

Pengaruh Quarter Life Crisis terhadap Perencanaan Karier Siswa SMK N 1 Kota Solok

Zikra Mailana¹, Afrinaldi², Junaidi³, FadhilaYusri⁴

^{1,2,3,4}Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia

Alamat: Jl. Gurun Aua, Kubang Putih, Kec. Banuhampu, Kota Bukittinggi, Sumatera Barat 26181

Email : zikramailanasmarak@gmail.com, afrinaldi@uinbukittinggi.ac.id,
junaidi@uinbukittinggi.ac.id, fadhillayusri@gmail.com

Abstract. *This study aims to determine the relationship between parenting styles and cognitive development in children at Darul Hikmah Islamic Kindergarten in Lubuk Sikaping District. Problems found in the field indicate variations in parenting styles applied by parents to children aged 4-6 years, ranging from authoritarian, permissive, to democratic parenting styles, which have an impact on children's cognitive development. This study is a quantitative correlational study. The sampling technique used in this study is total sampling. The population of this study consists of all parents of kindergarten children, totaling 40 pairs of parents. The data collection instrument is a closed questionnaire analyzed using normality, linearity, and product moment correlation tests. The results of the study show a significant relationship between parenting styles and children's cognitive development with a significance value of 0.000 (<0.05) and a correlation coefficient of 0.881 (88.1%), which means there is a very strong relationship. It can be concluded that the better the parenting style applied by parents, the more optimal the cognitive development of children aged 4-6 years will be.*

Keywords: *Parenting Styles, Cognitive Development*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dengan perkembangan kognitif anak Di TK Islam Darul Hikmah Kecamatan Lubuk Sikaping. Permasalahan yang ditemukan di lapangan menunjukkan adanya variasi dalam gaya pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua terhadap anak usia 4-6 tahun, mulai dari pola asuh otoriter, permisif, hingga demokratis, yang berdampak pada perkembangan kognitif anak. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini ialah total sampling. Populasi penelitian ini adalah seluruh orang tua dari anak TK yang berjumlah 40 pasang orang tua. Instrumen pengumpulan data berupa angket tertutup yang dianalisis menggunakan uji normalitas, linearitas dan korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan perkembangan kognitif anak dengan nilai signifikansi 0,000 (<0,05) dan koefisien korelasi sebesar 0,881 (88,1%), yang berarti memiliki hubungan sangat kuat. Dapat disimpulkan bahwa semakin baik pola asuh yang diterapkan oleh orang tua, maka akan semakin optimal pula perkembangan kognitif anak usia 4-6 tahun.

Kata Kunci: Pola Asuh, Perkembangan Kognitif

1. LATAR BELAKANG

Quarter Life Crisis merupakan krisis pada emosional yang meliputi perasaan takut dalam menghadapi kehidupan masa depan yang mengenai karir, pendidikan, serta relasi dan kehidupan sosial. Quarter life crisis bisa juga diartikan sebagai respon terhadap kondisi tidak stabil yang tinggi, perubahan yang konstan, dan banyaknya pilihan yang muncul pada usia dewasa 18 sampai 25 tahun. Quarter life crisis dicirikan dengan

karakteristik emosi seperti frustrasi, khawatir, tidak tahu arah, panik, kecenderungan yang mengarah ke depresi, serta gangguan psikis lainnya. (Robbins & Wilner, 2001). Menurut Fischer (dalam Habibie dkk, 2019) quarter life crisis adalah perasaan khawatir yang hadir atas ketidakpastian kehidupan mendatang seputar relasi, karier, dan kehidupan sosial yang terjadi sekitar usia 20-an tahun. Mendukung pernyataan tersebut Nash dan Murray (dalam Habibie dkk, 2019) mengatakan bahwa yang dihadapi ketika mengalami quarter life crisis adalah masalah terkait mimpi dan harapan, tantangan kepentingan akademis, agama dan spiritualitasnya, serta kehidupan pekerjaan dan karier. Hal ini diperkuat dengan adanya penelitian oleh Robinson dan Wright (Oliver C. Robinson, 2019) dalam sebuah survei yang dia lakukan terhadap 1000 orang di Inggris menunjukkan bahwa lebih dari 70% responden mengatakan bahwa mereka mengalami krisis hidup terberat di usia 18 sampai 25 tahunan dan menjadi titik balik bagi mereka.

Sedangkan Perencanaan karir terdiri dari dua suku kata, yaitu yang pertama perencanaan dan yang kedua karir. Perencanaan dapat dikatakan sebagai rencana dari suatu individu untuk menentukan kegiatan yang hendak dilakukan dimasa mendatang, Karir ialah suatu pekerjaan yang dilakukan oleh setiap individu selama masa kerjanya yang memberikan kelangsungan serta nilai bagi kehidupan individu tersebut. Super (dalam dewa ketut sukardi, 1997) mendefinisikan tentang perencanaan karir ialah suatu proses dimana seseorang dapat mengidentifikasi serta mengambil langkah-langkah untuk mencapai tujuan karir. Oleh karena itu, para peneliti dapat menyimpulkan bahwa perencanaan karir adalah suatu proses atau langkah awal dalam memilih sasaran karir dengan mempertimbangkan masalah, peluang, dan kesempatan dalam pemilihan karir, sehingga Anda dapat mencapai tujuan karir yang cocok dengan bakat, minat, dan potensi sumber daya manusia.

Menurut super (dalam Elviana, 2022) bahawa perencanaan karier merupakan proses pemikiran individu dalam pencarian informasi dan pemahaman diri serta berbagai aspek pekerjaan.

Quarter Life Crisis ini juga ditemukan pada siswa SMK N 1 Solok. Hal ini dapat dilihat dari hasil kutipan komunikasi personal sebagai berikut: Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan siswa yang berinisial DF, diperoleh keterangan bahwasanya DF yang saat ini duduk di kelas XII sering kali merasa tertekan dengan pikirannya sendiri antara dia akan melanjutkan ke perguruan tinggi atau dia langsung bekerja sesuai

jurusannya pada saat ini, selain itu DF mengatakan juga dia cemas karena ekonomi keluarganya sekarang dalam keadaan kurang. Dan peneliti juga melakukan wawancara dengan siswa pada jurusan lain yang dimana sedang dalam keadaan yang tidak jauh berbeda dengan siswa sebelumnya, siswa dengan inisial HSNH, siswa ini juga sedang duduk di kelas XII, HSNH memaparkan bahwa dia seringkali tidak mengira dengan hal yang akan terjadi kedepannya, karena dia sering kali membayangkan pekerjaan impiannya setelah lulus dari sekolahnya saat ini namun dia juga merasa bingung dengan keadaannya saat ini dari dia memikirkan hal-hal yang ngak masuk akal, termasuk masalah yang kadang dia hadapi bersama teman-temannya, juga nilai yang sedikit turun sehingga kadang membuatnya sedikit stres dengan hal tersebut. Dan siswa selanjutnya yang peneliti wawancarai adalah MLZ, siswa ini sering kali merasa takut gagal dengan semua hal yang dilakukannya karena dia merasa ketika dia gagal itu akan sangat berdampak dengan respon keluarganya, pikiran negatif yang sering kali menghantuinya padahal nyatanya ada beberapa hal yang seharusnya tidak perlu ditakutkan, dia selalu cemas jika setelah lulus tidak dapat melakukan apa-apa karena keluarganya sangat mengharapkan keberhasilannya.

Berdasarkan dari hasil wawancara yang telah dilakukan diatas, maka penulis dapat mengambil kesimpulan bahwasanya di lingkungan sekolah menengah kejuruan berada dalam fase Quarter Life Crisis, yang disebabkan oleh kecemasan akan karir dan pekerjaan yang akan diambil setelah lulus, data hasil observasi Quarter Life crisis juga disebabkan oleh faktor lain seperti kecemasan akan hubungan interpersonal, hubungan dengan keluarga dan bahkan belum menemukan identitas diri.

Dari fenomen-fenomena yang ditemukan oleh penulis di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “ pengaruh Quarter Life Crisis terhadap Perencanaan Karier di SMK Negeri 1 Solok”

2. METODE PENELITIAN

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Siswa kelas XII SMK N 1 Kota Solok yang berjumlah 483 orang dengan sampel berjumlah 83 orang. Pendekatan penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode korelasi dari sugiyono. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di

SMK Negeri 1 kota Solok yang dipilih berdasarkan fenomena permasalahan yang relevan dengan topik penelitian ini.

Metode pengumpulan data disusun oleh penulis merujuk kepada teori yang digunakan:

1. Angket Quarter Life Crisis, disusun berdasarkan teori quarter life crisis Robbins dan Wilner (2001). Skala ini terdiri dari 56 aitem, dengan indeks daya beda aitem dalam rentang 0,21 – 0,75, dan reliabilitasnya sebesar 0,892.
2. Skala Kematangan Karier, disusun berdasarkan teori kematangan karier Super (dalam Saifuddin, 2018). Skala ini terdiri dari 32 aitem, dengan indeks daya beda aitem dalam rentang 0,26 – 0,71, dan reliabilitasnya sebesar 0,887.

Teknik Pengumpulan Data: Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner kepada siswa. Kuesioner akan dibagikan secara langsung di kelas dengan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan cara pengisian yang benar (Azwar, 2011).

Hipotesis penelitian ini diuji dengan menggunakan analisis korelasi product moment selain itu peneliti juga melakukan uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas, uji linearitas dan uji homogenitas.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini berfolus pada pengaruh quartre life crisis terhadap perencanaan karier siswa SMK Negeri 1 Solok, data yang diperoleh dari pengolahan statistik menggunakah SPSS versi 20, menunjukkan statistik deskriptif sebagai berikut.

Tabel 1. R Squared

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
perencanaan karier Quarter life crisis *	-.342	.117	.853	.727

Sumber: hasil pengolahan data data dariaplikasi SPSS Versi 20

Dari tabel diatas, dapat dilihat bahwa hasil nilai nilai KD= 11,7 %. Nilai tersebut menjelaskan bahwa Quarter Life Crisis memberikan sumbangan atau kontribusi 11,7 % terhadap perencanaan karier, sedangakn sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Tabel 2. Regression

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1300.563	1	1300.563	10.731	.002b
Residual	9816.858	81	121.196		
Total	11117.422	82			

Sumber: hasil pengolahan data data dari aplikasi SPSS Versi 20

Dari tabel diatas, dapat diperoleh keputusan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini dapat dilihat dari nilai F hitung yaitu sebesar 10,731. Sedangkan nilai signifikansi yang dihasilkan yaitu 0,002 yang dimana lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa model regresi ini layak digunakan, dan variabel independen yang meliputi Quarter Life Crisis memiliki pengaruh secara simultan terhadap variabel dependen perencanaan karier.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara quarter life crisis dengan perencanaan karier pada Siswa SMK N 1 Solok. Setelah dilakukan uji korelasi Product Moment dari Sugiyono, maka diperoleh terdapat pengaruh signifikan antara quarter life crisis dengan perencanaan karier dan menunjukkan hubungan yang negatif. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara quarter life crisis dengan perencanaan karier pada Siswa SMK N 1 Solok. Hal ini menunjukkan semakin tinggi quarter life crisis yang dialami seorang siswa maka semakin rendah tingkat perencanaan kariernya, sebaliknya semakin matang perencanaan karier siswa maka semakin rendah tingkat quarter life crisis yang dialaminya.

Berikut pembahasan sesuai dengan paparan rumusan masalah yang ada dalam penelitian:

Pengaruh Quarter Life Crisis Terhadap Perencanaan Karir Siswa SMK Kelas XII.

Berdasarkan hasil perhitungan analisis, diperoleh informasi bahwa terdapat pengaruh yang signifikan quarter life crisis terhadap perencanaan karier siswa, hasil secara statistik menunjukkan bahwa variabel bebas mempunyai pengaruh terhadap variabel terikat. hasil koefisien korelasi didapat $r_{xly} = 0,342$ yang menunjukkan pengaruh yang cukup. Sedangkan hasil koefisien determinasi sebesar 11,7 %, artinya

quarter life crisis memberikan kontribusi sebanyak 11,7% terhadap perencanaan karier siswa yang terbilang signifikan, kemudian 88,3% sisanya dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Menurut Fischer (dalam Habibie dkk, 2019) quarter life crisis adalah perasaan khawatir yang hadir atas ketidakpastian kehidupan mendatang seputar relasi, karier, dan kehidupan sosial yang terjadi sekitar usia 20-an tahun. Pada individu yang mengalami quarter life crisis, perencanaan karier merupakan faktor yang sering dipertanyakan oleh individu, karena berkaitan dengan kehidupan di masa depan, termasuk di dalamnya mengenai dunia kerja, kemungkinan keberhasilan atau kegagalan dalam pencapaian target dan finansial. Sebagaimana merujuk pada hasil analisis penelitian ini, faktor-faktor yang mempengaruhi quarter life crisis. Levinson, Ohler, Caswell dan Kierwa (dalam Saifuddin, 2018) mengemukakan bahwa kematangan karier adalah kemampuan seseorang dalam membuat keputusan mengenai gambaran dan rencana karier di masa depan yang realistis. Pertimbangan tersebut disertai dengan adanya kesadaran akan sumber daya yang dibutuhkan guna mencapai rencana karier yang telah diputuskan. Begitu pula halnya dengan perencanaan karier siswa yaitu bagaimana siswa mampu menentukan pilihan karier yang akan diambil setelah lulus dari sekolah menengah kejuruan sesuai dengan pendidikan, minat dan kemampuan yang dimiliki. Oleh karena itu siswa harus mampu merencanakan karier serta menentukan pilihan karier yang sesuai dengan kemampuan pengetahuan yang dimiliki, begitu pula harus mampu mengambil keputusan terhadap karier yang diinginkan. Tidak terlepas dari itu, seorang siswa yang memiliki perencanaan karier juga harus mempunyai pengetahuan serta informasi-informasi tentang karier yang diinginkan sehingga dapat mengintegrasikannya dengan pilihan karier yang akan diambil.

Apakah terdapat perbedaan perencanaan karir antara siswa yang mengalami dan tidak mengalami quarter life crisis?

Siswa yang berada dalam fase quarter life crisis cenderung menunjukkan ketidakpastian yang tinggi dalam rencana karier mereka. Hal ini terlihat dari kurangnya tujuan yang jelas yang dapat dijadikan acuan menentukan langkah siswa dalam perencanaan kariernya.

Sebaliknya, siswa yang tidak mengalami quarter life crisis menunjukkan pola perencanaan karier yang jauh lebih terstruktur dan matang. Mereka mungkin telah

melakukan refleksi diri yang mendalam tentang minat dan bakat mereka, dan mereka juga mungkin telah mempertimbangkan pilihan yang ada dengan lebih bijaksana.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purnama, Juwana, & Asri (2023) meneliti tentang gambaran kematangan karier karyawan Perusahaan X yang sedang menghadapi quarter life crisis. Hasil pengolahan data diperoleh hasil bahwa 90,2% karyawan Perusahaan X Jakarta Selatan masuk kedalam kategori matang karier sedangkan 9,8% karyawan Perusahaan X Jakarta Selatan masuk kedalam kategori tidak matang karier. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Habibie (2023) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh perencanaan karier terhadap quarter life crisis pada mahasiswa dengan nilai signifikan ($p = 0,000 < 0,05$) dan arah pengaruh negatif (-0,333). Kontribusi pengaruh sebesar 11,1%. Artinya semakin tinggi tingkat perencanaan karier individu maka semakin rendah pula tingkat quarter life crisis nya begitu sebaliknya. Dimana semakin baik kematangan karier maka akan semakin rendah tingkat quarter life crisis.

Pada proses pelaksanaan penelitian, peneliti menyadari banyaknya keterbatasan dan kekurangan dalam penelitian ini. Diantaranya sumber teori yang masih sedikit, sehingga referensinya sangat terbatas dalam menjadi acuan maupun pedoman dalam proses penelitian. Beberapa keterbatasan ini dapat dijadikan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,342 dengan nilai signifikan 0,002 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara quarter life crisis dengan perencanaan karier pada Siswa SMK N 1 Solok. Hal ini berarti semakin rendah tingkat Quarter life crisis maka semakin tinggi pula tingkat perencanaan karier siswa. Analisis Koefisien Determinan memperoleh hasil $[R]$ yaitu sebesar 0,342 dari output tersebut diperoleh Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,117 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas Quarter Life Crisis terhadap variabel terikat perencanaan karier siswa SMK N 1 Solok adalah sebesar 11,7%, dan sisanya 88,3% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan kepada siswa yang belum mempunyai rencana atau masih bingung dengan dunia kerja maupun karir ke depannya agar dapat melakukan beberapa hal seperti mengikuti pelatihan pengembangan karier, memperbanyak bahan bacaan mengenai dunia kerja dan sering berdiskusi tentang kerja bersama orang yang berpengalaman. Dan juga disarankan kepada siswa yang sedang dalam fase quarter life crisis agar tidak larut dalam krisis emosional tersebut. Diskusikan rencana dan arah hidup anda dengan guru bimbingan dan konseling (konselor) atau psikolog agar membantu anda melewati masa quarter life crisis.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti kembali mengenai quarter life crisis pada siswa bahkan Mahasiswa, agar dapat memperbanyak sumber teori atau referensi untuk menjadi bahan acuan dalam penelitian. Selanjutnya variabel independen dalam penelitian ini memberikan pengaruh kepada variabel dependensebesar 11,7% dan 88,3% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Sehingga untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor lainnya yang dapat mempengaruhi quarter life crisis, seperti tingkat pendidikan, usia, status ekonomis sosial, status pekerjaan, jenis kelamin dll.

DAFTAR REFERENSI

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Azwar, S. (2011). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Elviana. (2022). Jurnal pendidikan dan konseling. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(20), 1349–1358.
- Habibie, A. (2023). *Peran moderasi kebermaknaan hidup pada perencanaan karier dan quarter life crisis pada mahasiswa warga calon IKN (Ibu Kota Negara)* (Tesis). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran religiusitas terhadap quarter life crisis (QLC) pada mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 5(2), 129–138. <https://doi.org/10.22146/gamajop.48948>
- Murphy, M. (2011). *Emerging adulthood in Ireland: Is the quarter-life crisis a common experience?* (Thesis). Family and Community Studies.

- Purnama, C. Y., Juwana, K. F. D., & Asri, A. F. (2023). Kematangan karier karyawan yang sedang menghadapi quarter life crisis di Perusahaan X Jakarta Selatan. *Jurnal Education and Development*, 11(3), 106–109. <https://doi.org/10.37081/ed.v11i3.4979>
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife crisis: The unique challenges of life in your twenties*. Tarcher Penguin.
- Saifuddin, A. (2018). *Kematangan karier*. Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (1998). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Winkel, W. S., & Hastuti, M. M. (2004). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Media Abadi.