan dan konflik yang rumit menjadikan para mahasantri memiliki akses dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, namun di Pondok Pesantren Al-qur'an Al-Masthuriyah memiliki fasilitas agar mahasantri dapat melakukan bimbingan konseling islam dengan pengurus maupun dengan teman sabayanya.

B. Perasaan Tertinggal dengan Temannya

Kondisi mahasantri masthuriyah sebelum bergabung dalam pondok pesantren memiliki keberagaman latar belakang. Para mahasantri melakukan bimbingan konseling guna untuk memecahkan sebuah masalah yang dihadapinya, sebagaimana pengakuan Fajri Zain dalam wawancaranya:

“saya merasa sangat tertinggal dengan teman-teman saya, terutama dalam hal tugas akhir (skripsi), terkadang saya merasa malu dengan diri sendiri karena banyak teman-teman saya yang sudah lulus, kerja bahkan ada juga yang mau ujian tugas akhir. Tetapi dengan adanya bimbingan dengan dosen ataupun dengan teman sebaya . beban saya dalam tugas akhir merasa ringan.”

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, efek dari bimbingan konseling dalam menjalani kehidupan tarasa sangat ringan. Hal ini menjadikan motivasi tersendiri dalam meringankan perasaan tertinggal dengan temannya. Dengan adanya kegiatan bimbingan konseling berkelanjutan para mahasantri dapat memecahkan masalah dan meringankan masalah yang dihadapinya. Meskipun hal ini menjadikan konsistensi yang panjang.

Perasaan tertinggal dengan temannya dalam *quarter life crisis*, menurut Yulius Stepahn adalah ada waktu dimana individu membandingkan dirinya dengan teman-teman seperjuangannya, individu merasa tertinggal karena beberapa temannya sudah sukses sesuai bakat, sedangkan individu masih berputar pada kehidupannya saat ini. Hal ini membuat ketidakpercayaan

dirinya semakin parah.⁸⁵ Maka dari itu bimbingan konseling islam perlu dilakukan agar mempermudah dalam memecahkan masalah. Dalam hal ini terdapat dua dampak yang akan didapatkan ketika seorang mahasiswa melakukan bimbingan konseling yaitu dampak ketenangan pikiran dan dampak yang tidak langsung yaitu kemudahan dalam menjalani hidup.

Sejalan dengan paparan tersebut menurut Mulyadi bimbingan konseling merupakan bantuan yang diberikan oleh seseorang konselor kepada individu (klien yang mengalami masalah baik pribadi, sosial, belajar, karier dengan harapan klien mampu membuat pilihan dalam menjalani hidupnya.⁸⁶ Ketika seseorang memiliki masalah hidupnya maka dibarengi melakukan bimbingan konseling dengan teman maupun dengan orang tua. Dengan penjabaran lain, Ketika seseorang merasa buntu dan tidak bisa apa-apa dalam menghadapi *quarter life crisis* khususnya pada merasa tertinggal dengan temannya maka perlu dilakukan bimbingan konseling terhadap teman maupun orang tua, sehingga permasalahan tersebut menjadi lebih mudah.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa para mahasiswa memiliki permasalahan dalam hidupnya akan tetapi dalam menghadapi permasalahan mahasiswa melakukan bimbingan konseling agar memiliki semangat dalam menjalani hidup. sehingga muncul motivasi dan antusias para mahasiswa dalam kegiatan bimbingan konseling islam mengenai nilai-nilai dalam menghadapi masalah di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang.

C. Tantangan di Bidang Akademis

Kondisi para mahasiswa memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam memahami aspek akademis maupun non akademis, akan tetapi hal ini

⁸⁵ Jennifer M. Thorpecken, *Quarter Life Crisis: The Unaddressed Phenomenon* dalam *The Quarter-Life Crisis Experienced By Megan In Lynn Shelthon's Leggies* ditulis oleh Atika Nur hidayah dan Nurdien H.Kiantanto, English Departement Faculty Of Humanities Diponegoro Universitas Semarang (2016).

⁸⁶ <http://repository.uir.ac.id/4637/5/bab2>.

seorang mahasiswa bisa merasakan putus asa karena merasa dirinya tidak bisa apa-apa. Sebagaimana pengakuan Ahmad Muzaki dalam wawancaranya:

“sebenarnya saya malas dalam memperhatikan hal akademis seringkali saya lebih asik bermain game dari pada memperhatikan materi yang disampaikan. Adakalanya saya merasa rugi karena tidak memperhatikan dalam hal akademis. Tapi dengan adanya bantuan bimbingan dan konsultasi kepada teman sekarang saya merasa lega dalam masalah akademis maupun non akademis, jika ada yang tidak paham dalam penyampaiannya maka saya akan bertanya Kembali dan meminta penjelasan terkait dengan materi yang disampaikan agar saya paham mengenai materi tersebut.

Dapat diketahui melalui hasil wawancara diatas bahwa seseorang yang sadar dalam permasalahan *quarter life crisis* khususnya pada tantangan bidang akademis maka mahasiswa akan melakukan bimbingan dengan teman sebaya maupun dengan pengurus. Dengan adanya fenomena ini selaras dengan pendapat Nash dan Murray bahwa individu akan mempertanyakan mengenai keadaan terokupasi untuk melanjutkan kuliah dan menganggapnya sebagai karir yang cemerlang sementara individu tersebut sudah mempunyai minat di bidang lain. menghadapi kebebasan setelah menyelesaikan kuliah menjadi masalah tersendiri bagi individu. Permasalahan ini semakin rumit Ketika tidak adanya pemenuhan akomodasi impian semasa kuliah.

Individu yang berada di tengah karir akademis mereka mungkin merasa tidak puas dengan bidang studi yang mereka pilih. Selama tahap *quarter life crisis* mahasiswa akan mengajukan lebih banyak pertanyaan tentang hal-hal yang lebih menantang, sehingga akan timbul keraguan-keraguan tentang akademis yang sedang ditempu mereka. Dengan adanya fenomena ini maka bimbingan konseling islam sangat diperlukan karena ditunjukkan kepada seseorang yang mengalami kesulitan, baik kesulitan lahiriyah maupun bathiniyah yang menyangkut kehidupan di masa kini dan masa datang agar tercapai kemampuan untuk memahami dirinya, kemampuan

untuk mengerahkan dan merealisasikan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya dengan tetap berpegang pada nilai-nilai islam.⁸⁷

Berdasarkan paparan tersebut, dalam mengatasi tantangan dibidang akademis di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah dilakukan dengan pelaksanaan bimbingan konseling. Dalam pelaksanaannya biasanya dilakukan dengan cara bimbingan kelompok maupun dengan teman sebaya. Selaras dengan M.Arifin bahwa kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan dalam permasalahan hidupnya agar mahasantri tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan dimasa yang akan datang.⁸⁸

1.2 Analisis Pelaksanaan Upaya Penanganan *Quarter Life Crisis* pada Mahasantri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang

Secara umum, upaya penanganan *quarter life crisis* merupakan waktu yang tepat untuk mengevaluasi Kembali hidup yang dijalani individu dan mulai membuat keputusan yang lebih baik. Pada umumnya semua orang akan mengalaminya di usia 18-29 tahun, dalam proses perkembangan ini semua orang ada kalanya merasakan kecemasan berlebihan, perasaan tertinggal dengan temannya, tantangan di bidang akademis. Selaras dengan Praba Mustika bahwa Ketika seseorang mengetahui *quarter life crisis* dan penyebabnya, maka mahasantri akan lebih mudah dalam mencari cara mengatasi *quarter life crisis*.⁸⁹ Adapun beberapa cara yang dilakukan di pondok pesantren yaitu bimbingan kelompok dan bimbingan sebaya.

⁸⁷ Nurhidayah, *Bimbingan Konseling dalam Perspektif Islam*, IAIN Palopo, skripsi Bimbingan Konseling dalam Perspektif Islam, 2019.

⁸⁸ Yahya Jaya, M.A *Bimbingan Konseling Agama islam*, Padang: Angkasa Raya, 2004

⁸⁹ Praba Mustika, <http://katadata.co.id/Safrezi/berita/61dcf6a41cced/mengenal-quarter-life-crisis-penyebab-dan-cara-mengatasinya>, diakses pada hari selasa, 13 juni 2023.

1. Bimbingan Teman Sebaya

Bimbingan teman sebaya adalah program bimbingan yang dilakukan oleh mahasiswa terhadap mahasiswa lain. mahasiswa yang menjadi pembimbing berfungsi sebagai mentor yang membantu mahasiswa lain dalam memecahkan suatu masalah, baik akademik maupun non akademik. Tujuan dilaksanakan bimbingan teman sebaya adalah untuk mencapai perkembangan optimal sesuai dengan tahap perkembangannya dan kemandirian secara utuh dalam aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier.⁹⁰ Dalam pelaksanaan bimbingan teman sebaya di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah dilakukan dengan tujuan untuk memecahkan sebuah masalah agar mahasiswa Al-Masthuriyah dapat menjalani hidup dengan tenang.

Disamping hal tersebut bimbingan teman sebaya sangat penting dilakukan untuk menumbuhkan rasa percaya diri dalam menghadapi masalah. Dalam pendapatnya Muhammad fajri Zain mengatakan bahwa tujuan adanya bimbingan teman sebaya untuk memudahkan masalah yang dialami oleh mahasiswa lainnya, hal ini dapat menjadi jembatan para mahasiswa dalam memecahkan masalahnya. Berdasarkan hasil wawancara dengan Muhammad fajri Zain bahwa bimbingan dengan teman sebaya di Pondok Pesantren Al-Masthuriyah dilakukan teman sebaya supaya mahasiswa merasakan kenyamanan dalam bercerita. Dalam hal ini terkait bimbingan teman sebaya yang mendapatkan kemudahan dalam menyelesaikan masalah.

Sejalan dengan hal tersebut, menurut Munawaroh dalam skripsinya bahwa bimbingan konseling sebaya merupakan program bimbingan yang dilakukan oleh teman sebayanya yang berfungsi untuk membantu mahasiswa dalam memecahkan suatu masalah yang dihadapinya. Mahasiswa yang menjadi konselor sebaya bukanlah seseorang yang professional dalam bidang

⁹⁰ Dwi Sri Rahayu, *Model Bimbingan Teman sebaya Untuk Meningkatkan Perilaku Proposial Siswa di SMA Negeri 6 Madiun*, Universitas Katolik Widya Mandala Madiun, No.02, 2016

konseling akan tetapi mereka diharapkan dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada temannya yang bermasalah.⁹¹

Berdasarkan paparan tersebut dapat diketahui bahwa tujuan bimbingan teman sebaya di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang yaitu untuk mengarahkan agar mahasantri dalam menghadapi masalah tetap tenang serta melakukan konsultasi kepada temannya, memiliki kedekatan dengan temannya serta individu memperoleh ketenangan dan kedamaian. Evaluasi terkait dengan tujuan bimbingan teman sebaya di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang sudah memiliki tujuan yang baik, namun pada prakteknya belum semua mahasantri dapat memecahkan masalah dengan mudah, perlu proses yang Panjang dan berkesinambungan agar pelaksanaan bimbingan teman sebaya dapat mencapai tujuan tersebut.

2. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok memiliki tujuan membimbing diri sendiri supaya dapat memberikan anggapan secara umum serta mampu membimbing atau membentuk kedekatan antar pribadi yang lain, membimbing pribadi supaya mempunyai rasa empati antar sesame dan dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya, serta mendukung pribadi dalam proses mengetahui diri sendiri ataupun lingkungan.⁹² Pelaksanaan bimbingan kelompok di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah dilakukan dengan tujuan untuk memecahkan sebuah masalah yang dialami oleh mahasantri. Diluar Pondok Pesantren maupun di dalam pondok biasanya para mahasantri memiliki permasalahan dalam hidupnya, seperti permasalahan akademis maupun non akademi. Hal ini seorang mahasantri mengalami kebingungan dalam konsultasi untuk menyelesaikan masalahnya. Akan tetapi dengan adanya

⁹¹ Munawaroh, *Pengaruh Layanan Konseling Teman sebaya Terhadap motivasi Belajar dengan Teknik Reinforcement Pada SMK Negeri 7 Bandar Lampung*, Skripsi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2020

⁹² Syifa Nur Fadilah, *Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan*, *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, No.2, 2019

bimbingan kelompok yang dilakukan oleh Pondok Pesantren kehidupan para mahasantri terasa lebih ringan.

Disamping hal tersebut bimbingan kelompok merupakan salah satu Teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minta. Selaras dengan Nurihsin bahwa bimbingan kelompok adalah pertolongan yang diterima orang lain dengan keadaan berkelompok. Sedangkan bimbingan konseling dalam islam yaitu kita sebagai manusia yang beriman harus membantu orang lain terutama memberikan nasihat pada kebenaran serta kesabaran.⁹³

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode bimbingan kelompok disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan para mahasantri. evaluasi proses mengenai metode bimbingan kelompok dalam upaya penanganan *quarter life crisis* di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang agak kurang berhasil, dilihat dari kegiatan yang secara tidak langsung ini hanya teman sebaya atau teman sekamar saja yang mengetahui karakteristik mahasantri sebayanya, sehingga metode ini diterapkan satu bulan sekali.

Adapun metode pelaksanaan upaya penanganan *quarter life crisis* yang dilakukan oleh mahasantri sendiri sesuai dengan rangkuman melalui bimbingan kelompok maupun bimbingan teman sebaya. Berikut adalah beberapa cara diantaranya sebagai berikut:

1. Kenali Diri Sendiri Lebih Dalam

Dalam pandangan islam mengenali diri sendiri merupakan salah satu cara untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Hal

⁹³ Meiska Puluhulawa, Moh Rizki Djibran, dan Mohamad Rizal Pautina, *Layanan Bimbingan Kelompok dan Pengaruhnya Terhadap Self-Esteem Siswa*, Proceeding Seminar dan Lokakarya nasional Bimbingan dan Konseling, 2017

ini dilakukan dengan tujuan agar manusia senantiasa berusaha mendekatkan diri kepada Allah SWT, karena mengetahui kekurangannya. Karena pada tahap ini mahasiswa mulai memasuki dunia yang lebih sulit. Selaras dengan Robins dan Wilner bahwa mengenali diri sendiri lebih dalam perlu proses pencarian diri dilakukan sejak individu mulai dewasa yaitu ketika individu berada pada usia 20 tahun dan mulai memasuki dunia yang lebih sulit baginya dikarenakan individu melewatinya sendiri, dan segala hal yang mengenai kehidupannya.

Berdasarkan pemaparan di bab tiga dapat disimpulkan bahwa proses mengenali diri sendiri perlu dilakukan konseling dengan teman sebaya maupun bimbingan kelompok. Karena dengan adanya pelaksanaan bimbingan ini mahasiswa dapat mengetahui kekurangan dirinya sendiri dan perlu berbagai usaha yang secara sadar dan harus dilakukan secara terus menerus secara berkelanjutan.

2. Berhenti Membandingkan Diri dengan Orang Lain

Membandingkan diri sendiri dengan orang lain merupakan kebiasaan buruk yang sering dilakukan. Akan tetapi tanpa disadari ini merupakan bentuk kebiasaan buruk yang bisa menghancurkan mental. Karena bisa membuat stress dan frustrasi, maka dari itu dengan adanya pelaksanaan bimbingan di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang kehidupan mahasiswa yang tadinya selalau membandingkan dirinya dengan orang lain serta mengetahui dampak yang akan terjadi pada diri sendiri. Sekarang sudah tidak lagi untuk membandingkan dengan orang lain.

3. Fokus Penerimaan Diri

Menerima diri sendiri adalah kemampuan untuk mengetahui kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri sendiri selaras dengan White (2012) bahwa terdapat proses-proses yang harus dilalui oleh seseorang

untuk dapat menerima dirinya, yaitu seseorang harus mampu mengenal dirinya sendiri, menahan diri dari pola kebiasaan yang lalu, mengubah emosi dari suatu peristiwa yang terjadi, menikmati apapun yang terjadi di dalam kehidupannya, serta mampu melepaskan segala kejadian-kejadian yang pernah terjadi di dalam kehidupan.⁹⁴ Dengan penerimaan diri mahasantri dapat menerima dan menghargai kelebihan dan kekurangan dirinya. Dalam hal ini mahasantri bisa menghargai dari segala aspek yang ada baik yang bersifat positif maupun negatif.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah suatu sikap mahasantri yang memiliki rasa penerimaan dalam segala aspek yang ada pada dirinya, baik itu kelebihan maupun kekurangan diri tanpa menyalahkan orang lain dan memiliki keinginan untuk mengembangkan diri untuk terus maju.

2. Analisis Bimbingan Konseling Islam Terhadap Fenomena *Quarter Life Crisis* dan Upaya Penanganannya

Para mahasantri sebagai konseli dalam proses pelaksanaan bimbingan konseling islam, hal itu terlihat dari diri mereka yang menjadikan pondok pesantren memiliki suatu arti tersendiri, semangat dan ketelatenan dilakukan untuk mengikuti kegiatan bimbingan konseling islam secara tidak langsung yang ada di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang, tidak sedikit diantaranya yang berasal dari luar kota namun memiliki semangat yang tinggi. Selaras dengan Samsul Munir Amin bahwa bimbingan konseling islam adalah suatu proses pemberian bantuan terarah, dan sistematis terhadap setiap individu agar dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam al-qur'an.⁹⁵

⁹⁴ <http://pustakauinib.ac.id/repository/files/original/ac10d16bfa1032c15daa112fb694565>.

⁹⁵ Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islam*, (Yogyakarta: elsaq Press, 2007, 85.

Bimbingan konseling islam menjalin hubungan personal antara dua pihak manusia, satu pihak menyelesaikan masalah kehidupan yang dialami mahasantri untuk mewujudkan Amanah ajaran islam, dengan demikian, konseling islam akan menjalin hubungan mahasantri dan dua pihak mahasantri, yaitu santri ingin memecahkan masalah dan satu mahasantri membantu memecahkan masalah. Dalam hal ini upaya yang dilakukan oleh pihak Pondok Pesantren Al-qur'an Al-Masthuriyah dengan cara bimbingan teman sebaya dan bimbingan kelompok. Berdasarkan paparan diatas bahwa tujuan dari bimbingan konseling untuk menyelesaikan konflik baik masalah internal maupun masalah dengan orang lain.

Jadi dalam pemberian bantuan menyelesaikan masalah bimbingan kelompok melakukan perkumpulan terlebih dahulu dan saling memberitahukan tujuan yang akan dilakukan selaras dengan Mc David dan Hariri bahwa kelompok merupakan perkumpulan suatu unit yang memiliki kebersamaan dan dilakukan oleh beberapa orang dengan kebutuhan antar sesama sehingga dapat memunculkan terjadinya hubungan dan saling mempengaruhi pada setiap anggota.⁹⁶ Sedangkan bimbingan konseling teman sebaya adalah layanan bantuan yang diberikan oleh temannya. Biasanya dalam pelaksanaan konseling teman sebaya, seorang mahasantri menjadi konselor sebaya akan tetapi mereka bukan seorang konselor yang profesional. Tujuan bimbingan konseling memberikan dukungan, memberikan wawasan, memberikan pandangan, pemahaman, ketrampilan, dan alternatif baru.

Selain dalam bentuk layanan bimbingan kelompok dan teman sebaya, secara islam juga terdapat bentuk bimbingan dakwah. Dakwah bil hikmah yaitu dakwah yang dilakukan dengan melalui Pendidikan seperti dalam tingkat Pendidikan disitulah banyak juga terdapat pesan-pesan dakwah melalui mata pelajaran agama pada metode dakwah.⁹⁷ Ada juga yang menggunakan dakwah mujadalah merupakan bertukar pikiran dengan temannya. Dakwah mujadalah

⁹⁶ Bambang Syamsul Arifin, *Bimbingan Dinamika Kelompok*, (bandung: CV. Pustaka setia 2015)

⁹⁷ Moh. Ali Aziz, *Ilmu Dakwah* (Jakarta: Pranada Media, 2004)

merupakan kenyataan bahwa setiap manusia dikarunia akal. Dengan potensi akal manusia dimungkinkan untuk berfikir. Bagi seorang yang menggunakan akalnya untuk berfikir ia tidak akan lepas dari apa yang dipikirkannya baik lisan maupun tulisan.

Menurut Aunur Rahim Faqih bimbingan islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu supaya mampu hidup dengan petunjuk allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.⁹⁸ Dapat diketahui bahwa dalam pelaksanaan bimbingan konseling adalah memberikan bantuan pada suatu kelompok maupun individu dengan cara menuntun dan membantu dalam menyelesaikan kesulitan maupun masalah yang dialami agar kembali ke jalan yang benar serta dapat memudahkan dalam menghadapi masalah. Dalam pelaksanaan bimbingan konseling islam memiliki pendekatan dengan klien. Selaras dengan Osipow Walsh dan Tosi bahwa mengelompokan konseling berdasarkan penekanan masalah yang dipecahkannya yaitu penyesuaian pribadi, pendidikan, karir.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode bimbingan konseling disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan mahasantri. Evaluasi pada prosesnya mengenai penanganan *quarter life crisis* untuk memudahkan mahasantri pada masa-masa kesulitan pada hidupnya. Metode yang diterapkan melalui bimbingan teman sebaya dan bimbingan kelompok sesuai dengan kebutuhan para mahasantri.

⁹⁸ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Pres, 2001)

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan penelitian yang telah dilakukan di Pondok Pesantren Al-Quran Al-Mashuriyah Semarang dapat disimpulkan bahwa:

1. Kondisi santri yang mengalami *quarter life crisis* di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah merasakan kecemasan berlebihan, perasaan tertinggal dengan temannya, serta tantangan di bidang akademis. Upaya penanganan *quarter life crisis* yang digunakan di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah dengan metode teman sebaya, bimbingan kelompok. Serta beberapa upaya lainnya oleh tiap individu dengan mengenai diri sendiri lebih dalam, berhenti membandingkan diri dengan orang lain, serta fokus terhadap penerimaan diri.
2. Analisis bimbingan konseling Islam terhadap fenomena *quarter life crisis* dan upaya penanganannya di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah Semarang ditemukan telah sesuai dengan kondisi dan kebutuhan mahasantri. Penanganan *quarter life crisis* untuk memudahkan mahasantri dalam masa sulit dihidupnya. Metode yang diterapkan melalui bimbingan teman sebaya dan bimbingan kelompok sesuai dengan kebutuhan para mahasantri.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka penulis memberikan saran terhadap para peneliti lainnya untuk mengembangkan serta mengkaji lebih dalam lagi terkait *quarter life crisis* serta upaya penanganannya dalam lingkungan mahasiswa serta masyarakat pada umumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnan, dkk, (2020). *Hubungan Efikasi Diri dengan Stress pada Mahasiswa dalam fase quarter life crisis*, Jurnal Kognisia.
- Afnan, Rahmi dkk, (2020). *Hubungan Efikasi Diri Dengan Strees Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Criziz*". Journal Kognisi, Volume 3, Nomor 1.
- Amalia, Risna, Suroso dkk, (2022). *Psychological Well Being Self Efficacy dan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal*, Journal.
- Arikunto, Suharsimi, (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arnett, J.J.. *Emerging Adulthood, A Theory of Development From the Late Teens Through the Twenties*, dalam *Quarter Life Crisis : Choose The Right Path, What Should I Do Next* ditulis oleh Rika Vira Swagery dan Emma Yuniarrahmah. (2021). To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat, Vol.4 No 3.
- Arnett, J.J.. *Emerging Edulthod: the winding road from the late teens and twenties*, dalam *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara* ditulis oleh Muhammad Abdullah Sujudi. (2020). Skripsi Universitas Sumatera Utara.
- Atwood, J., Scholtz, C. (2008) *The Quarter Life Time Period : An Age of indulgence, Crisis or Both?*, Journal of Contemporary Family Therapy.
- Day, Ian, (1995). *Qualitative Data Analisis*. New York: RNY.
- Fischer, Kristen. *Ramen noodles, rent and resumes : An after-college guide to life*, dalam *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara* ditulis oleh Muhammad Abdullah Sujudi. (2020). Skripsi Universitas Sumatera Utara

- Habibi, Alfeisyahrianta dkk, (2019). *Peran Religiusitas terhadap Quarter Life crisis pada Mahasiswa*, Gadjah Mada journal of Psychology, vol 5, no 2.
- Herawati, Icha, (2020). *Quarter Life Crisis Pada Masa Dewasa Awal di Pekan Baru*, Journal An-Nafs.
- Hidayatul Khasanah, dkk, *Metode Bimbingan dan Konseling Isam Dalam Menanamkan Kedisiplinan Sholat Dhuha Pada Anak HIperaktif di MI Nurul Islam Ngaliyan*, Jurnal Ilmu Dakwah, vol. 36, no. 1, 2016 ISSN 1693-8054
- Kartono, Kartini. *Pengantar Metodologi Research Sosial*. Bandung: Alumni, t.th.
- Laraswati, Dewi, (2021). *Peran religiusitas dalam menghadapi quarter life crisis*, skripsi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Maryatul Kibtiyah, *Pendekatan Bimbingan dan Konseling Bagi Korban Pengguna Narkoba*, Jurnal Ilmu Dakwah, vol. 35, no.1, 2015, ISSN 1693-8054
- Madden, J. Olson. *Corelates and Predictors Life Satisfaction Among 18 to 35 Years Olds : An exploration of the Quarter Life Crisis Phenomenom*, dalam *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara* ditulis oleh Muhammad Abdullah Sujudi. (2020). Skripsi Universitas Sumatera Utara.
- M Asasul Muttaqin, dkk, *Bimbingan Konseling bagi Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga di LRC-KJHAM Semarang*, UIN Walisongo Semarang, jurnal Sawwa-volume 11, no 2, 2016
- Munawaroh, *Pengaruh Layanan Konseling Teman sebaya Terhadap motivasi Belajar dengan Teknik Reinforcement Pada SMK Negeri 7 Bandar Lampung*, Skripsi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2020
- Meiska Puluhulawa, Moh Rizki Djibran, dan Mohamad Rizal Pautina, *Layanan Bimbingan Kelompok dan Pengaruhnya Terhadap Self-Esteem Siswa*, Proceeding Seminar dan Lokakarya nasional Bimbingan dan Konseling, 2017
- Nash & Murray, *Helping College Student Find Purpose (The Campus Guide Of Mearning making)*, dalam *Hubungan Quarter Life Crisis Dengan Perilaku*

- Prokrastinasi Akademik Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir* ditulis oleh Ali Sya'ban M Habu. (2020). Skripsi UIN Walisongo Semarang
- Nash, R.J. and M.C. Murray, *Helping Collage Student Find Purpose: The Campus Guide of Mearning Making*, dalam *Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis* ditulis oleh Afnan, Rahmi Fauzia, Meydisa Utami. (2020). Jurnal Kognisia Vol. 3 No. 1.
- Nasution, S. (2003). *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*. Tarsio Bandung.
- Nawawi, Hadari dan Martini Hadari, (2005). *Instrumen Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajah Madha University Press
- Robbins, Alexandra and Abby Wilner, *Quarterlife Crisis : the Unique Challenges of Life in Your Twenties*, dalam *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara* ditulis oleh Muhammad Abdullah Sujudi. (2020). Skripsi Universitas Sumatera Utara.
- Robbins, Alexandra dan Abby Wilner, *Quarter Life Crisis : The Unique Challenges Of Life in Your Twenties*, dalam *Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis* ditulis oleh Afnan, Rahmi Fauzia, Meydisa Utami. (2020). Jurnal Kognisia Vol. 3 No. 1.
- Robbins, Alexandra dan Abby wilner. *Quarter Life Crisis : The Unique Of Life in Your Twenties* dalam *The Quarter Life Crisis Experienced By Megan In Lynn Shelton's Laggies* ditulis oleh Atika Nur Hidayah dan Nuedien H. Kistanto. (2016). English Department Faculty Of Humanities Diponegoro University Semarang.
- Sugiyono, (2012). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sujudi, Muhammad Abdullah. (2020). *Eksistensi Fenomena Quarter Life Crisis pada mahasiswa semester akhir universitas sumatera utara*. Universitas Sumatera Utara.
- Sya'ban, Ali, (2005). *Teknik Analisa Data Penelitian Aplikasi Program SPSS dan Teknik Menghitungnya*. Jakarta: UHAMKA

- Syifa Nur Fadilah, *Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan*, *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, No.2, 2019
- Tanner, J.L., Arnett, J.J., (2008) *Emerging Adulthood : Learning Development During the first Stage of Adulthood*. Mahwah, NJ : Lawrence Erlbaum.
- Thorpecken, Jennifer M.. *Quarter Life Crsisis: The Unaddressed phenomenon* dalam *The Quarter-Life Crisis Experienced By Megan In Lynn Shelton's Laggies* ditulis oleh Atika Nur Hidayah dan Nurdien H. Kiatanto. (2016). English Department Faculty Of Humanities Diponegoro University Semarang.
- Thouless, Robert H. (2000). *Pengantar Psikologi Agama*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Wijaya, Dzikria Afifah Primala dan Muhana Sofiati Utami, (2021). *Conscientiousness and Quarter Life Crisis In Emerging Adulthound: Social Support as a Mediator*, *Gadhajh Mada Journal*, Volume 7, Nomor 2.
- Yusuf, Syamsu dan Judika Nurihsan. (2016). *Landasan Bimbingan Konselin*. Bandung : Rosda.
- Zwagery, Rika Vira, dan Emma Yuniarramah, (2021). *Quarter Life Crisis : Choose The Right Path, Whar Sould I Do Next?*, *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol. 4 : No. 3.

LAMPIRAN

Lampiran I

Draf Wawancara

Wawancara dengan Pengasuh Pondok Pesantren Al-Quran Al-Masthuriyah (K.H Zaenal Arifin) :

1. Apa tujuan adanya bimbingan Quarter life crisis?
2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan Quarter Life Crisis dalam upaya menangani permasalahan QLC?
3. Apa yang anda ketahui tentang Quarter Life Crisis?
4. Sejak kapan kegiatan bimbingan konseling islam dalam penanganan Quarter Life Crisis sebagai upaya menaganani permasalahan QLC?
5. Apa saja permasalahan quarter life crisis yang dialami oleh mahasantri?
6. Menurut anda seberapa penting menangani Quarter Life Crisis?
7. Bagaimana menurut pandangan Kyai bimbingan konseling islam sebagai salah satu bentuk upaya penanganannya?

Wawancara dengan pengurus yang membimbing Quarter life Crisis melalui bimbingan konseling islam sebagai upaya penanganannya:

1. Apa tujuan adanya kegiatan bimbingan Quarter Life Crisis?
2. Bagaimana pelaksanaa bimbingan Quarter Life Crisis dalam upaya menganai permasalahan QLC?
3. Apa yang anda ketahui tentang Quarter Life Crisis?
4. Sejak kapan kegiatan bimbingan konseling islam dalam penanganan Quarter Life Crisis sebagai upaya menaganai permasalahan QLC?
5. Apa saja permasalahan Quarter Life Crisis yang dialami oleh mahasantri?
6. Menurut anda seberapa penting menangani Quarter Life Crisis?

7. Bagaimana menurut pandangan pengurus bimbingan konseling islam sebagai salah satu bentuk penanganannya?
8. Bagaimana peran pengurus dalam membimbing pelaksanaan bimbingan konseling islam sebagai upaya menangani QLC?

Wawancara dengan para mahasantri yang sudah mondok dan megikuti kegiatan bimbingan konseling islam sebagai upaya menangani Quarter Life Crisis:

1. Apa saja permasalahan yang dialami oleh mahasantri?
2. Permasalahan apa saja yang membuat para mahasantri menjadi cemas dan khawatir?
3. Bagaimana respon mahasantri atas upaya bimbingan konseling islam dalam menangani Quarter Life Crisis?
4. Apa yang anda ketahui tentang Quarter Life Crisis?
5. Apa manfaat yang anda rasakan setelah bimbingan konseling islam dalam upaya menangani Quarter life Crisis?
6. Berapa kali mahasantri mendapat bimbingan dalam mengatasi Quarter life Crisis?
7. Apakah setelah mengikuti bimbingan konseling islam sebagai upaya mengangani permasalahan Quarter Life Crisis, anda semakin bersemangat dalam menjalani hidup di kuliah?
8. Bagaimana dampak setelah mengikuti Bimbingan Konseling Islam?
9. Bagaimana pendapat anda mengenai penangan Quarter Life Crisis yang dilakukan oleh pondok?

Lampiran II

Foto Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masthuriyah



Lampiran III

Foto wawancara dengan narasumber





Lampiran IV

Foto kegiatan di Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Masturiyah



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Yazha Azizul Islami
Tempat, Tanggal Lahir : Brebes, 10 Oktober 2001
Jenis Kelamin : Laki-laki
Alamat : Saditan Baru, Kec. Brebes, Kab. Brebes, Jawa Tengah.
No. Hp : 081327762097
E-mail : Yazatdr4740@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. Formal
 - a. SD : SDN Brebes 14
 - b. MTs : MTs Assalafiyah Luwungragi
 - c. MA : MA Sunan Katong Kaliwungu
2. Non Formal
 - a. PP Al-Islah Assalafiyah Luwungragi
 - b. PP Al-Asror Kaliwungu
 - c. Madrasah Miftahul Banat Wal Banien Kaliwungu

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Semarang. 14 Juni 2023

Yazha Azizul Islami