



**KONTEKSTUALISASI *QUARTER LIFE CRISIS* DALAM PEMBINAAN
REMAJA PERSPEKTIF AL-QUR'AN
(Tinjauan Psikologi)**

SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi salah satu syarat guna memperoleh
Gelar Sarjana Agama (S.Ag) Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



UIN SUSKA RIAU

Oleh:

YOSI AMELIA NASUTION

NIM: 11930220952

Pembimbing I

Afriadi Putra, S.Th.I., M.Hum

Pembimbing II

Agus Firdaus Chandra, Lc., M.A

UIN SUSKA RIAU

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN
UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU
1444 H/2023 M**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Afriadi Putra, S.Th.I., M.Hum
Agus Firdaus Chandra, Lc., MA
Dosen Pembimbing Skripsi
An. **Yosi Amelia Nasution**

: Dinas
: 5 (lima) eksemplar
: Pengajuan Skripsi
An. **Yosi Amelia Nasution**

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Ushuluddin
UIN SUSKA RIAU
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb.
Dengan hormat,

Setelah dengan seksama dan memberikan bimbingan serta petunjuk bagi perbaikan naskah ini, kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi atas nama Sdr. Yosi Amelia Nasution (NIM: 11930220952) yang berjudul: **KONTEKSTUALISASI QUARTER LIFE CRISIS DALAM PEMBINAAN REMAJA PERSPEKTIF AL-QUR'AN (Tinjauan Psikologi)** telah dapat diajukan sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dari Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin.

Harapan kami dalam waktu dekat, mahasiswa yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji secara resmi dalam sidang munaqasyah yang telah ditetapkan.

Demikian untuk dapat dimaklumi, atas perhatian diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekanbaru, 05 Mei 2023

Pembimbing I,

Afriadi Putra, S. Th. I., M. Hum
NIP. 19890420 201801 1 001

Pembimbing II,

Agus Firdaus Chandra, Lc., MA
NIP. 19850829 201503 1 002

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
Dilarang mengutip, menyalin, atau menyebarluaskan secara keseluruhan atau sebagian dari seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
c. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: “Kontekstualisasi Quarter Life Crisis Dalam Pembinaan Remaja Perspektif Al-Qur’an (Tinjauan Psikologi)”

Nama : Yosi Amelia Nasution

NIM : 11930220952

Program Studi : Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir

Tela dimunaqasyahkan dalam sidang panitia Ujian Sarjana Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 11 Juli 2023

Sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.



Pekanbaru, 14 Juli 2023

Dekan,

Dr. Jamaluddin, M. Ush

NIP. 19670423 199303 1 004

Panitia Ujian Sarjana

Ketua

H. Agus Firdaus Candra, Lc., MA
NIP. 19850829 201503 1 002

Sekretaris

Dr. Khotimah, M.Ag
NIP. 19740816 200501 2 002

Mengetahui

Penguji III

Dr. H. Masyhuri Putra, Lc., M.Ag
NIP. 19710422 200701 1 019

Penguji IV

Suja'i Sarifandi, M.Ag
NIP. 19700503 199703 1 002

Hak cipta dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
c. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yosi Amelia Nasution
NIM : 11930220952
Tempat/Tanggal Lahir : Tanjung Balai/06 Juni 2001
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis dengan judul: **“Kontekstualisasi *Quarter Life Crisis* dalam Pembinaan Remaja Perspektif Al-Qur'an (Tinjauan Psikologi)”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, merupakan hasil karya saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu yang terdapat di skripsi ini, yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan Gelar Akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Pekanbaru, 06 Juni 2023



Yosi Amelia Nasution
NIM. 11930220952



- Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

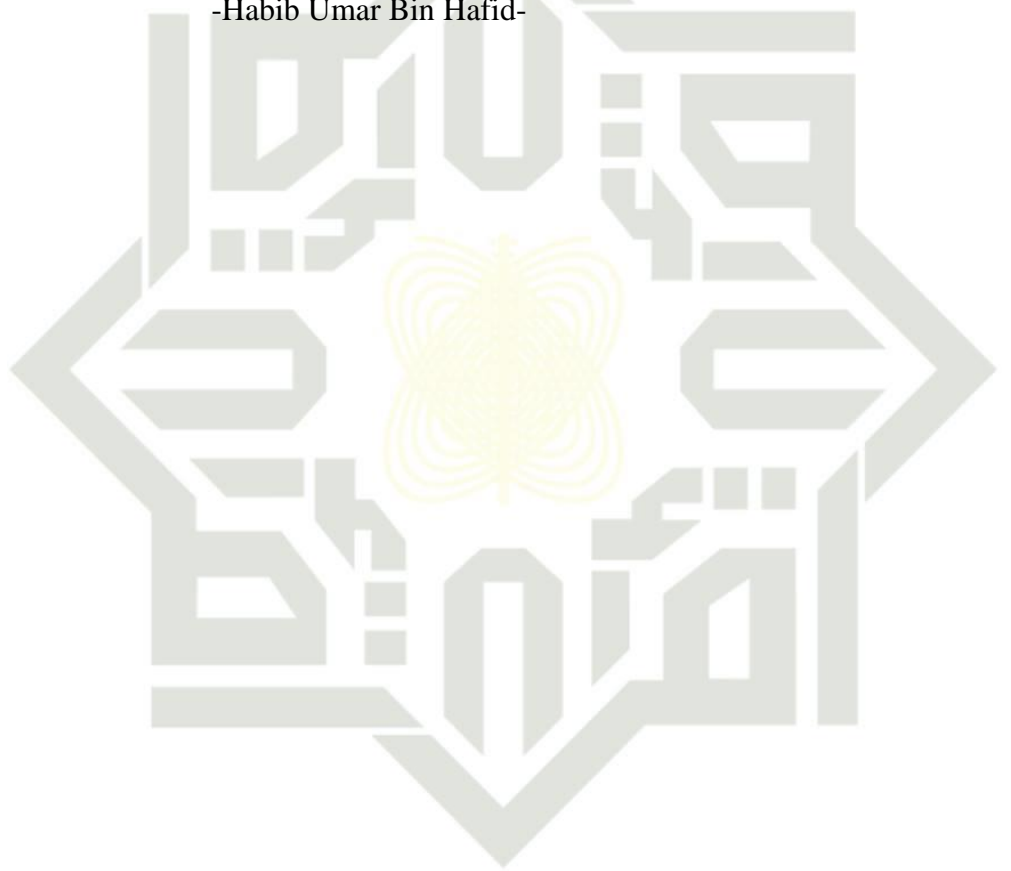
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Jangan biarkan kesulitanmu menguasaimu, percayalah ini malam yang gelap dan hari yang cerah akan datang. Karena sesungguhnya dengan kesulitan akan ada kemudahan” (QS. al-Insyirah: 5)

Rasa khawatir yang berlebihan terhadap masa depanmu, adalah sikap berburuk sangka kepada Allah subhanahu wata'ala
-Habib Umar Bin Hafid-



UIN SUSKA RIAU



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah rabbil 'alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah menghamparkan rahmat dan karunia-Nya hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul: **“KONTEKSTUALISASI QUARTER LIFE CRISIS DALAM PEMBINAAN REMAJA PERSPEKTIF AL-QUR’AN (Tinjauan Psikologi)”** dan untuk memenuhi tugas akhir sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag). Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada teladan untuk umat manusia yakni Nabi Muhammad SAW, semoga kelak kita bisa mendapatkan syafaatnya.

Penulis menyadari tanpa bantuan dari banyak pihak, penulis tidak akan mampu untuk menyelesaikan tulisan ini dengan baik. Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu. Hanya Allah SWT yang dapat membalas semua jasa dan bantuan yang telah diberikan oleh mereka. Untuk itu penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim. Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M.Ag beserta jajarannya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di universitas ini.
2. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin Dr. H. Jamaluddin, M.Us. Wakil Dekan I Dr. Rina Rehayati, M.Ag. Wakil Dekan II Dr. Afrizal Nur, MIS. dan Wakil Dekan III Dr. H. M. Ridwan Hasbi, Lc., M.Ag.
3. Bapak Agus Firdaus Chandra, Lc., MA selaku Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir dan selaku Pembimbing Akademik dan serta pembimbing skripsi ini dan Bapak Afriadi Putra S.Th.I., M.Hum sebagai sekretaris Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir dan selaku pembimbing skripsi ini yang baiknya *Maasyaa Allaah* yang telah sangat banyak memberikan bimbingannya kepada penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan

- penyusunan skripsi ini. Terima kasih banyak atas segala nasihat, motivasi, dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis.
4. Seluruh dosen yang telah memberikan materi perkuliahannya. Semoga Allah SWT membalas kebaikan yang telah dilakukan dan Allah SWT jadikan ilmu yang diajarkan sebagai amal jariyah dan ladang ilmu yang bisa dituai kemudian hari.
5. Kepala Perpustakaan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau beserta segenap jajarannya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk meminjam berbagai referensi guna menopang pembahasan yang penulis butuhkan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Teruntuk Ayah Harun *rahimahullah* dan Ibu Rosmaidah *rahimahullah* semasa hidupnya yang telah memberikan dukungan terbaik, teladan terbaik, motivasi terbaik, perjuangan terbaik, do'a terbaik dan terimakasih sudah mengajarkan adek kuat sendirian sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini. Begitu pula dengan Kakak Suriani, Abang Rial Syahputra dan Ibu Nurainun yang selalu memberikan dukungan dan do'anya. Dan untuk kedua keponakanku yang comel Rizki Azhar dan Intan Nuraini yang selalu membantu penulis. Semoga Allah SWT balas kebaikan kalian dengan kebaikan pula.
7. Sahabat Terbaik Penulis "Istri Sholehah" (Rahma Windiyani, Rani Rahmadani M, dan Elsa Susanti) yang telah sangat membantu segala keperluan dalam penyusunan skripsi. Mba Istiana Sukma Arum yang telah banyak membantu, mengarahkan, sekaligus menjadi pendukung terbaik mulai dari awal penulis menyusun penelitian ini. Bunga Dwi Sukma sebagai partner kajian penulis. Begitu pula dengan teman-teman kontrakan "Pondokan El-Zahra" (Ayu Wulandari, Arni Jumiatus Sakdiah, Fantri Indarti, Durotun Nasikhah, Ilani Syafira, Ria Anjani, Elpi dan Dessy Chintia). Teman-teman kelas IAT D yang telah memberikan tunjuk ajar, do'a dan dukungannya, serta teman-teman IAT angkatan 2019 yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini, dan selalu memberikan do'a-do'a baik.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

8. Seluruh teman-teman yang sama-sama duduk untuk menimba ilmu di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau terutama di Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin yang telah memberikan semangat, kritik, saran, serta do'a terbaik.

Penulis menyadari akan keterbatasan kemampuan yang penulis miliki dalam penulisan skripsi ini. Karena itu, tentulah terdapat kekurangan serta kekhilangan yang memerlukan kritikan positif demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Kepada Allah SWT penulis berdoa semoga kebaikan dan kontribusi yang telah mereka berikan dinilai sebagai ibadah sehingga selalu mendapatkan rahmat dan karunia-Nya. *Aamiin ya Rabbal 'alamiin.*

Pekanbaru, 06 Juni 2023

Penulis,

Yosi Amelia Nasution
NIM. 11930220952

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PEDOMAN TRANSLITERASI

Pengalihan huruf Arab-Indonesia dalam naskah ini didasarkan atas Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama, Menteri Pendidikan, dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1988, No. 158/1987 dan 0543.b/U/1987, sebagaimana yang tertera dalam buku Pedoman Transliterasi Bahasa Arab (*A Guide to Arabic Transliteration*), INIS Fellow 1992.

A. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ط	Th
ب	B	ظ	Zh
ت	T	ع	'
ث	Ts	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	H	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dz	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	هـ	H
سـ	Sy	ء	,
ش	Sh	ي	Y
ذـ	Dh		

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<u>Vokal</u>		<u>Vokal Panjang</u>		<u>Contoh</u>	
=	a	اَ	=	ā	تَكَاثُرٌ = takātsur
=	i	يَ	=	ī	يَهْجُجُ = yahīj
=	u	وُ	=	ū	تَعْلَمُونَ = ta'lamūn
		اَوُ	=	aw	سَوْفَ = sawf
		اَيُ	=	ay	عَيْنٌ = 'ayn

Catatan:

1. Kata alif-lam alta'rīf baik syamsiyyah maupun qamariyyah diawali dengan al- dan disambung dengan kata yang mengikutinya. Contoh: al-bayt, al-hadid, al-dār, al-sahīh.
2. Huruf tā' *marbūtah* (ة) ditulis dengan ĥ. Contoh: *al-mar'ah* (bukan al-mar'a), *Dzurriyah* (bukan dzurriya).
3. Huruf *tasydīd* ditulis dua kali. Contoh: *al-kuffarah*, *al-makkaḥ*, *al-nabawiyah*.
4. Secara umum vokal huruf terakhir suatu kata tidak dituliskan pengecualian diberikan pada huruf terakhir kata-kata berikut ini, di mana vokalnya ditulis sebagaimana adanya:
 - a. Kata kerja (*fi'il*). Contoh: *dzahaba* (bukan *dzahab*), *qara'a* (bukan *qara'*), *yaqūlu* (bukan *yaqūl*), *yasma'ūna* (bukan *yasma'un*).
 - b. Kata milik. Contoh: *baytuka* (bukan *baytuk*), *qauluhu* (bukan *qauluh*).
 - c. Vokal terakhir kata-kata *fawqa* (bukan *fawq*), *tahta* (bukan *taht*), *bayna* (bukan *bayn*), *amama* (bukan *amam*), *warā'a* (bukan *warā'*), dan sejenisnya.

Vokal Panjang dan Diftong

Setiap penulisan bahasa Arab dalam bentuk tulisan latin vokal fathah ditulis dengan “a”, kasrah dengan “i”, dhommah dengan “u”, sedangkan bacaan panjang masing-masing ditulis dengan cara berikut:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Vokal (a) panjang	= Â	Misalnya قال menjadi qâla
Vokal (i) panjang	= Î	Misalnya قيل menjadi qîla
Vokal (u) panjang	= Û	Misalnya دون menjadi dûna

Khusus untuk bacaan ya' nisbat, maka tidak boleh digantikan dengan "i", melainkan tetap ditulis dengan "iy" agar dapat menggambarkan ya' nisbat diakhirnya. Begitu juga untuk suara diftong, wawu dan ya' setelah fathah ditulis dengan "aw" dan "ay". Perhatikan contoh berikut:

Diftong (aw) = وَاوْ	Misalnya قول menjadi qawlu
Diftong (ay) = وَيْ	Misalnya خير menjadi khayrun

C. Ta' marbûthah (ة)

Ta' marbûthah ditransliterasikan dengan "t" jika berada ditengah kalimat, tetapi apabila *ta' marbûthah* tersebut berada di akhir kalimat, maka ditransliterasikan dengan menggunakan "h" misalnya الرسالة للمدرسة menjadi *al-risalat li al-mudarrisah*, atau apabila berada ditengah-tengah kalimat yang terdiri dari susunan *mudhaf* dan *mudhaf ilayh*, maka ditransliterasikan dengan menggunakan "t" yang disambungkan dengan kalimat berikutnya, misalnya في رحمة الله menjadi *fi rahmatillâh*.

D. Kata Sandang dan Lafdh al-Jalâlah

Kata sandang berupa "al" (ال) ditulis dengan huruf kecil, kecuali terletak di awal kalimat, sedangkan "al" dalam lafadh jalâlah yang berada ditengah-tengah kalimat yang disandarkan (*idhafah*) maka dihilangkan. Perhatikan contoh-contoh berikut ini :

- a. Al-Imâm al-Bukhâriy mengatakan....
- b. Al-Bukhâriy dalam muqaddimah kitabnya menjelaskan....

Masyâ Allâh kâna wa mâ lam yasya' lam yakun



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRAK

Yosi Amelia Nasution (11930220952): “**Kontekstualisasi *Quarter Life Crisis* dalam Pembinaan Remaja Perspektif Al-Qur’an (Tinjauan Psikologi)**”.

Quarter Life Crisis merupakan periode ketidakpastian dan penuh pertanyaan yang biasanya terjadi ketika orang merasa terjebak, tidak terinspirasi dan kecewa selama usia pertengahan 20-an hingga awal 30-an. Perasaan semacam ini sering muncul pada remaja yang terlalu memikirkan hal-hal yang belum pasti kejadiannya. Masalah dalam penelitian ini mengkaji bagaimana pandangan Al-Qur’an terhadap *Quarter Life Crisis* serta kontekstualisasinya dalam pembinaan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pandangan Al-Qur’an terhadap *Quarter Life Crisis* serta kontekstualisasinya dalam pembinaan remaja. Penelitian ini merupakan penelitian pustaka (*library research*) dan metodologi yang digunakan adalah studi tematik (*maudhu’i*). Bersumber dari data primer yaitu kitab tafsir klasik yang penulis gunakan yaitu tafsir ath-Thabari, tafsir Qurthubi dan kitab tafsir kontemporer yang penulis gunakan yaitu kitab tafsir al-Munir, al-Mishbah, dan tafsir kemenag, serta data sekundernya yaitu buku atau jurnal tentang *Quarter Life Crisis*, pembinaan remaja, buku psikologi dan psikologi Islam, dengan teknis analisis data deskriptif. Adapun hasil penelitian ini adalah 1) *Quarter Life Crisis* dalam Al-Qur’an dikatakan sebagai suatu cobaan dan ujian. Kemudian terdapat juga ayat yang membahas tentang larangan merasa takut dan bersedih hati, larangan berputus asa dari rahmat Allah, dan perintah untuk menjauhi prasangka buruk. Mengenai ayat tersebut diharapkan dapat menjadi pelajaran khususnya para remaja untuk tidak khawatir secara berlebihan terkait masa depan. 2) Ketakutan dalam *Quarter Life Crisis* berupa takut perihal masa depan, takut perihal jodoh dan takut perihal kehidupan akhirat. Kekhawatiran dan ketakutan-ketakutan tersebut Al-Qur’an memiliki solusi untuk menghadapinya sebagai pembinaan terhadap kekhawatiran, perihal ketakutan akan masa depan dengan cara bekerja dan menuntut ilmu, sedangkan ketakutan perihal jodoh dihadapi dengan berikhtiar dan menikah, selanjutnya ketakutan perihal kehidupan akhirat dihadapi dengan tidak pernah berputus asa dari rahmat Allah.

Kata Kunci: *Quarter Life Crisis*, Remaja, Al-Qur’an



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRACT

Yosi Amelia Nasution (11930220952): “**Contextualization of Quarter Life Crisis in Youth Development from the Perspective of the Qur'an (Psychological Review)**”.

The Quarter Life Crisis is a period of uncertainty and questioning that typically occurs when people feel trapped, uninspired and disillusioned during their mid-20s to early 30s. This kind of feeling often appears in teenagers who think too much about things that are not certain what happened. The problem in this study examines how the Qur'an views the Quarter Life Crisis and its contextualization in youth development. This study aims to find out how the Qur'an views the Quarter Life Crisis and its contextualization in youth development. This research is a library research and the methodology used is a thematic study (maudhu'i). Sourced from primary data, namely the classical commentary that the author uses, namely the interpretation of ath-Tabari, Qurthubi interpretation and the contemporary interpretation book that the author uses, namely the interpretation of al-Munir, al-Mishbah, and the interpretation of the Ministry of Religion, as well as secondary data, namely books or journals about the Quarter Life Crisis, youth coaching, psychology and Islamic psychology books, with descriptive data analysis techniques. The results of this study are 1) Quarter Life Crisis in the Qur'an is said to be a trial and a test. Then there are also verses that discuss the prohibition of feeling afraid and grieving, the prohibition of despairing of God's grace, and the command to stay away from bad prejudice. It is hoped that this verse can be a lesson, especially for teenagers, not to worry too much about the future. 2) Quarter Life Crisis is a problem that affects teenagers. Teenagers who are in this phase tend to experience excessive worry or fear. The fear is in the form of fear of the future, fear of mate and fear of the afterlife. These worries and fears the Al-Qur'an has a solution to deal with them as coaching for worries, regarding fears about the future by working and studying, while fears regarding a mate are faced by making efforts and getting married, then fears regarding the afterlife are faced by not ever despair of the grace of God,

Keywords: *Quarter Life Crisis, Youth, Al-Qur'an*

UIN SUSKA RIAU

المخلص

“تحديد سياق أزمة الحياة ربع السنوية في تنمية الشباب من منظور القرآن (مراجعة نفسية)” أزمة الحياة ربع السنوية هي فترة من عدم اليقين والتساؤل التي تحدث عادة عندما يشعر الناس بأنهم محاصرون وغير ملهمين وخيبة أمل خلال منتصف العشرينات إلى أوائل الثلاثينيات. غالبًا ما يظهر هذا النوع من المشاعر لدى المراهقين الذين يفكرون كثيرًا في أشياء غير متأكدة مما حدث. تفحص المشكلة في هذه الدراسة كيف ينظر القرآن إلى أزمة الحياة ربع السنوية وسياقها في تنمية الشباب. تهدف هذه الدراسة إلى معرفة كيف ينظر القرآن إلى أزمة الحياة ربع السنوية وسياقها في تنمية الشباب. هذا البحث هو بحث مكتبة ، والمنهج المستخدم فيه دراسة موضوعية. مأخوذة من البيانات الأولية ، أي الشرح الكلاسيكي الذي استخدمه المؤلف ، أي تفسير الطبري وتفسير القرشي وكتاب التفسير المعاصر الذي استخدمه المؤلف ، أي تفسير المنير والمشباح وتفسيره. وزارة الدين ، وكذلك بيانات ثانوية ، مثل الكتب أو المجالات عن أزمة الحياة ربع السنوية ، وكتب تدريب الشباب ، وكتب علم النفس وعلم النفس الإسلامي ، مع تقنيات تحليل البيانات الوصفية. نتائج هذه الدراسة هي: (١) يقال إن أزمة الحياة في القرآن هي تجربة واختبار. ثم هناك آيات تتحدث عن تحريم الشعور بالخوف والحزن ، وتحريم اليأس من نعمة الله ، والأمر بالابتعاد عن التعصب. المأمول أن تكون هذه الآية درسًا ، خاصة للمراهقين ، حتى لا يقلقوا كثيرًا على المستقبل. (٢) أزمة ربع العمر هي مشكلة تؤثر على المراهقين ، فالمرهقون الذين هم في هذه المرحلة يميلون إلى الشعور بالقلق أو الخوف المفرط. الخوف في صورة الخوف من المستقبل والخوف من الشريك والخوف من الآخرة. هذه الهموم والمخاوف من أن للقرآن حلاً للتعامل معها كمدرّب للهموم ، فيما يتعلق بالمخاوف على المستقبل بالعمل والدراسة ، بينما المخاوف بشأن الرفيق تواجهه ببذل الجهد والزواج ، ثم المخاوف من الرفيق. تواجه الحياة الآخرة لا يأس أبدا من نعمة الله.

الكلمات المفتاحية: أزمة ربع العمر ، الشباب ، القرآن

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI**Halaman**

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	
NOTA DINAS	
PERSETUJUAN PEMBIMBING	
SURAT PERNYATAAN	
MOTTO	
KATA PENGANTAR	i
PEDOMAN TRANSLITERASI	iv
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
المخلص	ix
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Penegasan Istilah.....	4
C. Identifikasi Masalah.....	6
D. Batasan Masalah.....	7
E. Rumusan Masalah.....	7
F. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
G. Sistematika Penulisan.....	8
BAB II LANDASAN TEORETIS	10
A. Kerangka Teori.....	10
1. Teori <i>Quarter life Crisis</i>	10
2. Teori Remaja.....	18
3. Teori Psikologi.....	20

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Tinjauan Pustaka	22
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis Penelitian.....	29
B. Sumber Data.....	30
C. Teknik Pengumpulan Data.....	30
D. Teknik Analisis Data.....	31
BAB IV <i>QUARTER LIFE CRISIS</i> MENURUT MUFFASSIR DAN KONTEKSTUALISASINYA TERHADAP PEMBINAAN REMAJA	32
A. Penafsiran Ayat-ayat Al-Qur'an tentang <i>Quarter Life Crisis</i>	32
B. Kontekstualisasi <i>Quarter Life Crisis</i> dalam Pembinaan Remaja Perspektif Al-Qur'an.....	41
BAB V PENUTUP	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran.....	55
DAFTAR KEPUSTAKAAN	56
BIODATA PENULIS	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Remaja berasal dari bahasa *adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Remaja tidak memiliki tempat yang jelas, mereka sudah tidak termasuk golongan anak-anak, dan belum dapat diterima secara penuh sebagai orang dewasa. Remaja ada diantara anak dan orang dewasa.¹ Masa ini mulai kira-kira pada umur 13 tahun dan berakhir kira-kira pada umur 21 tahun. Masa 9 tahun (13-21) yang dilalui oleh anak-anak itu, tidak ubahnya sebagai suatu jembatan penghubung antara masa tenang yang selalu bergantung pada pertolongan dan perlindungan orang tua, dengan masa berdiri sendiri, bertanggung jawab dan berpikir matang.

Remaja adalah usia ketika Anda siap untuk menjadi dewasa yang sehat dan matang dan sehat. Kegoncangan emosional, kebingungan tentang mencari pasangan hidup dan kesibukan mencari bekal pengetahuan dan keahlian yang diperlukan untuk menjadi senjata dalam usia dewasa. Remaja yang pada hakikatnya mengalami kesulitan dalam hal ini mudah jatuh ke dalam kesengsaraan batin, kecemasan, ketidakpastian, dan kebingungan jika mereka berada dalam lingkungan luar yang tidak sesuai, penuh kontradiksi, dan tidak stabil. Karena hal ini banyak dari mereka yang melakukan hal-hal yang berbahaya bagi diri mereka sendiri, seperti menyalahgunakan narkoba dan obat-obat bius lainnya. Dampak tersebut bisa disebut dengan kenakalan remaja.

Kesehatan mental adalah masalah yang harus dihadapi generasi muda. Sebagaimana riset *National Survey on Drug Use and Health* di Amerika Serikat sebuah badan survey yang beroperasi sejak tahun 1971. Analisa dilakukan pada 200 remaja dari tahun 2005 hingga 2017, selanjutnya penelitian dilakukan pada usia dewasa sebanyak 400 orang dari tahun 2008 sampai 2017. Hasilnya menunjukkan bahwa tingkat depresi meningkat 50% pada usia remaja, sedangkan usia 18-25 tahun atau usia dewasa awal meningkat 60% dari 8,1 % menjadi

¹ Muhammad Ali dan Muhammad Ansori, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2017), hlm. 9.

13,2%. Tingkat depresi pada orang-orang dari usia 26 tahun ke bawah juga meningkat hampir 50%, dari 7% menjadi 10,3%. Hasil ini sebanding dengan temuan di Indonesia, di mana Kementerian Kesehatan meriset depresi pada tahun 2018 dan menemukan bahwa 6% dari total penduduk mengalami depresi. Orang yang berusia 75 tahun ke atas rentan alami depresi, akan tetapi usia 15 hingga 24 tahun lebih banyak mengidap gangguan kesehatan mental.²

Berdasarkan riset di atas, orang dewasa awal berusia 18 hingga 25 tahun lebih cenderung mengalami gangguan mental. Hal tersebut tentu tidak terlepas dari fase krisis yang dialaminya. Krisis ini disebut *Quarter Life Crisis* atau krisis seperempat abad. Di mana istilah tersebut pertama kali dimunculkan oleh Robinson dan Wilner, sebuah krisis yang harus dilewati setiap orang dan keadaan krisis tiap-tiap dewasa awal berbeda-beda. Belakangan, masalah *Quarter Life Crisis* menjadi sangat penting bagi kalangan muda.

Proses pencarian jawaban atas semua permasalahan tersebut kemudian membuat individu menghadapi berbagai tantangan, dimana dari tantangan tersebut individu berusaha mencari solusi untuk mengatasinya. Namun, beberapa orang memilih metode pemecahan masalah yang salah. Hal ini sedikit banyak dapat dilihat dari maraknya kasus bunuh diri dikalangan mahasiswa, seperti yang telah dikabarkan oleh beberapa media pemberitaan di Indonesia. Salah satunya yaitu *tempo.co* yang memberitakan pada bulan Maret lalu seorang remaja 16 Tahun di Jakarta ditemukan tewas gantung diri di kamar.³ Terdapat pula seorang mahasiswa ITB yang mengakhiri hidupnya dengan terjun dari atap lantai tiga, besar dugaan penyebab kasus bunuh diri tersebut adalah dikarenakan depresi.⁴

Untuk menyelesaikan masalah ini, Islam sebagai agama sudah seharusnya ambil bagian untuk memberikan jalan keluar. Memang, term *Quarter Life Crisis* belum pernah dikenal dalam Islam. Akan tetapi, ketika dikaji ulang Islam telah

² Anindhita Maharani, "Generasi Muda Dihantui Gangguan Mental," *lokadata.id* <https://lokadata.id/artikel/generasi-muda-dihantui-gangguan-mental>, diakses pada 06 Januari 2023

³ Hamdan Cholifudin Ismail, "Remaja 16 Tahun Ditemukan Tewas Bunuh Diri di Kamar Rumah", *tempo.co*, <https://metro.tempo.co/read/1568100/remaja-16-tahun-ditemukan-tewas-bunuh-diri-di-kamar-rumah>, diakses pada 06 Januari 2023

⁴ Admin Tempo, "Mahasiswa ITB Terjun dari Atap Lantai 3", *tempo.co*, <https://www.google.com/amp/s/nasional.tempo.co/amp/384929/mahasiswa-itb-terjun-dari-atap-lantai-3>, diakses pada 06 Januari 2023

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menjelaskan dalam Al-Qur'an tentang prinsip kehidupan *Innama'al usri yusro*, setiap kesulitan ada kemudahan. Disamping itu, Rasulullah juga menganjurkan beribadah ketika kita merasa gelisah, cemas, bingung dan khawatir. Misalnya berdo'a, membaca Al-Qur'an, dan tawakal.

Al-Qur'an adalah petunjuk yang dapat dipahami untuk menemukan nilai-nilai yang dapat digunakan untuk menyelesaikan berbagai masalah dalam hidup. Apabila dihayati dan diamalkan akan menjadikan pikiran, rasa, dan karsa mengarah kepada realitas keimanan yang dibutuhkan bagi stabilitas dan ketentraman hidup individu dan masyarakat.⁵ Dalam hal ini Al-Qur'an mampu menjawab tantangan kontemporer baik secara spiritual dan material. Hal ini didasarkan pada firman Allah SWT dalam Surah al-Isra ayat 82:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۖ وَلَا يَرْيَدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

“Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.”(QS. Al-Isra [17]: 82)⁶

Ayat tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur'an turun sebagai penawar atau obat dari berbagai permasalahan manusia dian taranya penyakit-penyakit kejiwaan, seperti keraguan dan kebimbangan batin yang sering muncul di hati orang-orang beriman.⁷

Setiap orang merespon secara berbeda terhadap transisi dari masa remaja ke masa dewasa, ketika individu bereaksi negatif, mereka merasa sulit untuk menyesuaikan diri dengan masa dewasa dan kurang puas dengan kehidupan. Jika seseorang tidak dapat beradaptasi dengan perubahan ini, mereka dapat mengalami krisis emosional dan bahkan krisis seperempat kehidupan.

Berdasarkan latar belakang diatas, agar pembahasan lebih terarah dan mudah dipahami penulis mengidentifikasi masalah dalam skripsi ini pada

⁵ M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an*, (Bandung: IKAPI, 1996), hlm. 13.

⁶ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: LPMQ, 2019), hlm. 363

⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah; Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, vol. 7 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 530.

suatu tema yaitu “**Kontekstualisasi *Quarter Life Crisis* dalam Pembinaan Remaja Perspektif Al-Qur’an (Tinjauan Psikologi).**”

Penegasan Istilah

Untuk menghindari kesalahpahaman tentang istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka akan digunakan penegasan istilah, antara lain sebagai berikut:

Kontekstualisasi

Kata “kontekstualisasi” (*contextualisation*) berasal dari kata ‘konteks’ (*context*) yang diangkat dari kata Latin “*contextere*”, yang berarti menenun atau menghubungkan bersama (menjadikan satu). Kata benda “*contextus*” menunjuk kepada apa yang telah ditenun (tertenun), semuanya telah dihubung-hubungkan secara keseluruhan menjadi satu. Pengertian ini menjelaskan kontekstualisasi, perhatian ditujukan kepada dua atau lebih komponen yang disatukan, atau, berbicara tentang penyatuan beberapa komponen.⁸

Kontekstualisasi berarti melihat realitas historis yang sedang terjadi pada saat ini dan kemudian mencari pedoman dan petunjuk Al-Qur’an mengenai apa yang harus dilakukan. Tradisi *hermeneutika* memusatkan perhatian terhadap ketiga aspek (teks, konteks, dan kontekstualisasi) tersebut dalam sebuah lingkaran yang tidak terputus, dalam arti ketika seorang melakukan penggalian dan sekaligus “reproduksi” makna, ketiga aspek tersebut harus dilibatkan tanpa terputus. Ketika seorang menggali makna teks, maka ketika itu pula ia harus memperhatikan konteks dimana teks tersebut muncul dan bagaimana teks itu dipahami dalam konteks asalnya, sehingga dengan pemahaman tersebut bisa dilakukan pemaknaan kembali teks yang dimaksud dalam konteks yang berbeda.⁹

Quarter Life Crisis

Quarter Life Crisis adalah perasaan khawatir yang hadir tidak adanya kepastian pada kehidupan mendatang seputar relasi, kehidupan sosial, karir

⁸ Abdul Wachid B.S., *Gandrung Cinta: Tafsir Terhadap Puisi Sufi A. Mustofa Bisri*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2008), hlm. 31-32

⁹ Marhaban, Memahami Teks Al-Qur’an Dengan Pendekatan Hermeneutika, *Jurnal At Tibyan*, Vol. 2 No. 1, Juni 2017, hlm. 38-39.

yang terjadi pada umur duapuluh.¹⁰ Istilah *Quarter Life Crisis* pertama kali dikemukakan 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 tersebut 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.

Remaja

Fase remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting, yang diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga mampu bereproduksi. Salzman mengemukakan bahwa remaja merupakan masa perkembangan sikap tergantung (*dependence*) terhadap orang tua kearah kemandirian (*independence*), minat-minat seksual, perenungan diri, dan perhatian terhadap nilai-nilai estetika dan isu-isu moral.¹¹ Istilah remaja telah digunakan secara luas untuk menunjukkan suatu tahap perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa, yang ditandai oleh perubahan-perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial. Batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli adalah antara 12 hingga 21 tahun.¹²

Psikologi

Secara etimologi, kata psikologi yang secara literal berarti “studi tentang jiwa” berasal dari bahasa Yunani Kuno *psyche* yang berarti “nafas”, “roh”, “jiwa”, “pikiran” atau “mental” dan *ilogial* yang berarti “studi tentang”.¹³

¹⁰ ‘Azizah Iffatul, *Quarter Life Crisis Di Masa Pandemi Pada Mahasiswa Akhir Iain Ponorogo Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Angkatan 2018*, Skripsi Fakultas Ushuluddin Adb dan Dakwah, (Ponorogo: Institut Agama Islam Negeri (IAIN), 2020), hlm. 25.

¹¹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 190.

¹² Zulkifli L, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), hlm. 63.

¹³ Sudarwan Danim dan Khairil, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 1.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Psikologi berasal dari kata dalam bahasa Yunani *Psychology* yang merupakan gabungan dari kata *psyche* dan *logos*. *Psyche* berarti jiwa dan *logos* berarti ilmu. Secara harfiah psikologi diartikan sebagai *ilmu jiwa*. Istilah *psyche* atau jiwa masih sulit dilihat wujudnya, meskipun tidak dapat dipungkiri keberadaannya. Dalam beberapa dasawarsa ini istilah jiwa sudah jarang dipakai dan diganti dengan istilah psikis.¹⁴

Identifikasi Masalah

Berdasarkan permasalahan yang muncul terkait judul penelitian ini dapat diidentifikasi, antara lain sebagai berikut:

1. Tantangan yang harus dilalui generasi muda adalah kesehatan mental, dimana kesehatan mental sangat mempengaruhi kondisi serta kehidupan yang akan mendatang.
2. Rusaknya mental seorang remaja bisa disebabkan karena *Quarter Life Crisis* yang mengakibatkan hal-hal buruk yang akan terjadi.
3. Kenakalan remaja merupakan salah satu dampak dari rusaknya mental, mencari kesenangan yang bersifat sementara salah satu contohnya ialah menggunakan obat-obatan terlarang.
4. Adapula dampak lainnya adalah menyebabkan remaja mengakhiri hidupnya karena tidak memiliki kekuatan menghadapi ketakutan-ketakutan perihal masa depan yang belum tentu terjadi.
5. Dari permasalahan-permasalahan tersebut, akan dikemukakan beberapa ayat yang berkaitan dengan *Quarter Life Crisis* yang kemudian ditafsirkan kemudian mengkontekstualisasikan *Quarter Life Crisis* dengan pembinaan remaja dalam Al-Qur'an.

D. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dan supaya penelitian ini lebih terarah dan tidak menyimpang dari pokok permasalahan, maka penulis membatasi dan memfokuskan penelitian ini hanya pada penafsiran para mufassir terkait ayat yang berkaitan dengan *Quarter Life Crisis* pada surah al-Isra ayat 31, Fussilat ayat 30, az-Zumar ayat 53, dan Yusuf ayat 87.

¹⁴ M. Syadli, *Psikologi Manajemen*, (Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2021), hlm. 3.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penulis mengambil kitab tafsir klasik dan kitab tafsir kontemporer. Kitab tafsir klasik yang penulis gunakan yaitu Tafsir ath-Thabari karya Abu Ja'far Muhammad dan Tafsir Qurthubi karya Abu Abdillah al-Qurthubi. Sedangkan kitab tafsir kontemporer yang penulis gunakan yaitu kitab Tafsir al-Munir karya Wahbah az-Zuhaili, Tafsir al-Mishbah karya M. Quraish Shihab, dan Tafsir Kementerian Agama.

Adapun alasan penulis menggunakan kitab tafsir tersebut agar dapat mengokohkan bagaimana kajian penafsiran dalam kitab tafsir klasik dan bagaimana kajian penafsiran dalam kitab tafsir kontemporer.

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an tentang *Quarter Life Crisis* menurut Mufassir?
2. Bagaimana kontekstualisasi *Quarter Life Crisis* dalam pembinaan remaja menurut Al-Qur'an?

F. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini, antara lain sebagai berikut:

- a. Menjelaskan penafsiran ayat-ayat tentang *Quarter Life Crisis* dalam Al-Qur'an.
- b. Menjelaskan kontekstualisasi *Quarter Life Crisis* dalam pembinaan remaja.

Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini, antara lain sebagai berikut:

- a. Manfaat teoritis adalah pengembangan teori-teori dan konsep-konsep dalam ilmu pengetahuan sesuai dengan konsentrasi keilmuan peneliti.¹⁵ Yang mana, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan

¹⁵Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Skripsi: Edisi Revisi*, (Pekanbaru: Fakultas Ushuluddin dan Magnum Pustaka Utama, 2019), hlm. 11.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penulis dan pembaca mengenai kontekstualisasi *Quarter Life Crisis* dalam pembinaan remaja perspektif Al-Qur'an serta dapat dijadikan sebagai referensi dalam penelitian kepustakaan (*Library Research*) selanjutnya, khususnya di bidang penafsiran Al-Qur'an.

- b. Manfaat praktis adalah pengembangan bagi lembaga/institusi terkait. Yang mana, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu masyarakat untuk mengamalkan kebaikan dan menghindari keburukan dari *Quarter Life Crisis*.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan merupakan garis besar isi skripsi yang terdiri dari bab dan sub bab yang mencerminkan satu kesatuan secara integral dan urgen.¹⁶ Untuk memudahkan pemahaman dan memberikan gambaran umum tentang isi penelitian ini, maka penulis merumuskan sistematika penulisannya, antara lain sebagai berikut:

- | | |
|---------|---|
| BAB I | Pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang masalah, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah, dengan menampilkan keresahan peneliti yang akan menjadi titik fokus penelitian, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penulisan. |
| BAB II | Landasan Teoretis berisi kajian teori. Pada kajian teori, terdapat teori-teori relevan ditujukan untuk membahas permasalahan-permasalahan yang terdapat dalam penelitian. Pada bab ini, penulis akan membahas tentang kajian teori berupa pengertian <i>Quarter Life Crisis</i> , fase <i>Quarter Life Crisis</i> , aspek-aspek <i>Quarter Life Crisis</i> , faktor-faktor <i>Quarter Life Crisis</i> , dan cara menghadapi <i>Quarter Life Crisis</i> . Kemudian pengertian remaja, perkembangan remaja. Dan tinjauan kepustakaan. |
| BAB III | Metode Penelitian, yang terdiri dari jenis penelitian pada penelitian ini jenis penelitian yang dipakai adalah penelitian kepustakaan atau <i>library research</i> , sumber data penelitian yaitu data primer dan data |

¹⁶ Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Skripsi: Edisi Revisi*, hlm. 12.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sekunder pada penelitian ini data primer yang digunakan adalah Al-Qur'an dan kitab-kitab tafsir yaitu tafsir klasik ath-Thabari, tafsir Qurthubi dan tafsir kontemporer al-Munir, al-Mishbah dan tafsir kemenag, sedangkan data sekunder yang digunakan adalah berupa buku, jurnal dan artikel-artikel, teknik pengumpulan data yang nantinya penulis akan melakukan tahapan-tahapan dalam mengumpulkan berbagai informasi terkait permasalahan penelitian, dan teknik analisis data.

BAB IV

Menampilkan pembahasan utama pada skripsi, pada bab ini akan dijelaskan penjelasan secara rinci untuk menjawab persoalan-persoalan yang telah ditanyakan pada rumusan masalah seperti menjelaskan penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an tentang *Quarter Life Crisis* dan membahas kontekstualisasi *Quarter Life Crisis* dalam pembinaan remaja perspektif Al-Qur'an.

BAB V

Penutup, yang terdiri dari kesimpulan sebagai jawaban problem akademik. Kemudian, dilanjutkan dengan saran-saran konstruktif bagi penelitian yang akan datang dengan tema yang sama.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II LANDASAN TEORETIS

A. Kerangka Teori

1. *Quarter Life Crisis*

a. Definisi *Quarter Life Crisis*

Quarter Life Crisis atau krisis seperempat abad adalah awal dari proses transisi menuju kedewasaan. Pada tahap ini, anak muda mungkin merasa stress bahkan depresi. Fenomena krisis seperempat kehidupan biasanya dialami oleh banyak orang di usia awal dua puluhan. Salah satunya adalah ketidakamanan ketika mereka menghadapi situasi dengan kehendak mereka.

Para ilmuwan berbeda dalam menentukan usia ini, akan tetapi Robbins dan Wilner selaku pencetusnya mengatakan umur 20 hingga 30 tahun yang berada di masa transisi. Ditandai dengan emosi yang tidak stabil, frustrasi, panik, cemas, dan hilang arah tujuan. Umumnya berada di fase mahasiswa atau sudah lulus, sehingga menimbulkan respon tidak berdaya, bingung, khawatir, takut menjalani masa depan.¹⁷

Jeffrey Arnett mengatakan transisi terjadi antara usia 18 dan 25 tahun dan ditandai dengan eksperimen dan eksplorasi. Terlepas dari perbedaan usia, masa dewasa awal sebenarnya merupakan batu loncatan menuju masa dewasa menengah dan akhir. Dalam penelitian ini diputuskan untuk menggunakan pengamatan Jeffrey Arnett. Dengan demikian, subjeknya adalah santri berusia antara 18 sampai 25 tahun yang sedang menuntut ilmu, mengabdikan diri di pesantren, atau keduanya.

Thorspecken dikutip Nurhalimah, menyebut *Quarter Life Crisis* sebagai kebingungan individu terhadap dirinya sendiri, mulai mempertanyakan karir, dan identitas dirinya. Umumnya setiap individu

¹⁷ Alexandra Robbins and Abby Wilner, "*Quarter Life Crisis; The Unique Challenges of Life in Your Twenties*", (Newyork: Teacher Pengui, 2001), hlm. 1.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

merespon dengan cara berbeda, misalnya berhenti bekerja, menunda berkarir, mengalami depresi, dan bahkan menumbuhkembangkan kecemasan.¹⁸.

Quarter Life Crisis dikatakan sebagai fenomena umum sebab telah dialami ribuan orang di belahan dunia. Usia mengalami *Quarter Life Crisis* adalah masa mengeksplor diri, akan tetapi realitanya tidak semua orang merasa nyaman dan mampu menjalaninya. Pada krisis seperempat abad inilah kebanyakan individu dipertemukan dengan kegagalan, kemunduran, maupun keberhasilan. Bahkan bisa menyebabkan individu depresi.

Dengan penjelasan di atas, bisa dipahami bahwa *Quarter Life Crisis* merupakan krisis yang terjadi karena transisi dari usia remaja ke dewasa awal. Pada fase ini seseorang mulai mencari identitas dirinya, merasakan kekhawatiran akan masa depan, merasa sendirian, dan sebagainya. Penyebab terjadinya beragam, bisa karena banyaknya pilihan maupun peran baru yang digelutinya.

b. Fase *Quarter Life Crisis*

1. Fase Pertama

Fase ini berkaitan dengan perasaan terjebak dalam situasi tertentu. Misalnya, seseorang sedang menghadapi berbagai masalah dalam hidupnya. Baik itu masalah yang berhubungan dengan pekerjaan, percintaan, maupun pandangan hidupnya. Bisa juga, individu merasa bahwa ia terjebak dalam berbagai macam pilihan dalam kehidupannya. Dalam hal pekerjaan misalnya. Kegagalan bisa muncul saat bingung memilih kerjaan yang mana.

Ketika seseorang merasa jenuh dengan apa yang dilakukannya itu, disaat itulah masa krisis dalam *Quarter Life Crisis* mulai terjadi. Terkadang, dalam hal ini timbul perasaan tidak tahu harus berbuat apa.

¹⁸ Nurhalimah, “Peran Pesantren Terhadap *Quarter Life Crisis*: Studi Tawakal Pesantren Da’ul Mukhlashin Probolinggo”, Tesis, (Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022), hlm. 46.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ketika terjebak dengan kejenuhan akan rutinitas maka akan timbul putus asa.

Begitu juga ketika seseorang merasakan kegagalan, baik gagal dalam masalah pekerjaan maupun percintaan. Ketika seseorang berada dalam situasi ini, sering kali ia berusaha untuk menghindar dari realita. Ia juga bisa merasa sulit untuk memulai sesuatu lagi. Takut gagal adalah alasan yang sering terjadi mengapa seseorang yang pernah gagal terkadang merasa sulit atau enggan untuk memulai lagi.

2. Fase Kedua

Fase ini berkaitan dengan adanya dorongan kuat untuk mengubah situasi yang dihadapinya. Dorongan tersebut bisa terjadi karena seseorang ingin mengakhiri situasi yang dirasa tidak enak itu menjadi lebih baik.¹⁹

Ketika seseorang mendapatkan masalah, tentu banyak emosi negatif yang muncul. Ketika emosi negatif terus menerus terjadi, seringkali hanya akan menguras energy, misalnya ketika sedih, marah, atau kecewa, seringkali tubuh fisik juga memberikan respons. Tubuh menjadi lemah, mudah letih dan lesu, atau bisa juga tubuh terus menerus sakit. Jika sudah berada dalam situasi yang demikian, tentu seseorang ingin lepas dari situasi yang tidak menyenangkan tersebut. Untuk itu, muncullah keinginan untuk mengubah situasi. Jika seseorang mempunyai keyakinan yang kuat, ini akan menjadi hal yang bagus, karena menimbulkan dorongan yang kuat untuk keluar dari masalah. Berarti, ia menginginkan kehidupannya berjalan lebih baik.

Pada fase ini, seseorang bisa kembali pada realita kehidupan yang dihadapinya. Ia bisa mengeksplere lagi dirinya sendiri. Ia kembali menggali dan mengenali dirinya sendiri, baik karakter maupun potensi dirinya. Dengan mengenali diri, akan muncul dorongan untuk mengembangkan dirinya sendiri menjadi lebih baik.

¹⁹ Istifatur Zaka, *What's the Matter with Quarter Life Crisis*, (Jogjakarta: Buku Bijak, 2022), hlm. 71

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Fase Ketiga

Fase ini berkaitan dengan adanya usaha dari individu untuk mencoba pengalaman baru.²⁰ Dalam hal ini, individu sudah mulai membuat keputusan akan pilihan yang dihadapi. Ketika ia berada dalam masalah, ia sudah mengetahui bagaimana menyikapinya.

Pilihan dalam menghadapi masalah tersebut bukan lagi sekadar perencanaan. Namun, ia sudah mewujudkannya dalam langkah yang nyata. Dengan kata lain, seseorang sudah mulai melakukan tindakan tertentu untuk mengubah situasi yang dihadapinya.

4. Fase Keempat

Pada fase ini, seseorang membangun pondasi hidupnya yang baru.²¹ Pada fase ini juga, individu bisa mengendalikan arah tujuan kehidupannya. Dengan demikian, seseorang telah memiliki hal baru yang menjadi landasan dan tujuannya menjalani kehidupan.

Pada fase ini, seseorang telah mengambil keputusan dan memahami konsekuensi tindakannya itu. Untuk itu, seseorang akan memulai kembali apa yang harus dilakukannya setelah melakukan tindakan atas pilihannya.

Fase ini juga bisa dikatakan dengan waktu yang tepat untuk bangkit dan memulai kembali kehidupan yang baru. Biasanya, seseorang akan melakukan berbagai perencanaan baru dalam hidupnya. Ia akan menyusun visi misi hidupnya atau ada hal baru yang ingin dicapai dalam hidupnya. Dengan begitu, arah tujuan kehidupan yang dipilihnya saat ini akan lebih terarah. Harapannya, akan jauh lebih baik daripada kehidupan yang sebelumnya.

5. Fase Kelima

²⁰ *Ibid.*, hlm. 72

²¹ *Ibid.*, hlm. 73

Fase ini berkaitan dengan memperkuat komitmen pada kehidupan yang baru. Ketika seseorang telah memutuskan untuk melakukan sesuatu yang baru dalam hidupnya, maka ia akan membuat perencanaan. Pada tahap inilah, komitmen untuk melakukan perencanaan itu tumbuh dengan kuat. Untuk itu, ia akan memperkuat komitmen itu dengan tindakan nyata yang terarah.

Biasanya, pada fase ini seseorang akan lebih fokus pada hal-hal yang memang menjadi minatnya. Seseorang akan intens melakukan hal-hal yang menarik hatinya. Seseorang akan melakukan berbagai macam tindakan yang menjurus pada minatnya tersebut.

c. Aspek-aspek *Quarter Life Crisis*

Quarter Life Crisis merupakan reaksi emosi pada usia 20an yang ditandai dengan rasa cemas, ketidakseimbangan dan gangguan psikologisnya dalam menentukan tujuan hidupnya. Menurut Robbins dan Wilner ada tujuh aspek seseorang mengalami *Quarter Life Crisis* yaitu:

1. Kebimbangan dalam pengambilan keputusan, pada dewasa awal ini pastinya individu akan mulai memilih tentang pilihan hidup yang akan ia tentukan. Pilihan hidup ini tentu muncul dengan harapan-harapan mengenai masa depan individu tersebut. Karena harapan-harapan inilah yang menimbulkan individu kebingungan dan ketakutan. Kebingungan dan ketakutan inilah yang membuat individu tersebut sulit untuk mengambil keputusan.
2. Putus Asa, timbul kepada individu ketika merasa bahwa dirinya gagal dengan apa yang sudah dilakukannya sehingga mulai bandingkan dirinya dengan kesuksesan orang lain.
3. Penilaian diri yang negatif, individu memandang dirinya sendiri selalu buruk karena selalu mengalami kegagalan dalam dirinya dan meragukan kemampuannya. Pada situasi individu harus lebih memahami dirinya sendiri agar tidak selalu memandang dirinya sendiri buruk.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Terjebak dalam situasi sulit, lingkungan memberikan dampak pada pikiran dan perilaku individu. Ketika individu menetap pada suatu keadaan yang membuatnya nyaman maka akan sangat mudah terpengaruhi.
5. Perasaan cemas, timbulnya kekhawatiran dalam tujuan hidup sehingga individu mengalami kecemasan. Ketika individu dalam situasi ini ia akan mengalami ketidakpercayaan dalam dirinya.
6. Tertekan, ketika seseorang mengalami begitu banyaknya tuntutan dalam hidupnya seperti karir, hubungan relasi, keluarga dan pendidikan dalam hal ini seseorang tersebut merasa tertekan.
7. Khawatir terhadap hubungan interpersonal, tidak hanya pendidikan dan karir, seseorang juga memiliki rasa kekhawatiran dalam hubungan asmara. Bagaimana seseorang tersebut akan menjalani kehidupan dengan pasangan dan mampu membahagiakan pasangannya dengan komitmen yang sudah ada dimiliki.

Menurut pendapat Robbins dan Wilner yang dipaparkan diatas dalam aspek *Quarter Life Crisis* dapat disimpulkan bahwa kebingungan dalam mengambil keputusan, putus asa, perasaan cemas, tertekan, kekhawatiran terhadap hubungan interpersonal.²²

d. Faktor-faktor Penyebab *Quarter Life Crisis*

Quarter Life Crisis yang dialami oleh seseorang kata Arnett ada dua faktor penting yang mempengaruhi kemunculannya yakni internal dan eksternal.²³ Di mana keduanya bisa jadi datang bersamaan atau salah satunya. Berikut dua faktor tersebut, antara lain:

1. Faktor Internal

Faktor internal atau faktor yang berasal dari dalam individu.

Biasanya mereka yang mengalami krisis disebabkan dari dalam, seperti

²² Tania Islamerti, “Hubungan Antara *Quarter Life Crisis* Dengan Kepuasan Hidup Pada Dewasa Awal Di Pekanbaru” *Skripsi* (Pekanbaru: Universitas Islam Riau, 2022), hlm. 19-20

²³ Muhammad Syifa'ussurur, dkk., “Discovering Various Alternative Intervention Towards *Quarter Life Crisis*: A Literature Study,” *Journal of Contemporary Islamic Counseling*, Vol. 1, No. 1, (2021), hlm. 58-59.

belum mengenali identitas dirinya, dan sulit berkomitmen dengan identitas yang dipilihnya. Dengan demikian, individu mengalami kebingungan apa yang cocok untuk dirinya.²⁴ Berikut adalah beberapa faktor internal, antara lain:

- a. *Identity Exploration*, saat menjalani proses pencarian identitas, tidak jarang menjadikan individu bimbang dan cemas. Sehingga rentan mengalami *Quarter Life Crisis*.
- b. *Instability*, hal ini dipengaruhi oleh disrupsi gaya hidup masyarakat luas. Termasuk perbedaan gaya hidup orang tua dengan anak sekarang. Akibatnya, individu tidak mampu menyesuaikan, karena belum menyiapkan diri.
- c. *Feeling in between*, kondisi “labil” terkadang merasa sudah cukup dewasa, akan tetapi ada saat di mana merasa remaja belum memenuhi kedewasaannya, misalnya belum mampu mengambil keputusan sendiri.

2. Faktor Eksternal

Sedangkan faktor eksternal berasal dari luar individu di antaranya teman, percintaan, relasi dengan keluarga, tekanan akademik, pekerjaan, dan karir. Faktor dari keluarga, tidak jarang mereka membandingkan kehidupannya di masa lalu dengan kehidupan individu di masa kini. Padahal, dalam setiap zaman memiliki standarisasi yang berbeda. Belum lagi mereka menuntut banyak hal; seperti pekerjaan, tempat tinggal, pernikahan, dan seterusnya. Selain keluarga, juga patokan masyarakat terhadap individu. Seperti komentar mereka dan menuntut ekspektasi. Misalnya, di usia 23 tahun harus sudah memiliki pekerjaan yang mapan, 25 tahun harus menikah, dan umur 27 tahun harus sudah memiliki anak. Padahal hal semacam itu

²⁴ Gerhana Nurhayati Putri, “*Quarter Life Crisis*”, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2019), hlm. 14.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tidak ada patokan khusus dan setiap individu memiliki jalannya masing-masing.²⁵

e. Cara mengatasi *Quarter Life Crisis*

Quarter Life Crisis memang terlihat penuh masalah, tapi tidak ada masalah yang tidak bisa diselesaikan. Krisis ini bisa diatasi dengan beberapa cara yaitu:

1. Mengenali Diri Sendiri (*Self Help*).²⁶ *Self help* bisa menjadi metode yang cocok digunakan untuk mengatasi kegalauan yang dialami. *Self Help* sendiri merupakan cara untuk mengatasi masalah atau membantu diri sendiri dengan membaca diri. *Self Help* dilakukan dengan mengenal identitas diri. Dengan menggali kembali jati diri, karena inti dari masalah disetiap perkembangan manusia adalah pencarian jati diri, semakin mengenal diri dengan baik, maka semakin mudah untuk menentukan pilihan hidup. Sebaliknya kalau tidak mengenal diri, akan sulit untuk menentukan apa yang dibutuhkan. Apalagi menentukan pilihan untuk masa depan.
2. Jangan Berdiam Diri. Lakukanlah berbagai kegiatan dan jangan hanya berdiam, melamun, serta merenungi nasib dirumah. Sebab hal tersebut tidak akan mengubah apapun. Cobalah mencari hobi baru dan melakukan aktivitas yang produktif dan mengembangkan kemampuan untuk membuat diri jauh lebih baik. Dengan melakukan berbagai kegiatan tentunya akan mengalihkan pikiran-pikiran negative yang ada dipikiran, diluar sana ada berbagai kesempatan yang harus diraih dan coba dijalani. Jangan takut gagal karena kegagalan juga merupakan bagian dari proses menuju keberhasilan.
3. Jangan Membandingkan Diri Sendiri dengan Orang Lain. Saat melihat pencapaian orang lain misalnya melihat karir teman kerja yang lebih lancar, tak jarang rasa minder muncul. Rasanya kehidupan orang lain selalu lebih mudah dibandingkan diri kita. Hal ini manusiawi, namun

²⁵ *Ibid.*, hlm. 17.

²⁶ Gerhana Nurhayati Putri, *Quarter Life Crisis-Ketika Hidupmu Berada di Persimpangan*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2019), hlm. 56.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bila dilakukan secara terus-menerus efeknya membuat kita sulit bersyukur dan akhirnya menjadi seseorang yang terlalu sering mengeluh. Membandingkan diri dengan orang lain hanya akan membuang-buang waktu dan membuat diri semakin khawatir. Alih-alih memikirkan kehidupan orang lain, mulailah cari tahu apa yang sebenarnya yang diinginkan dalam hidup. Untuk itu, lebih baik berhenti membandingkan diri dengan orang lain agar hidup menjadi lebih tenang dan tanpa beban.

4. Membuat Rencana Hidup. Disela-sela waktu luang, tak ada salahnya memikirkan tentang rencana hidup dalam beberapa tahun mendatang. Banyak manfaat yang bisa diperoleh saat merencanakan rencana hidup dengan matang. Mulai dari melatih kedisiplinan, lebih mengenal diri sendiri, dan membuat kita lebih fokus dengan tujuan hidup yang ingin dicapai.

2. Remaja

a. Definisi Remaja

Menurut WHO (*Who Health Organization*) bahwa definisi remaja dikemukakan melalui tiga kriteria, yaitu biologis, psikologis, dan sosial ekonomi. Sehingga dapat dijabarkan bahwa remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan sosial. Individu yang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa. Serta individu yang mengalami peralihan dari ketergantungan menjadi keadaan yang relatif lebih mandiri.²⁷

Remaja dapat didefinisikan melalui beberapa sudut pandang yaitu remaja merupakan individu yang berusia 11-12 tahun sampai 20-21 tahun. Remaja merupakan individu yang mengalami perubahan pada penampilan fisik, maupun perubahan psikologis. Remaja merupakan masa yang penting dalam perjalanan kehidupan manusia. Masa remaja ini merupakan

²⁷ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2013), hlm 87.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

jembatan antara masa kanak-kanak yang bebas menuju masa dewasa yang menuntut tanggung jawab.

Pendapat tentang usia remaja bervariasi antara beberapa ahli, organisasi, maupun lembaga kesehatan. Menurut WHO (*Who Health Organization*) remaja merupakan periode usia 10 sampai 19 tahun. Menurut PBB (Perserikatan Bangsa-Bangsa) usia remaja berada dikisaran usia 15 sampai 24 tahun. Sedangkan, menurut *The Health Resources Services Administrations Guidelines 12 Amerika Serikat*, rentang usia remaja terbagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun), remaja akhir (18-21 tahun).

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa remaja yaitu individu yang berusia 11-12 tahun sampai 20-21 tahun. Dimana remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Masa dimana individu tersebut mengalami perubahan-perubahan secara fisik, maupun psikologis, serta masa dimana individu tersebut dituntut untuk bertanggung jawab.

b. Perkembangan Remaja

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke dewasa, banyak perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja tersebut. Perubahan yang terjadi yaitu perubahan secara fisik yang merupakan gejala primer dari pertumbuhan remaja. Sedangkan perubahan psikologis muncul akibat dari perubahan-perubahan fisik remaja tersebut. Perubahan biologis adalah percepatan pertumbuhan, perubahan hormonal, dan kematangan seksual yang datang dengan pubertas. Perubahan fisik yang sangat berpengaruh besar terhadap perkembangan jiwa remaja adalah pertumbuhan tinggi badan yang semakin tinggi, berfungsinya alat-alat reproduksi (ditandai dengan haid pada wanita dan mimpi basah pada laki-laki), dan tanda-tanda seksual sekunder yang tumbuh. Perubahan fisik tersebut dapat menyebabkan kecanggungan bagi remaja karena ia harus menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya, sehingga dapat berpengaruh pada perubahan psikologi remaja tersebut.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Perkembangan atau perubahan kognitif yang terjadi selama masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja adalah peningkatan dalam berpikir abstrak, idealis, dan logis. Ketika mereka melakukan transisi tersebut, remaja mulai berpikir secara lebih *egosentris*, sering merasa bahwa mereka berada di panggung, unik, dan tidak terkalahkan. Dalam menanggapi perubahan tersebut, orang tua memberikan lebih banyak tanggung jawab untuk pengambilan keputusan yang dilakukan oleh para remaja.

Perubahan sosio-emosional yang dialami remaja adalah pencarian bukaan diri. Ketika untuk kebebasan, konflik dengan orang tua, dan keinginan untuk menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebaya. Percakapan dengan teman-teman menjadi lebih intim dan memasukkan lebih banyak keterbukaan diri. Ketika anak-anak memasuki masa remaja mereka akan mengalami kematangan seksual sehingga mereka akan mengalami ketertarikan yang lebih besar dalam hubungan dengan lawan jenis. Remaja akan mengalami perubahan *mood* yang lebih besar daripada masa kanak-kanak.

3. Psikologi

a. Sejarah Psikologi

Sejarah psikologi terbagi dalam rentang waktu yang lama. Periode paling awal dari sejarah psikologi adalah pada zaman Yunani Kuno sebelum adanya penanggalan Masehi. Pada masa ini, psikologi masih menjadi bagian dari ilmu filsafat. Memasuki abad ke-5 hingga ke 6 Masehi, psikologi telah dihubungkan dengan dua teologi besar dari bangsa Yunani, yaitu *Olympian* dan *Orfisme*. Pada Abad Pertengahan, filsuf muslim seperti Al-Kindi mulai mengkaji tentang psikologi di dalam karya-karya tulisnya. Sejarah psikologi kemudian berlanjut pada abad ke-17 hingga abad ke-18 dengan status psikologi masih sebagai wacana yang kemudian mulai diperdebatkan. Perdebatan ini mengenai objek dan prosedur kajian yang layak dimasukkan sebagai bagian dari psikologi. Sejarah psikologi sebagai disiplin ilmiah yang terpisah dari filsafat dimulai

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pada akhir abad ke-19 dengan pendirian laboratorium psikologi yang pertama oleh Wilhelm Wundt di Leipzig, Jerman. Setelah menjadi disiplin ilmiah tersendiri, sejarah psikologi berlanjut ke spesialisasi yang kemudian memunculkan cabang-cabang keilmuannya.

Pada zaman Yunani Kuno, semua jenis ilmu dimasukkan sebagai bagian dari filsafat, termasuk psikologi. Ini dikarenakan para pemikir di masa Yunani Kuno menganggap filsafat sebagai induk dari semua ilmu pengetahuan. Karenanya, psikologi menerima pengaruh yang kuat dari ilmu filsafat. Para ahli Yunani Kuno membahas psikologi utamanya mengenai hakikat jiwa dan gejala yang mencirikannya. Para ahli psikologi pada masa ini adalah para filsuf. Dua diantaranya adalah Plato (429-347 SM) dan Aristoteles (384-322 SM). Setelah keruntuhan peradaban Yunani Kuno, kajian mengenai jiwa mulai dilupakan.

b. Pengertian Psikologi

Pengertian Psikologi masih berkembang hingga sekarang. Berikut adalah beberapa pengertian psikologi menurut para ahli:

Gardner Murphy, menurut perspektif beliau psikologi adalah ilmu yang mempelajari respon yang diberikan oleh makhluk hidup terhadap lingkungannya.

Clifford T. Morgan, memperspektifkan bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia dan hewan.

Dakir, mengembangkan pengertian tentang psikologi, yaitu membahas tingkah laku manusia dalam hubungannya dengan lingkungannya.

Muhibbin Syah, memperspektifkan bahwa psikologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku terbuka dan tertutup pada manusia baik selaku individu maupun kelompok, dalam hubungannya dengan lingkungan. Tingkah laku terbuka adalah tingkah laku yang bersifat psikomotor yang meliputi perbuatan berbicara, duduk, berjalan, dan lain sebagainya, sedangkan tingkah laku tertutup meliputi berfikir, berkeyakinan, berperasaan dan lain sebagainya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Secara Harfiah psikologi umumnya dimengerti sebagai “ilmu jiwa”. Psikologi sebagai suatu ilmu merupakan pengetahuan ilmiah, suatu *science* yang diperoleh dengan pendekatan ilmiah, kajian-kajian ilmiah yang dijalankan secara terencana, sistematis, terkontrol berdasarkan data empiris. Psikologi sebagai ilmu mengenai akti vitas motorik, tetapi juga mencakup, aktivitas kognitif, dan emosional.²⁸

Tinjauan Kepustakaan

Setelah peneliti melakukan telaah terhadap beberapa penelitian, ada beberapa yang memiliki keterkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan.

Pertama, Skripsi dari Universitas Muhammadiyah Malang oleh Indry Peratasari yang berjudul “*Hubungan Kematangan Emosi Dengan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal.*” Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional. Pada penelitian ini penulis memaparkan kematangan emosi memiliki hubungan negatif dengan *Quarter Life Crisis*, dapat diartikan bahwa semakin tinggi kematangan emosi yang dimiliki maka semakin rendah *Quarter Life Crisis* yang dialami, begitupula sebaliknya. Semakin rendah kematangan emosi seseorang maka semakin tinggi *Quarter Life Crisis* yang dialami. Hal tersebut menunjukkan pentingnya memiliki kematangan emosi yang baik, agar individu mampu menstimulus permasalahan yang dihadapinya dengan baik, hal ini juga dapat meminimalisir akibat dari *Quarter Life Crisis* yang biasa terjadi pada umur 20 hingga umur 30 tahun.²⁹ Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah skripsi ini mengarah kepada hubungan kematangan emosi dengan *Quarter Life Crisis*, sedangkan skripsi penulis mengarah kepada pembinaan remaja dalam menghadapi *Quarter Life Crisis*.

Kedua, Skripsi dari UIN Sunan Kalijaga oleh Yeni Mutiara yang berjudul “*Quarter Life Crisis Mahasiswa BKI tingkat akhir.*” Penelitian ini menggunakan penelitian capuran (*mix methods*) analisis data menggunakan pendekatan kuantitatif melalui analisis deskriptif dan menggunakan kualitatif analisis hasil

²⁸ Nurussakinah, “*Pengantar Psikologi dan Pandangan Al-Qur’an Tentang Psikologi*”, (Jakarta: Kencana, 2014), hlm. 10.

²⁹ Indry Peratasari, “*Hubungan Keatangan Emosi dengan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal*”, *Skripsi*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2021), hlm. 25.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

wawancara. Penulis memaparkan sebanyak 82% mahasiswa BKI tingkat akhir mengalami krisis emosional tingkat sedang. Upaya yang dilakukan tiap individu adalah mendekati diri kepada Tuhan yang maha esa, berbagi perasaan dengan orang lain, mencari banyak aktivitas positif, mencari relasi untuk menjangkau karir di masa mendatang, dan banyak mengevaluasi diri sendiri serta banyak menerima kekurangan didalam diri sendiri.³⁰ Lebih jelasnya penelitian ini mengarah kepada kondisi mahasiswa BKI tingkat akhir, sedangkan skripsi penulis mengarah kepada pembinaan remaja.

Ketiga, Tesis dari UIN Sunan Ampel Surabaya oleh Nurhalimah yang berjudul “*Peran Pesantren Terhadap Quarter Life Crisis: Studi Tawakal Pesantren Darul Mukhlashin Probolinggo*.” Pada penelitian ini melibatkan peran pesantren terhadap *Quarter Life Crisis* santri yang berada di usia dewasa awal. Dengan menjadikan pendekatan spiritual dalam pesantren yakni melalui tawakal untuk menyelesaikan krisis yang dialami *emerging adulthood* pada santri pesantren Darul Mukhlashin Probolinggo.³¹ Perbedaannya dengan penelitian ini dengan yang penulis lakukan adalah tesis ini mengarah kepada peran pesantren dalam menanggulangi *Quarter Life Crisis*, sedangkan skripsi penulis mengarah kepada mengumpulkan ayat-ayat Al-Qur’an tentang *Quarter Life Crisis* dalam pembinaan remaja.

Keempat, Jurnal dari Universitas Sumatera Utara oleh Muhammad Abdullah Sujudi dan Bengkel Ginting yang berjudul “*Quarter Life Crisis di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara*.” Pandemi bukan saja berdampak pada sisi kesehatan saja, akan tetapi mental khususnya bagi mahasiswa. Salah satunya tentang *Quarter Life Crisis* yang ditandai dengan munculnya reaksi emosi seperti stres, panik, frustrasi, tidak berdaya, khawatir akan masa depan, dan belum memiliki tujuan hidup yang jelas. Pelelitiannya menggunakan 30 responden. Ternyata sebanyak 26 orang

³⁰ Yeni Mutiara, “*Quarter Life Crisis Mahasiswa BKI Tingkat Akhir*” Skripsi, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2018), hlm. 29.

³¹ Nurhalimah, “*Peran Pesantren Terhadap Quarter Life Crisis: Studi Tawakal Pesantren Darul Mukhlashin Probolinggo*” Tesis, (Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, 2022), hlm. 13.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

merasakan *Quarter Life Crisis*, 3 orang lainnya belum menjawab secara jelas, dan satu orang tidak merasakan apa-apa. Krisis yang dirasakan oleh mahasiswa ini, berupa kekhawatiran tentang masa depan yang belum jelas, mengaku stres karena sukar memahami tugas kuliah, frustrasi ketika dihadapkan dengan pencapaian, khawatir jika lulus nanti dengan persaingan kerja, kerap kali membandingkan diri dengan orang lain, dan lainnya. Realita ini benar-benar dialami oleh mahasiswa semester akhir Universitas Sumatera Utara yang mulanya disebabkan perkonomian. Menurutnya pendapatan berimbas pada pembiayaan kuliah dan biaya hidup. Ditambah lagi dengan tekanan orang tua, agar segera menyelesaikan perkuliahannya.³² Perbedaannya dengan penelitian ini dengan yang penulis lakukan adalah jurnal ini mengarah kepada *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa semester akhir Universitas Sumatera Utara pada masa pandemik covid-19, sedangkan skripsi penulis hanya mengarah kepada *Quarter Life Crisis* dalam pembinaan remaja.

Kelima, Jurnal yang diterbitkan dari Journal An-Nafs oleh Icha Herawati dan Ahmad Hidayat yang berjudul “*Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal di Pekanbaru.*” Metode yang digunakan kuantitatif deskriptif dengan tujuan mengetahui *Quarter Life Crisis* dewasa awal di Pekanbaru. Melibatkan 236 individu berusia 20 sampai 30 tahun dan pengambilan data memakai skala *Quarter Life Crisis*. Hasilnya *Quarter Life Crisis* dialami usia dewasa awal di Pekanbaru pada tahap sedang yakni 42,22% dan kategori tinggi 27,97%. Penelitian ini juga menemukan bahwa jenis kelamin, status, dan pekerjaan menjadi faktor mereka mengalami *Quarter Life Crisis*. Juga menemukan bahwa perempuan lebih banyak mengalami *Quarter Life Crisis* dibandingkan laki-laki.³³ Yang menjadi pembeda antara penelitian ini ialah penelitian ini mengarah kepada pengambilan data mengenai individu yang mengalami *Quarter Life Crisis* di Pekanbaru, sedangkan skripsi penulis tidak ada mengambil data tentang

³² Muhammad Abdullah Sujudi dan Bengkel Ginting, “*Quarter Life Crisis* di Masa Pandemi Covid19 pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara,” *Budayyah: Jurnal Pendidikan Antropologi*, Vol. 2, No. 2, (Desember: 2020), hlm. 105-110.

³³ Icha Herawati dan Ahmad Hidayat, “*Quarter Life Crisis* Masa Dewasa Awal di Pekanbaru,” *Journal An-Nafs*, Vol. 5, No. 2, (Desember, 2020), hlm. 145.

banyaknya individu yang mengalami *Quarter Life Crisis*. Skripsi penulis hanya mengarah kepada kontekstualisasi antara *Quarter Life Crisis* dengan pembinaan remaja.

Keenam, Skripsi dari IAIN Metro oleh Sofan Auri yang berjudul “*Peran Orangtua dalam Pembinaan Akhlak Remaja (Studi Kasus di Desa Sumber Katon Kecamatan Seputh Surabaya)*” Peran orang tua sebagai pendidik utama dalam pembinaan akhlak remaja dapat dilakukan dengan cara membimbing, memberi contoh, memberi pegangan dasar-dasar akhlak yang kuat agar tidak mudah terombang ambing dengan kemajuan zaman yang tidak islami. Perawatan orang tua yang penuh kasih sayang dan pendidikan tentang nilai-nilai kehidupan agama yang diberikan merupakan faktor yang konduktif untuk mempersiapkan anak menjadi pribadi dan anggota masyarakat yang berakhlak remaja. Peran orang tua dalam berhubungan masyarakat sudah cukup baik. Terbukti dengan aktivitas para remaja mengikuti kegiatan dimasyarakat seperti IPNU, IPPNU, Organisasi-organisasi tersebut harus selalu berdasarkan agama agar mempunyai pengaruh positif bagi kehidupan keagamaan.³⁴ Perbedaannya dengan penelitian ini dengan yang penulis lakukan adalah penelitian ini menggunakan subjek orangtua sebagai peran dalam pembinaan remaja, sedangkan skripsi penulis dalam pembinaan remaja menggunakan ajaran yang ada dalam Al-Qur’an.

Ketujuh, Skripsi dari UIN Syarif Hidayatullah oleh Muhammad Ikhdan Khafididdin yang berjudul “*Metode Bimbingan Agama dalam Meningkatkan Religiusitas Remaja dikelompok Penyanyi Jalanan Rangkasbitung*” Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif yaitu dengan melakukan survey terhadap sekelompok objek, objek dari penelitian ini ialah remaja penyanyi jalanan. Adapun metode yang digunakan dalam skripsi ini dalam bimbingan keagamaan untuk peningkatan religiusitas remaja pada kelompok penyanyi jalanan adalah menggunakan metode ceramah dan juga keteladanan, hal ini karena pembimbing bisa langsung menyampaikan secara lisan dan dicontohkan secara keseharian. Metode ini juga diterima dengan baik oleh para remaja yang tidak

³⁴ Sofan Auri, “Peran Orang Tua dalam Pembinaan Akhlak Remaja”, *Skripsi*, (Lampung: IAIN Metro, 2019), hlm. 79

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

hanya menerima materi tetapi juga melihat secara langsung contoh dari para pembimbing. Materi keagamaan yang dimuat menyangkut tiga aspek yaitu tauhid, fiqh, dan akhlak.³⁵ Perbedaannya dengan penelitian ini dengan yang penulis lakukan adalah penelitian ini memakai metode khusus yaitu metode ceramah sebagai sarana untuk membimbing remaja penyanyi jalanan, sedangkan skripsi penulis tidak menggunakan metode khusus dalam pembinaan remaja.

Kedelapan, Jurnal yang diterbitkan dari Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam oleh Iswati dan Noormawati yang berjudul “*Bimbingan Keagamaan dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Remaja*”. Jurnal ini memaparkan tentang pelaksanaan bimbingan keagamaan dengan sesuai arahan dari pembimbing. Salah satu kegiatan yang biasa dilaksanakan adalah pemberian materi tentang *muhasabah* atau merenung tentang diri pribadi. Proses pelaksanaan bimbingan keagamaan bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan spiritual remaja. Adapun materinya terutama berkenaan dengan aqidah, akhlak, fiqh, dan Bahasa arab. Sedangkan inti pelaksanaan yang dilakukan pembimbing adalah membangun kesadaran terbimbing untuk menghayati proses ibadah kepada Allah SWT sebagai bentuk kesadaran terhadap adanya kehidupan yang kekal abadi.³⁶ Perbedaannya dengan penelitian ini dengan yang penulis lakukan adalah penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan spiritual remaja, sedangkan skripsi penulis berfokus pada pembinaan remaja dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* agar tidak terjadinya kenakalan remaja.

Kesembilan, Jurnal yang diterbitkan dari Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam oleh Gia Sugiantoro Fauzan, Lilis Satriah dan Luk-luk Atin Marfuah yang berjudul “*Problematika Remaja dalam Mengikuti Bimbingan Keagamaan*” yang berlokasi di RW 07 Desa Langonsari Kecamatan Pameungpeuk Kabupaten Bandung. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif dengan fokus pada mencari hambatan-hambatan dan masalah-masalah

³⁵ Muhammad Ikhdan Khafiddin, “*Metode Bimbingan Agama dalam Meningkatkan Religiusitas Remaja di Kelompok Penyanyi Jalanan Rangkasbitung*”, *Skripsi*, (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2021), hlm. 79

³⁶ Isawati dan Noormawati, “*Bimbingan Keagamaan dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Remaja*”, *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, Vol. 1, No. 1 (Januari-Juni, 2019), hlm. 62

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang dialami oleh remaja sehingga para remaja kurang tertarik dalam mengikuti kegiatan bimbingan keagamaan. Bimbingan dilaksanakan agar bisa membantu masyarakat mengembangkan fitrah hidupnya dengan ajaran yang ada di al-Qur'an dan Hadits. Menurut penulis kegiatan bimbingan agama islam yang dilakukan sudah sangat baik, karena sudah sesuai dengan teori yang disampaikan.³⁷ Perbedaannya dengan penelitian ini dengan yang penulis lakukan adalah penelitian ini membahas permasalahan-permasalahan yang muncul saat remaja mengikuti bimbingan keagamaan, sedangkan skripsi penulis berfokus pada pembinaan remaja dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* agar tidak terjadinya kenakalan remaja.

Kesepuluh, Jurnal yang diterbitkan dari Jurnal Ilmu Dakwah dan Tasawuf oleh Ageng Radiyah Nooralmira dan Yudi Guntara yang berjudul "*Bimbingan Keagamaan dalam Upaya Pencegahan Kenakalan Remaja*" Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada remaja masjid Baros terletak di Desa Ciomas Kecamatan Panjalu Kabupaten Ciamis. Program bimbingan keagamaan upaya pencegahan kenakalan remaja pada remaja islam masjid Baros terdiri dari beberapa program yaitu program harian, program mingguan, bulanan sampai program tahunan. Pelaksanaan bimbingan keagamaan pada program harian seperti pelajaran Sejarah islam, Jurumiyah, Tauhid, Fiqih talaran Al-Qur'an, Tawassul dan Khataman, untuk program mingguan yaitu latihan kesenian islam seperti hadroh dan kesenian tradisional yaitu gamelan, kegiatan olahraga voli dan pusat informasi konseling remaja. Selanjutnya untuk program bulanan yaitu pengajian bulanan yang dilaksanakan disetiap malam minggu terakhir perbulannya sedangkan untuk program tahunan yaitu ziarah, Baros *fun competition*, membimbing pengajian di DTA, ceramah bulan puasa, lomba ceramah dan pentas seni pada bulan Syawal.³⁸ Penelitian ini dengan skripsi penulis sama-sama mengarah pada pembinaan remaja untuk mencegah kenakalan remaja, namun

³⁷ Gia Sugiantoro Fauzan, dkk, "Problematika Remaja dalam Mengikuti Bimbingan Keagamaan", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 7, No. 4 (2019), hlm. 394

³⁸ Ageng Radiyah Nooralmira dan Yudi Guntara, "Bimbingan Keagamaan dalam Upaya Pencegahan Kenakalan Remaja", *Jurnal Ilmu Dakwah dan Tasawuf*, Vol. 3. No. 2 (2021), hlm. 52.

perbedaannya adalah skripsi penulis mengkaitkan kepada masalah *Quarter Life Crisis*.

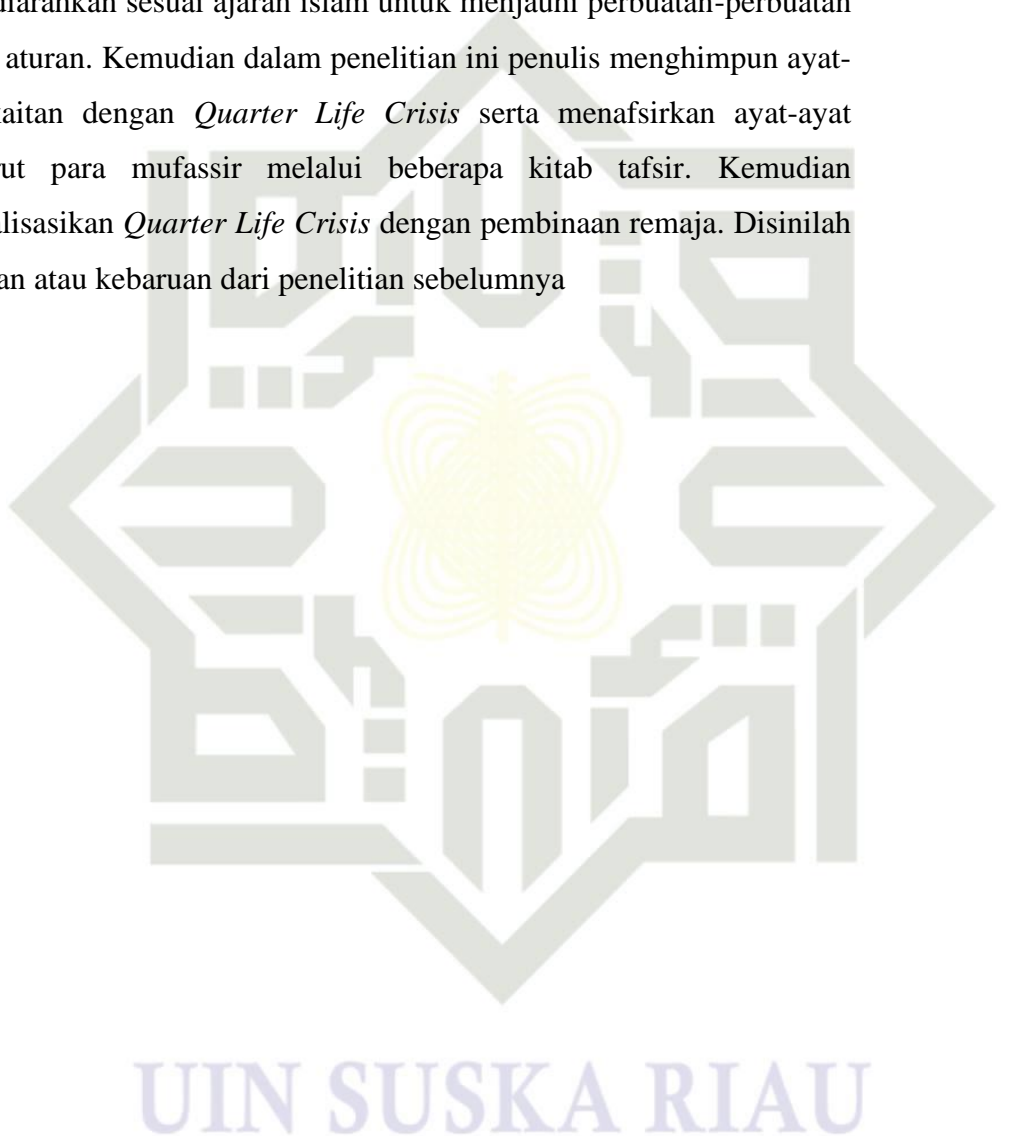
Dengan demikian kajian ini bukan pengulangan dari penulisan sebelumnya. Sementara, penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, karena peneliti membahas pembinaan remaja dalam menghadapi masalah *Quarter Life Crisis*, dimana remaja diarahkan sesuai ajaran islam untuk menjauhi perbuatan-perbuatan yang menyalahi aturan. Kemudian dalam penelitian ini penulis menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan *Quarter Life Crisis* serta menafsirkan ayat-ayat tersebut menurut para mufassir melalui beberapa kitab tafsir. Kemudian mengkontekstualisasikan *Quarter Life Crisis* dengan pembinaan remaja. Disinilah letak keautentikan atau kebaruan dari penelitian sebelumnya

© Hak cipta dimiliki UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian pada umumnya dapat dilaksanakan dalam dua bentuk atau jenis penelitian yaitu penelitian kepustakaan (*library research*) dan penelitian lapangan (*field research*). Pembagian tersebut lebih banyak ditentukan oleh sumber data yang akan dihimpun dan diteliti. Manakala sumbernya berasal dari dokumen, literatur, dan bahan-bahan tertulis lainnya, maka penelitian tersebut masuk jenis penelitian kepustakaan. Namun jika sumber penelitian tersebut berasal dari pemikiran yang berkembang ditengah masyarakat, atau fenomena yang terjadi di sekitar kehidupan, dan sebagainya, maka penelitian terhadap hal semacam itu masuk kategori penelitian lapangan.³⁹

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang ada, maka jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti ialah penelitian kepustakaan (*Library Research*). Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yang dimulai dengan menyusun asumsi dasar dan aturan berpikir yang akan digunakan dalam penelitian, lalu diterapkan secara sistematis dalam pengumpulan dan pengolahan data untuk memberikan penjelasan dan argumentasi.

Adapun metode dalam penelitian ini ialah metode tafsir *maudhu'i* atau tematik, yaitu menghimpun ayat-ayat Al-Qur'an yang membicarakan satu topik masalah yang sama.⁴⁰

B. Sumber Data Penelitian

1. Data Primer

Data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data.⁴¹ Berdasarkan penelitian yang penulis ajukan, maka data primer dari penelitian ini bersumber dari kitab suci Al-Qur'an

³⁹ Nashruddin Baidan, Erwati Aziz, *Metodologi Khusus Penelitian Tafsir*, (Yogyakarta: Pusaka Pelajar, 2019), hlm. 184.

⁴⁰ Abd. Hadi, *Metodologi Tafsir dari Masa Klasik sampai Masa Kontemporer*, (Salatiga: Griya Media, 2021), hlm. 72.

⁴¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 225.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Al-Karim dan terjemahannya dan kitab *Tafsir al-Munir* karya Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir al-Misbah* karya M. Quraish Shihab, *Tafsir ath-Thabari* karya Abu Ja'far Muhammad, *Tafsir Qurthubi* karya Abu Abdillah al-Qurthubi, dan *Tafsir Kementerian Agama*.

7. Data Sekunder

Data sekunder adalah buku penunjang secara tidak langsung yaitu terdiri dari literatur-literatur serta buku-buku yang memiliki relevansinya dengan pembahasan.⁴² Berdasarkan penelitian yang penulis ajukan, maka data sekunder dari penelitian ini bersumber dari buku-buku, artikel-artikel, maupun karya ilmiah lainnya yang berkaitan dengan *Quarter Life Crisis*.

C. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini, yaitu dengan cara mengumpulkan sumber data yang berkaitan dengan topik yang diteliti.⁴³ Adapun langkah-langkah pengumpulan datanya, antara lain sebagai berikut:

1. Koleksi data, yaitu mengumpulkan bahan-bahan yang berkaitan dengan *Quarter Life Crisis* dalam pembinaan remaja perspektif Al-Qur'an.
2. Seleksi data, yaitu memilih dan mengambil ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *Quarter Life Crisis*.
3. Klasifikasi data, yaitu menempatkan data sesuai dengan sub-sub dan aspek-aspek bahasa.
4. Interpretasi data, yaitu memahami untuk kemudian menjelaskan dan menafsirkan data yang telah dikumpulkan, diseleksi dan diklasifikasikan.⁴⁴

D. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah suatu jalan yang dilakukan bekerja dengan data-data, mencari data, mencatat, dan mengumpulkannya. Setelah data-data yang diperlukan semuanya terkumpul, langkah selanjutnya adalah pengelolaan atau

⁴² Sumardi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Rajawali Pers, 1991), hlm. 93-94.

⁴³ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2014), hlm. 44.

⁴⁴ Ahmad Rofiq, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), hlm. 29.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

proses analisis data.⁴⁵ Adapun langkah-langkah yang ditempuh penulis dalam menganalisis data dalam penelitian ini, antara lain sebagai berikut:⁴⁶

1. Menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan *Quarter Life Crisis* dalam Al-Qur'an.
2. Menyusun runtutan ayat-ayat sesuai dengan masa turunnya, disertai pengetahuan tentang *asbabun an-nuzul*.
3. Memahami *munasabah* (korelasi) antara satu ayat dengan ayat yang lain.
4. Menyusun pembahasan dalam rangka yang sempurna (*out line*).
5. Melengkapi pembahasan dengan hadits-hadits yang relevan.
6. Menafsirkan ayat-ayat tersebut dengan merujuk pada kitab-kitab tafsir.
7. Menganalisis ayat-ayat tersebut melalui pendekatan psikologi.

⁴⁵ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm. 248.

⁴⁶ Oom Mukarramah, *Ulumul Qur'an*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2013), hlm. 112.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan di atas yang berkaitan dengan Kontekstualisasi *Quarter Life Crisis* dalam Pembinaan Remaja Perspektif Al-Qur'an maka kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut:

1. *Quarter Life Crisis* telah dipaparkan serta diterangkan dalam penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an adalah sebagai ketakutan dari suatu cobaan dan ujian, terdapat ayat tentang larangan merasa takut dan bersedih hati, larangan membunuh anak karena takut miskin, dan larangan berputus asa dari rahmat Allah SWT. Pembahasan mengenai ayat-ayat yang berhubungan dengan *Quarter Life Crisis* dalam Al-Qur'an ini, dapat menjadi pelajaran dan teladan bagi umat Muslim terkhususnya bagi para remaja yang sedang berada di fase khawatir terkait masa depan entah itu seputar pendidikan, pekerjaan bahkan percintaan, dapat berpedoman pada ayat-ayat yang penulis paparkan sehingga tidak terjadi lagi perasaan khawatir yang berlebihan terkait masa depan.
2. *Quarter Life Crisis* merupakan permasalahan-permasalahan yang berisi kekhawatiran terhadap hal-hal yang belum tentu terjadi, dimana kondisi ini banyak menyerang para remaja. Khususnya remaja yang sedang ditahap menyelesaikan pendidikan, dimana banyak sekali remaja yang mengalami kekhawatiran akan masa depan, khawatir perihal jodoh dan kehidupan akhirat. Dari kekhawatiran-khawatiran tersebut Al-Qur'an memiliki solusi untuk menghadapinya sebagai pembinaan terhadap kekhawatiran tersebut yaitu dengan cara belajar ilmu agama, bekerja, ikhtiar, menikah, dan jangan berputus asa terhadap rahmat Allah SWT. Apabila seorang remaja memperdalam ilmu agamanya maka dia tidak perlu khawatir akan hal-hal yang belum tentu terjadi, pemikiran-pemikiran yang tak seharusnya dipikirkan pun tidak akan terlintas dibenaknya. Dengan bekal ilmu tersebut mampu mengarahkannya ke pemikiran-pemikiran yang baik. Kemudian bekerja, seorang remaja yang sudah bersungguh-sungguh dalam pekerjaannya sesuai

dengan ajaran Islam maka ia tak pernah khawatir akan rezeki, dan ia akan percaya bahwa rezeki datangnya dari Allah SWT. Kemudian khawatir perihal jodoh, seorang remaja yang khawatir akan jodohnya, maka pembinaannya dengan cara ikhtiar dalam menjemput jodoh dan ketika sudah mendapatkan jawaban dari ikhtiar tersebut hendaklah ia segera menikah. Sebelum itu, perlu baginya untuk memperbaiki diri, memantaskan diri karena jodoh merupakan cerminan diri. Kemudian khawatir perihal kehidupan akhirat, maka sebesar apapun dosa yang pernah diperbuat segeralah bertaubat dan jangan berputus asa dari rahmat dan ampunan Allah SWT.

B. Saran

Melalui penelitian ini, penulis ingin menyampaikan saran kepada pembaca sebagai berikut:

1. Penelitian dengan judul “Kontekstualisasi *Quarter Life Crisis* dalam Pembinaan Remaja Perspektif Al-Qur’an ini merupakan upaya yang telah dilakukan penulis secara maksimal. Akan tetapi penulis masih ada kekurangan dan diharapkan adanya kritik-kritik konstruktif untuk membangun pembahasan yang bagus kedepannya. Penelitian ini telah mengkaji dengan metode tematik, maka peneliti selanjutnya mungkin bisa mengkaji secara tahlili.
2. Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari terdapat banyak kekurangan dalam penyusunan, penulisan dan bahkan pada topik pembahasan skripsi ini. Penulis menyadari akan ketidakluasan ilmu dan informasi mengenai topik pembahasan skripsi ini, diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat menambah informasi terkait *Quarter Life Crisis* dalam pembinaan ini sebagai sarana untuk membina para remaja yang mengalami kekhawatiran terhadap masa depan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang meminumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR PUSTAKA

- Ali Muhammad dan Muhammad Ansori. 2017. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Az-Zuhaili, Wahbah. 2013. *Tafsir al-Munir* Jilid 1. Jakarta: Gema Insani.
- _____. 2013. *Tafsir al-Munir* Jilid 12. Jakarta: Gema Insani.
- Baidan, Nasruddin dan Erwati Aziz. 2019. *Metodologi Khusus Penelitian Tafsir*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chang, William. 2014. *Metodologi Penulisan Esai, Kripsi, Tesis dan disertai Untuk Mahasiswa*. Jakarta: Erlangga.
- Danim, Sudarwan dan Khairil. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Desmita. 2015. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Gerhana Nurhayati Putri. 2019. *Quarter Life Crisis-Ketika Hidupmu Berada di Persimpangan*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Hadi, Abd. 2021. *Metodologi Tafsir dari Masa Klasik sampai Masa Kontemporer*. Salatiga: Griya Media.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. 2011. *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang disempurnakan* Jilid 1. Jakarta: Departemen Agama RI.
- _____. 2011. *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang disempurnakan* Jilid 8. Jakarta: Departemen Agama RI.
- _____. 2011. *Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang disempurnakan* Jilid 9. Jakarta: Departemen Agama RI.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. 2019. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Jakarta: LPMQ.
- Moleong, Lexy J. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Muhammad, Abu Ja'far. 2007. *Tafsir ath-Thabari* Tahqiq Ahmad Abdurraziq al-Bakri dkk, Jilid 2. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Muhammad. 2003. *Etika Kerja dalam Hidup adalah Surga*. Jakarta: Republika.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Mukarramah, Oom. 2013. *Ulumul Qur'an*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Nata, Abuddin. 2016. *Pendidikan dalam Perspektif Al-Qur'an*. Jakarta: Prenadamedia.
- Nurussakinah. 2014. "Pengantar Psikologi dan Pandangan Al-Qur'an Tentang Psikologi". Jakarta: Kencana.
- Peursen, C.A. Van. 2008. *Apakah Filsafat dan Filsafat Ilmu Itu?*. Bandung: Pustaka Sutra.
- Qurthubi. 2007. *Tafsir al-Qurthubi*, Ta'liq Muhammad Ibrahim al-Hifnawi, Jilid 9. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Robbins, Alexandra dan Abby Wilner. 2014. *Quarter Life Crisis: The Unique Challenges Of Life in Your Twenties*. New York: Jeremy P. Teacher.
- Rofiq, Ahmad. 2001. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Shihab, M. Quraish. 1996. *Wawasan Al-Qur'an*. Bandung: IKAPI.
- _____. 2002. *Tafsir al-Misbah; Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, vol. 1. Jakarta: Lentera Hati.
- _____. 2002. *Tafsir al-Misbah; Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, vol. 7. Jakarta: Lentera Hati.
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, Sumardi. 1991. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Syadli, M. 2021. *Psikologi Manajemen*. Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Tasmara, Toto. 2002. *Membudayakan Etos Kerja yang Islami*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Tim Penyusun. 2019. *Pedoman Penulisan Skripsi: Edisi Revisi*. Pekanbaru: Fakultas Ushuluddin dan Magnum Pustaka Utama.
- Umar, Bukhari. 2012. *Hadits Tarbawi (Pendidikan dalam Perspektif Islam)*. Jakarta: Anizah.
- Wachid B.S, Abdul. 2008. *Gandrung Cinta: Tafsir Terhadap Puisi Sufi A. Mustofa Bisri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wirawan Sarwono, Sarlito. 2011. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Zulkifli L. 2009. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Habibie, Alfiesyahrianta, dkk. "Peran Religiusitas terhadap *Quarter Life Crisis* (QLC) pada Mahasiswa." *Gadjah Mada Journal of Psychology*, Vol. 5, No. 2 (2019).

Herawati, Icha dan Ahmad Hidayat. "*Quarter Life Crisis* Masa Dewasa Awal di Pekanbaru". *Journal An-Nafs*. Vol. 5, No. 2 (Desember, 2020).

Qolbi, Fera Hayatun, dkk, "Masa Emerging Adulthood pada Mahasiswa: Kecemasan Akan Masa Depan, Kesejahteraan Subjektif, dan Religiusitas Islam", *Jurnal Psikoislamika*, Vol. 17, No. 1, (Juni 2020), hlm. 45

Sari, Sri Yulia. "Tinjauan Perkembangan Psikologi Manusia pada Usia Kanak-kanak dan Remaja". *Primary Education Journal (PEJ)*. Vol. 1, No. 1 (2017).

Sujudi, Muhammad Abdullah dan Bengkel Ginting. "*Quarter Life Crisis* di Masa Pandemi Covid19 pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara". Budayyah: *Jurnal Pendidikan Antropologi*, Vol. 2, No. 2 (Desember: 2020).

Syifa'ussurur, Muhammad, dkk. "Discovering Various Alternative Intervention Towards Quarter Life Crisis: A Literature Study". *Journal of Contemporary Islamic Counseling*. Vol. 1, No. 1 (2021).

Marhaban, "Memahami Teks Al-Qur'an Dengan Pendekatan Hermeneutika". *Jurnal At Tibyan*, Vol. 2 No. 1 (Juni 2017).

Isawati dan Noormawati. "Bimbingan Keagamaan dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Remaja". *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*. Vol. 1, No. 1 (Januari-Juni, 2019).

Sugiantoro Fauzan, Gia, dkk. "Problematika Remaja dalam Mengikuti Bimbingan Keagamaan". *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. Vol. 7, No. 4 (2019).

Radiyah Nooralmira, Ageng dan Yudi Guntara. "Bimbingan Keagamaan dalam Upaya Pencegahan Kenakalan Remaja". *Jurnal Ilmu Dakwah dan Tasawuf*. Vol. 3. No. 2 (2021).

Aisyah, Melinda. *Quarter Life Crisis pada Emerging Adult di Indonesia*. Tesis. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada, 2020.

Iffatul, 'Azizah. *Quarter Life Crisis Di Masa Pandemi Pada Mahasiswa Akhir Iain Ponorogo Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Angkatan 2018*. Skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. Ponorogo: Institut Agama Islam Negeri (IAIN), 2020.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Islamerti, Tania. *Hubungan Antara Quarter Life Crisis Dengan Kepuasan Hidup Pada Dewasa Awal Di Pekanbaru. Skripsi.* Pekanbaru: Universitas Islam Riau, 2022.

Mutiara, Yeni. *Quarter Life Crisis Mahasiswa BKI Tingkat Akhir. Skripsi.* Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2018.

Nurhalimah. *Peran Pesantren Terhadap Quarter Life Crisis: Studi Tawakal Pesantren Darul Mukhlashin Probolinggo.* Tesis. Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022.

Peratasari, Indry. *Hubungan Keatangan Emosi dengan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal. Skripsi.* Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2021.

Auri, Sofan. *Peran Orang Tua dalam Pembinaan Akhlak Remaja. Skripsi.* Lampung: IAIN Metro, 2019.

Ikhdan Khafiddin, Muhammad. *Metode Bimbingan Agama dalam Meningkatkan Religiusitas Remaja di Kelompok Penyanyi Jalanan Rangkasbitung. Skripsi.* Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2021.

Admin Tempo, "Mahasiswa ITB Terjun dari Atap Lantai 3", *tempo.co*, <https://www.google.com/amp/s/nasional.tempo.co/amp/384929/mahasiswa-itb-terjun-dari-atap-lantai-3> diakses pada 06 Januari 2023

Anindhita Maharani, "Generasi Muda Dihantui Gangguan Mental," *lokadata.id* <https://lokadata.id/artikel/generasi-muda-dihantui-gangguan-mental> diakses pada 06 Januari 2023

Hamdan Cholifudin Ismail, "Remaja 16 Tahun Ditemukan Tewas Bunuh Diri di Kamar Rumah", *tempo.co*, <https://metro.tempo.co/read/1568100/remaja-16-tahun-ditemukan-tewas-bunuh-diri-di-kamar-rumah> diakses pada 06 Januari 2023

Romandhon MK, "3 Cara Menjemput Jodoh Menurut Quraish Shihab", *Hidayatuna.com*, <https://hidayatuna.com/3-cara-menjemput-jodoh-menurut-quraish-shihab/>, diakses pada 09 Mei 2023



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BIODATA PENULIS

Nama : Yosi Amelia Nasution
 Tempat/Tgl. Lahir : Tanjung Balai, 06 Juni 2001
 Pekerjaan : Mahasiswi
 Alamat Rumah : Dusun Bangun Jadi, Desa Kosik Putih, Kecamatan Simangambat, Kabupaten Padang Lawas Utara, Provinsi Sumatera Utara.
 No Telp/HP : 081374582997
 Nama Orang Tua : Harun Nasution (Ayah)
 Rosmaidah Panjaitan (Ibu)

RIWAYAT PENDIDIKAN:

SD : SDN 102060 Kosik Putih : Lulus Tahun 2013
 SMP : SMPN 5 Simangambat : Lulus Tahun 2016
 SMA : SMAN 4 Tambusai Utara : Lulus Tahun 2019
 S1 : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir UIN SUSKA Riau : Sekarang

PENGALAMAN ORGANISASI:

1. Ketua Divisi Kesekretariatan Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS) Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (2020-2021)
2. Ketua Divisi Kesekretariatan Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS) Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (2021-2022)
3. Pengurus Rohis Al-Fata Al-Muntazhar Fakultas Ushuluddin Divisi Keputrian (2020-2021)
4. Pengurus Rohis Al-Fata Al-Muntazhar Fakultas Ushuluddin Divisi Departemen Pemberdayaan Fakultas (2021-2022)
5. Bendahara Umum Kesatuan Aksi Mahasiswa Muslim Indonesia (KAMMI) Komisariat Buya Hamka UIN SUSKA RIAU (2022-2023)