

**SPIRITUALITAS DI KALANGAN MILENIAL DALAM
MENGHADAPI *QUARTER LIFE CRISIS*
(Studi Terhadap Relawan Paguyuban Pengajar Pinggir
Sungai Yogyakarta)**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S. Ag)

Disusun Oleh:

Hanah Muski Ragati

NIM: 16520013

**PROGRAM STUDI STUDI AGAMA-AGAMA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hanah Muski Rasati
NIM : 16520013
Fakultas : Ushuluddin dan Pendidikan Islam
Program Studi : Studi Agama-Agama
Alamat Asal : Boreyemip Barat RT 01/01 Tembung, Jawa Tengah
Alamat Yogyakarta : Kalibening RT 5/19 Titomanilar, Kalasan, Sleman
Telepon : 08156773839
Judul Skripsi : Spiritualitas di Kalangan Milenial Dalam Menghadapi
Quarantine Crisis (Studi Terhadap Relawan PPS
Yogyakarta)

Menyatakan dengan sungguh-sungguh:

1. Skripsi yang dihasilkan adalah benar dan asli karya ilmiah yang ditulis sendiri
2. Apabila skripsi telah dimintaqosyahkan dan diwajibkan revisi, maka saya akan bersedia dan sanggup merevisi dalam waktu 2 (dua) bulan terhitung dari tanggal dimintaqosyahkan. Jika ternyata dalam 2 (dua) bulan revisi skripsi belum terselesaikan, saya bersedia (menyatakan) gugur bersedia dimintaqosyahkan kembali dengan biaya sendiri.
3. Apabila di kemudian hari ternyata diketahui bahwa karya tersebut bukan karya ilmiah saya (plagiat) maka saya akan bersedia menanggung sanksi dan dibatalkan gelar keahliannya saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 14 Maret 2021
Berkas


Hanah Muski Rasati
NIM. 16520013

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Dosen : H. Ahmad Muttaqin, M. Ag., M.A., Ph. D
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS

Hal : Skripsi Sdri. Hanah Muski Ragati

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Tempat

Assalamualaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

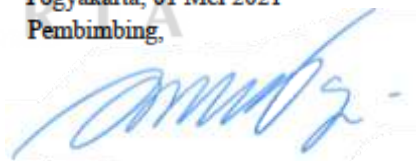
Nama : Hanah Muski Ragati
NIM : 16520013
Jurusan/Prodi : Studi Agama-Agama
Judul Skripsi : Spiritualitas di Kalangan Milenial dalam Menghadapi *Quarter-life Crisis* (Studi Terhadap Relawan P3S)

Sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu dalam Jurusan/Prodi Studi Agama-Agama pada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dengan ini kami berharap agar skripsi/tugas akhir Saudara tersebut diatas dapat segera dimunaqsyahkan. Untuk itu, kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb

Yogyakarta, 01 Mei 2021
Pembimbing,



H. Ahmad Muttaqin, M. Ag., M.A. Ph. D.
NIP: 19720414 199903 1 00 2



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-755/Un.02/DU/PP.00.9/06/2021

Tugas Akhir dengan judul : SPIRITUALITAS DI KALANGAN MELENIAL DALAM MENGHADAPI QUARTER
LIFE CRISIS (Studi Terhadap Relawan Paguyuban Pengajar Pinggir Sungai Yogyakarta)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : HANAH MUSKI RAGATI
Nomor Induk Mahasiswa : 16520013
Telah diujikan pada : Jumat, 28 Mei 2021
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

H. Ahmad Muttaqin, S.Ag., M.Ag., M.A., Ph.D.
SIGNED

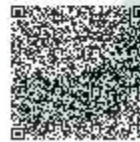
Valid ID: 612842682941



Penguji II

Siti Khodijah Nurul Anla, M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 61285c700e90



Penguji III

Prof. Sya'atun Almirzahan, Ph.D., D.Min.
SIGNED

Valid ID: 612c47a69a1bd



Yogyakarta, 28 Mei 2021

UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Dr. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A.
SIGNED

Valid ID: 612c6e94c86d

MOTTO

Let life kind of just take you on its current. Let it take you on an adventure and don't try to fight the current, it just gonna exhausted yourself.

Park Jae-hyung.



PERSEMBAHAN

Untuk Bapak, Mama, Mas Alif, Fadli, dan Obi Terimakasih atas dukungan dan doa yang pernah dan akan selalu terucap.

Dan tidak lupa untuk Saya yang sudah berhasil menyelesaikan tulisan ini hingga akhir, “This is the beginning, if you want to know”.



KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadirat kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan taufik hidayatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “SPIRITUALITAS MILENIAL DALAM MENGHADAPI QUARTER-LIFE CRISIS (Studi Terhadap Relawan P3S Yogyakarta)”. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini terdapat banyak pihak yang telah membantu dengan sabar dan ikhlas. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati dan penghargaan yang sebesar-besarnya saya sangat berterimakasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu, diantaranya :

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S. Ag., M. A. Selaku Rektor Universitas Negeri Sunan Kalijaga.
2. Ibu Dr. Inayah Rohmaniyah, S. Ag., M. Ag. Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Dr. Dian Nur Anna M. A. Selaku Kepala Prodi Studi Agama-Agama Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Aida Hidayah, S. Th.I., M. Hum. Selaku sekretaris Prodi Studi Agama-Agama Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
5. Bapak H. Ahmad Muttaqin, M. Ag., M. A., Ph. D. Selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu meluangkan waktu untuk memberikan masukan selama proses penulisan. Terimakasih atas segala bimbingan, masukan, dan arahnya dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Dr. H. Ahmad Singgih Basuki M. A. Selaku dosen pembimbing akademik yang selaku dosen penasehat akademik penulis yang tidak henti-hentinya selalu membimbing dan memberi nasehat-nasehat dalam perjalanan akademik penulis.
7. Kepada seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis semoga ilmu yang diberikan bermanfaat dimasa yang akan datang.
8. Ibu Andamari Rahmawati selaku Staff Tata Usaha Prodi Studi Agama-Agama dan seluruh pimpinan dan staff administrasi Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah membantu dan memberikan pelayanan yang baik selama penulis menjalani perkuliahan sampai selesainya tugas akhir ini.
9. Kedua orangtuaku, Bapak Muslichin dan Ibu Sri Rejeki yang telah mendidiku dengan penuh kesabaran. Terimakasih atas segala doa dan nasehat yang selalu diberikan.
10. Saudara laki-lakiku, Mas Alif, Fadli, dan Obi yang selalu memberikan dukungan dengan cara yang berbeda-beda.
11. Seluruh teman Studi Agama-Agama 2016 dan teman-teman *Bacot* yang telah menciptakan kenangan bersama selama lebih dari 4 tahun. Terimakasih atas kebersamaannya.

12. EXO dan NCT yang telah menjadi penghibur dimasa-masa sulit memikirkan dan mengerjakan tugas akhir ini. Terimakasih atas karya-karya yang hebat dan menghibur.
13. Beberapa pihak P3S Yogyakarta yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi sumber penelitian ini.
14. Tidak lupa penulis ucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang turut membantu dan mendukung, baik secara moral dan material.

Teriring doa semoga Allah SWT membalas atas semua kebaikan, jasa, dan bantuan yang diberikan kepada penulis. Semoga Allah SWT menambahkan rahmat dan nikmat kepada kita semua. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi banyak pihak dan khususnya bagi Prodi Studi Agama-Agama.

Yogyakarta, 17 Maret 2021
Penulis


Hanah Muski Ragati
16520013

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Milenial menjadi istilah yang paling sering digunakan oleh kebanyakan masyarakat pada saat ini untuk menggambarkan generasi dengan tahun kelahiran dari tahun 1980-an hingga 2000, yang jika dikisarkan dengan umur generasi milenial akan berumur 21 hingga 41 tahun pada tahun 2021. Dalam kurun umur 18 hingga 29 tahun milenial memiliki kemungkinan mendapatkan pengalaman *quarter-life crisis* sebagai respons atas *emerging adulthood* yang harus dilewati. Milenial adalah gambaran generasi dengan kehidupan yang lebih mudah dalam mendapatkan akses atas segala hal. Selain hidup dalam kemudahan atas berbagai hal, milenial sering dikaitkan dengan teknologi yang serba digital dan modern serta tidak lupa kebiasaan berkehidupan dengan cara mengedepankan logika dan juga rasionalitas. Dunia modern dikenal dengan rendahnya tingkat kepercayaan kepada Tuhan dan agama, hal tersebut menjadikan individu-individu pada zaman modern termasuk milenial dianggap kurang menerapkan nilai ketuhanan dalam kehidupan mereka. Menyikapi hal tersebut penelitian ini akan membahas tentang spiritualitas yang dirasakan oleh milenial sebagai manusia modern dan relawan P3S Yogyakarta akan menjadi subjek dari penelitian yang dilakukan.

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan jenis data lapangan (*field research*). Sumber data yang diperoleh menggunakan sumber data primer dan data sekunder. Penelitian juga menggunakan metode pengumpulan data melalui observasi, wawancara kepada narasumber, dan dokumentasi. Teori yang digunakan untuk menganalisis penelitian ini adalah teori kebangkitan spiritualitas oleh John Naisbit dan Patricia Aburdene yang terdapat pada buku Megatrends 2000.

Hasil penelitian menemukan bahwa Relawan P3S Yogyakarta yang merupakan bagian dari milenial mengalami kebangkitan spiritualitas ketika menghadapi *quarter-life crisis*. Rasionalitas dan logika yang biasa mereka terapkan dalam menyelesaikan masalah tidak serta merta mampu menjadi pedoman ketika mereka mengalami *quarter-life crisis*. Walaupun tidak secara drastis tetapi jika dibandingkan dengan tingkat spiritualitas yang dimiliki oleh relawan P3S Yogyakarta sebelumnya tingkat spiritualitas ketika mengalami *quarter-life crisis* mengalami kenaikan. Hasil penelitian menunjukkan: 1) Relawan P3S Yogyakarta menghadapi *quarter-life crisis* dengan cara yang berbeda-beda namun jika didasarkan pada *problem solving process* menurut Pargament relawan P3S Yogyakarta menggunakan tipe *self-directing* dan *collaborative*. 2) Tuhan dan agama menjadi salah satu bagian dalam menghadapi *quarter-life crisis* yang dialami oleh relawan P3S Yogyakarta. Agama dan Tuhan mereka pilih karena dari dua hal tersebut mereka mendapatkan ketenangan sehingga dari ketenangan itu mereka dapat menyelesaikan permasalahan yang mereka miliki dalam hal ini adalah *quarter-life crisis*.

Kata Kunci: Milenial, Quarter-life crisis, dan Kebangkitan Spiritualitas.

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	i
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan dan Kegunaan	8
D. Tinjauan Pustaka	8
E. Kerangka Teori.....	11
F. Metode Penelitian.....	15
G. Sistematika Pembahasan	18
BAB II RELAWAN PAGUYUBAN PENGAJAR PINGGIR SUNGAI (P3S) SEBAGAI MILENIAL	Error! Bookmark not defined.
A. Profil P3S Yogyakarta	Error! Bookmark not defined.
B. Relawan P3S Yogyakarta.....	Error! Bookmark not defined.
C. Relawan P3S Yogyakarta sebagai Milenial	Error! Bookmark not defined.
BAB III PENGALAMAN <i>QUARTER-LIFE CRISIS</i> RELAWAN P3S YOGYAKARTA	Error! Bookmark not defined.
A. <i>Quarter-life crisis, Emerging adulthood,</i> dan Milenial ...	Error! Bookmark not defined.
B. <i>Quarter-life crisis</i> pada Relawan	Error! Bookmark not defined.
C. Relawan dalam Mengatasi <i>Quarter-life Crisis</i>	Error! Bookmark not defined.
BAB IV SPIRITUALITAS RELAWAN P3S YOGYAKARTA DALAM MENGHADAPI <i>QUARTER-LIFE CRISIS</i>	Error! Bookmark not defined.

- A. Spiritualitas Sebelum Mengalami *Quarter-life crisis* **Error! Bookmark not defined.**
- B. Spiritualitas dalam Menghadapi *Quarter-life crisis*. **Error! Bookmark not defined.**
- C. Spiritualitas Setelah *Quarter-life crisis*.....**Error! Bookmark not defined.**

BAB V PENUTUPError! Bookmark not defined.

- A. Kesimpulan**Error! Bookmark not defined.**
- B. Saran.....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKAError! Bookmark not defined.

LAMPIRAN.....Error! Bookmark not defined.

CURRICULUM VITAE.....Error! Bookmark not defined.



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Memasuki abad 21 perkembangan teknologi dan industri semakin tidak terkendali juga berdampak kepada masyarakat yang ingin mengembangkan diri semakin jauh. Mereka terus membuat dan mencari temuan-temuan yang akan memudahkan sekaligus menguntungkan bagi kehidupan yang akan mereka jalani. Tanpa terasa hal tersebut justru menjadikan masyarakat turut mencari “sesuatu” untuk mengisi kekosongan dalam dirinya yang tidak ikut berkembang ketika mereka mempelajari hal-hal yang berkaitan dengan rasionalitas. Fenomena yang terjadi saat ini ialah masyarakat kurang menerapkan nilai-nilai spiritual berupa pendekatan diri kepada Tuhan baik melalui ritual keagamaan maupun penyelesaian terhadap suatu masalah dalam kehidupan sehari-hari, sehingga hampir secara sadar dan tidak masyarakat kebanyakan mengalami kehampaan spiritual.¹

Kemajuan bidang ilmu dan filsafat rasionalisme yang sudah terjadi semenjak abad ke-18 dirasa tidak mampu menjadi salah satu pengisi kebutuhan pokok manusia dalam aspek nilai-nilai transendental yang hanya bisa digali dengan mendekati diri kepada sang pencipta.² Kehidupan modernisasi dikembangkan atas pemikiran-pemikiran rasionalisme, empirisme, dan positivisme melupakan dimensi yang menjadi dasar bagi kehidupan manusia, bahwa manusia juga

¹ Sitti Rahmatiah, “Perkembangan Aliran Spiritualisme di Dunia Islam (Tarekat Mawliyah)”, *Sulesana*, Vol. XII No. I, 2018, hlm. 45.

² Sitti Rahmatiah, “Perkembangan Aliran Spiritualisme..”, hlm. 45-46.

membutuhkan spiritualisme dalam menjalankan hidup kedepannya.³ Spiritualitas sendiri adalah sebagai sikap yang meyakini akan adanya kehadiran dan campur tangan Tuhan dalam diri manusia.⁴ Hal tersebut menunjukkan bahwa spiritualitas turut menjadi bagian terpenting bagi setiap manusia dalam menjalani kehidupan namun modernitas justru datang dengan kekuatan rasionalitas yang hampir tidak menyentuh dan memperkenalkan nilai-nilai spiritualitas.

Dalam beberapa dekade terakhir muncul beberapa pemikiran mengenai sekularisasi yang memprediksi bahwa peran agama terhadap kehidupan sosial manusia akan menurun, namun prediksi tersebut mendapatkan banyak kritikan karena tidak terbukti kebenarannya.⁵ Modernitas yang hadir dalam kehidupan umat manusia ternyata tidak lantas menjadikan manusia sekaligus umat beragama menjadi lupa dengan sesuatu yang hadir selain makhluk bumi. Pada realitas dunia yang sangat kompleks ini peran agama tidak bisa hanya dilihat sebelah mata. Terbukti dengan berkembangnya agama-agama di dunia dan organisasi agama yang semakin menguatkan tujuan mereka menjadikan agama tidak luput dari perhatian manusia.⁶

Beberapa tahun belakangan ini, dengan dunia yang semakin modern justru dikenal sebagai tahun-tahun kebangkitan spiritual. Hal tersebut sudah sering diprediksi oleh banyak pihak pada beberapa kesempatan. Maraknya fenomena

³ Syamsul Arifin, "Sufisme dalam Spiritualitas Posmodern" dalam Suyoto, dkk. (ed.), *Postmodernisme dan Masa Depan Peradaban* (Yogyakarta: Aditya Media, 1994), hlm. 81.

⁴ Muh. Fihris Khalik, "Reposisi Agama Sebagai Sumber Spiritualitas Masyarakat Modern", *Jurnal Ash-Shahabah*, Vol. III, No. I Januari 2017, hlm. 2.

⁵ Amika Wardana, "Religions decline and proliferate" dalam www.thejakartapost.com diakses tanggal 26 Januari 2021.

⁶ Happy Susanto, "Agama dan Tantangan Modernitas" dalam www.republika.co.id diakses tanggal 26 Januari 2021.

kebangkitan spiritual tidak lain karena ilmu pengetahuan dan teknologi tidak mampu membantu masyarakat menemukan makna kehidupan yang sebenarnya. Pada era digital dan industri saat ini, dunia lebih sering dan senang untuk memberikan kebutuhan material daripada kebutuhan spiritual maupun transendental.⁷ Menurut Ewert Cousins, salah satu fenomena khas dari bagian akhir abad ke-20 menjelang abad ke-21 adalah spiritualitas diminati kembali dengan tujuan untuk menyinari sebagian besar masalah yang ditimbulkan oleh modernitas.⁸ Rasionalitas dan intelektualitas memiliki batasan-batasannya sendiri dalam menjelaskan sesuatu, termasuk ketika memberikan pengertian mengenai kekosongan yang kadang dialami oleh masyarakat dewasa ini.

Kalangan milenial merupakan salah satu dari berbagai golongan masyarakat dunia yang merasakan dan menikmati kehidupan modern. Kata milenial sendiri pertama kali disebutkan oleh penulis Amerika William Strauss dan Neil Howe tahun 2000 pada bukunya yang berjudul *Millenials Rising: The Next Great Generation* yang sebelumnya pada tahun 1991 juga telah memopulerkan teori tentang perbedaan generasi.⁹ Umumnya milenial atau juga disebut dengan generasi Y adalah keturunan dari generasi X atau orang-orang yang lahir pada kisaran tahun 1930-1980-an dan pada saat itu merupakan awal dari perkembangan teknologi. Generasi milenial mengarah kepada generasi yang berada pada kondisi

⁷ Ahmad Singgih Basuki "Agama dan Spiritualisme: Prospek dan Tantangannya", *Religi* Vol. I No. I, Januari-Juni 2002, hlm. 40.

⁸ Andi Eka Putra, "Tasawuf sebagai Terapi atas Problem Spiritual Masyarakat Modern", *Al-Adyan* Vol .VII No. I, Januari-Juni 2013, hlm. 49.

⁹ Badan Pusat Statistik, *Statistik Gender Tematik: Profil Generasi Milenial Indonesia* (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan anak), hlm. 14.

perkembangan dan pertumbuhan yang cepat berganti dan mudah terpengaruh oleh keadaan lingkungan khususnya pada penggunaan teknologi digital.¹⁰

Generasi milenial cenderung menggunakan teknologi dan internet sebagai pendamping dalam menjalani kesehariannya. Mereka hidup pada saat hampir semua hal yang berhubungan dengan dirinya dapat dioperasikan melalui gawai secara *online*, baik mengakses situs pendidikan secara *online* hingga kebutuhan pangan yang semua dapat didapatkan dengan praktis dan cepat secara *online*.¹¹ Yoris Sebastian dalam bukunya yang berjudul *Generasi Langgas Millenials Indonesia* menuliskan bahwa generasi milenial merupakan generasi dengan individu-individu yang memiliki beberapa karakteristik, seperti menginginkan sesuatu dengan cepat, mudah berpindah pekerjaan dalam waktu yang singkat, melek teknologi, dekat dengan media sosial, dan beberapa hal lainnya.¹²

Dalam perkembangannya, manusia memiliki beberapa tahap pertumbuhan yang akan dilaluinya. Salah satu dari perkembangannya adalah masa peralihan dari remaja menuju dewasa.¹³ Pada masa ini seseorang sudah dapat memulai untuk menentukan pilihan hidupnya sendiri dan mencoba mengeksplorasi diri lebih jauh lagi. Dalam menentukan pilihan hidupnya, seseorang yang berada dalam peralihan dari remaja menuju dewasa akan dihadapkan dengan beberapa pilihan untuk melewatinya. Beberapa orang akan merasa tertantang dan menikmati proses

¹⁰ Arum Faiza Sabila (dkk.), *Arus Metamorfosa Milenial* (Kendal: Penerbit Ernest, 2018), hlm. 1.

¹¹ Arum Faiza Sabila (dkk.), *Arus Metamorfosa Milenial*, hlm. 3.

¹² Badan Pusat Statistik, *Statistik Gender Tematik*, hlm. 19.

¹³ Alfiesyahrianta Habibie (dkk.), “Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa”, *Jurnal Gajah Mada Journal Of Psychology*, Vol. V, No. II, Oktober 2019, hlm. 129.

tersebut, namun tidak sedikit yang merasa bingung, cemas, dan tertekan dengan pilihan yang akan diambil. Hal tersebut yang nantinya diprediksi akan menimbulkan beberapa persoalan psikologis. Perasaan terombang-ambing dalam ketidakpastian dan mengalami krisis emosional atau biasa disebut dengan *quarter-life crisis*.¹⁴

Quarter-life crisis pertama kali dicetuskan oleh Alexander Robbins dan Abby Wilner pada tahun 2001. Mereka mengartikan *quarter-life crisis* sebagai suatu respons atas banyaknya pilihan yang ada pada hidup seseorang, rasa panik, dan tidak berdaya sehingga menimbulkan ketidak stabilan dalam kehidupan seseorang.¹⁵ *Quarter-life crisis* juga pernah dikatakan oleh Nash dan Murray sebagai masalah terkait mimpi dan harapan, tantangan kepentingan akademis, agama, dan spiritualitasnya serta pekerjaan dan karier.¹⁶

Seseorang yang mengalami *quarter-life crisis* merasa tidak yakin dengan sebuah komitmen yang mereka putuskan, namun juga merasa ragu ketika ingin mengambil keputusan yang lain. Hal tersebut dikarenakan perasaan takut dan khawatir akan hasil yang akan dia peroleh nantinya. Mempertanyakan peran dalam masyarakat merupakan salah satu yang menjadi kecemasan seseorang mengalami *quarter-life crisis*. Pertanyaan siapa dan bagaimana kedepannya diikuti dengan perasaan ketakutan, kesedihan, serta kekhawatiran tidak luput dari pikiran. Selain faktor internal yang terus mengganggu pikiran, faktor eksternal seperti keluarga dan

¹⁴ Alfiesyahrianta Habibie (dkk.), "Peran Religiusitas terhadap..", hlm. 130.

¹⁵ Elgea Nur Balzarie dan Endah Nawangsih, "Kajian Resiliensi pada Mahasiswa Bandung yang Mengalami Quarter Life Crisis", *Jurnal Prosiding Psikologi*, Vol. V, No. II, Agustus 2019, hlm. 495.

¹⁶ Alfiesyahrianta Habibie (dkk.), "Peran Religiusitas terhadap..", hlm. 130.

beberapa orang di sekitar yang memberikan tekanan juga turut menjadi pemicu akan *quarter-life crisis* yang dialami seseorang.¹⁷

Kehidupan setelah menyelesaikan jenjang perkuliahan dipenuhi dengan kegelisahan dan stres yang dapat menimbulkan perasaan panik.¹⁸ Lompatan dari bangku kuliah menuju dunia kerja kerap kali menimbulkan ketidakstabilan emosi yang mengakibatkan terjadinya krisis emosional pada diri seseorang. Krisis emosional yang terjadi juga disebabkan oleh berbagai tuntutan hidup yang akan dilaluinya. Perihal lain yang menjadikan seseorang semakin mengalami krisis emosional adalah kompleksnya masa-masa perubahan yang penuh dengan ketidakpastian sehingga menimbulkan depresi bagi seseorang yang mengalaminya.¹⁹

Setelah dunia menysihkan teologi karena dianggap tidak selaras dan tidak relevan dengan dunia modern, pandangan dunia kemudian berubah dengan tingginya minat yang besar terhadap kehidupan spiritual. Pembaruan minat terhadap spiritualitas religius tersebut diharapkan mampu menjadi landasan kehidupan bagi sebagai individu pribadi dan makhluk sosial bermasyarakat.²⁰

Prediksi kebangkitan spiritual oleh John Naisbit dan Patricia Aburdene ditulis dalam buku yang berjudul *Sepuluh Arah Baru untuk Tahun 1990-an: Megatrends 2000*, John Naisbit dan Patricia Aburdene mengatakan bahwa ilmu pengetahuan

¹⁷ Raka Dimas Maulana dan Syarip Hidayatullah, "Perancangan Zine Pengenalan dan Penyikapan Quarter Life Crisis Untuk Anak Muda Usia 20-24 Tahun Daerah Kota Jakarta" *Jurnal e-Proceeding of Art & Design*, Vol. VI, No. III, Desember 2019, hlm. 4095.

¹⁸ Nicole E Rossi dan Carolyn J Mebert, "Does a Quarter-life crisis exist?" *Journal of Genetic Psychology*, Vol. CLXXII No. II 2011, hlm. 141-161.

¹⁹ Alfiesyahrianta Habibie (dkk.), "Peran Religiusitas terhadap..", hlm. 130.

²⁰ David Ray Griffin, *Tuhan dan Agama dalam Dunia Postmodern* terj. A. Gunawan Admiranto (Yogyakarta: Kanisius, 2005) Hlm. 17.

dan teknologi tidak memberitahu kita dari arti kehidupan. Keduanya hanya memberikan tawaran untuk bagaimana menikmati hidup dengan segala kemudahan dan fasilitas. John Naisbit dan Aburdene kemudian menambahkan bahwa hanya dengan sastra, seni, dan spiritual yang dapat mengajari seseorang untuk mengerti akan arti kehidupan.²¹ Munculnya Gerakan keagamaan baru juga turut menjadi salah satu prediksi yang ditulis oleh Naisbit dan Aburdene dalam bukunya. Munculnya Gerakan keagamaan baru merupakan dampak dari kebangkitan spiritual yang terjadi.²²

Beberapa dari milenial yang sedikit banyak telah menerima dan merasakan kecanggihan teknologi maupun pesatnya ilmu pengetahuan bisa saja akan merasakan *quarter-life crisis*. Hal tersebut tentu saja terjadi karena kondisi psikologis seseorang berbeda-beda dalam menghadapi tahap-tahap kehidupan yang akan dihadapinya. Pertanyaan yang kemudian muncul adalah bagaimana para milenial mencoba melewati *quarter-life crisis* mereka? Apakah *quarter-life crisis* yang dirasakan oleh mahasiswa dapat mengantarkan seseorang tersebut untuk lebih dekat kepada Agama dan Tuhan mereka?

²¹ John Naisbit & Patricia Aburdene, *Sepuluh Arah Baru untuk Tahun 1900-an: Megatrends 2000* terj. Budijanto (Jakarta: Binarupa Aksara, 1990) hlm. 256.

²² John Naisbit & Patricia Aburdene, *Sepuluh Arah Baru...*, hlm. 257-258.

B. Rumusan Masalah

Merujuk pada latar belakang masalah yang telah dijabarkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah?

1. Bagaimana milenial relawan P3S Yogyakarta menghadapi *quarter-life crisis* yang mereka alami?
2. Apakah Tuhan dan agama menjadi salah satu bagian dalam menghadapi *quarter-life crisis* yang dialami oleh milenial relawan P3S Yogyakarta?

C. Tujuan dan Kegunaan

1. Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui bagaimana milenial relawan P3S Yogyakarta menghadapi *quarter-life crisis* yang mereka alami.
- b. Untuk mengetahui apakah Tuhan dan agama menjadi salah satu bagian dalam menghadapi *quarter-life crisis* yang dialami oleh relawan P3S Yogyakarta.

2. Kegunaan Penelitian

- a. Memberikan kontribusi berupa keilmuan perspektif keagamaan terhadap milenial P3S Yogyakarta dalam menghadapi *quarter-life crisis*.
- b. Menambah wawasan bagi penulis maupun pembaca terkait *quarter-life crisis* yang dialami oleh milenial relawan P3S Yogyakarta.

D. Tinjauan Pustaka

Pembahasan mengenai milenial dalam dunia penelitian bukanlah suatu hal yang baru. Terdapat beberapa literatur yang membahas terkait milenial, namun

dalam penelitian sebelum-sebelumnya pembahasan terkait milenial yang dikaitkan dengan keagamaan sangatlah sedikit terlebih milenial dengan spiritualitas mungkin jarang dijumpai.

R Willya Achmad W, Marcelino Vincentius Poluakan, Didin Dikayuana, Herry Wibowo, dan Santoso Sri Raharjo menuliskan jurnalnya dengan judul Potret Generasi Milenial Milenial pada Era Revolusi Industri 4.0 pada tahun 2019.²³ Jurnal tersebut membahas bagaimana revolusi industri 4.0 memberikan dampak yang besar bagi generasi milenial dan juga memengaruhi keberfungsinya sosialnya di kehidupan nyata. Hasil dari penelitian menjelaskan bahwa generasi milenial memiliki kekuatan pada bidang teknologi, namun tidak semua dari generasi milenial mampu beradaptasi dengan perkembangan teknologi, krisis kepercayaan diri, dan depresi terhadap masalah-masalah psikososialnya.

Alfiesyahrianita Habibie, Nandy Aguztin, & Zainul Anwar menulis Jurnal Psikologis dengan judul Peran Religiusitas terhadap *Quarter-Life Crisis* (QLC) pada Mahasiswa di Malang pada tahun 2019.²⁴ Jurnal tersebut membahas mengenai peran religiusitas terhadap mahasiswa dalam *quarter-life crisis*. Selain itu, jurnal tersebut juga membahas mengenai aspek-aspek penting dalam menghadapi *quarter-life crisis* pada mahasiswa. Penelitian dilakukan dengan metode kuantitatif dan dianalisis menggunakan uji regresi linear sederhana.

²³ R Willya Achmad W (dkk.), "Potret Generasi Milenial Pada Era Revolusi Industri 4.0", *Jurnal Pekerjaan Sosial* Vol. II, No. II Desember 2019, hlm. 187.

²⁴ Alfiesyahrianta Habibie (dkk.), "Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa", *Jurnal Gajah Mada Journal Of Psychology*, Vol. V, No. II, Oktober 2019.

Manusia Milenial dalam Perspektif Eksistensialisme Gabriel Marcel menjadi judul Tesis yang ditulis oleh Siti Amallia pada tahun 2019.²⁵ Penelitian kepustakaan dengan penjelasan deksriptif tersebut menghasilkan penelitian yang menjelaskan bahwa manusia milenial bukanlah hanya sebatas generasi yang lahir pada tahun 1980-2000, tetapi juga menjelaskan bahwa generasi tersebut sangat dekat dengan sosial media dengan pemikiran yang multidimensi. Jika dikaitkan dengan teori Gabriel Marcel maka akan menghasilkan 3 poin, aku yang eksistensial, aku yang hadir, dan aku yang berelasi. Ketiga kondisi tersebut dapat mengancam eksistensi manusia milenial karena pemikiran didigitalisasi dapat membuat kehilangan eksistensi mereka yang sebenarnya.

Jurnal oleh Suci Prasasti, dan Erik Teguh Prakoso yang berjudul Karakter dan perilaku Milenial: Peluang atau Ancaman Bonus Demografi. Penelitian ini fokus kepada isu bonus demografi dan generasi milineial yang ada pada Indonesesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa generasi milenial dapat menjadi peluang sumber daya manusia jika mendapatkan fasilitas secara optimal dan akan menjadi ancaman jika tidak dipahami dan difasilitasi.²⁶

Nurokhim menulis skripsi dengan judul Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Minat kaum Milenial Bertransaksi Menggunakan layanan QR Pay Bank Syariah Mandiri (Studi Pada Mahasiswa FEBI UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta) pada tahun 2019. Dengan menggunakan penelitian kuantitatif, hasil dari penelitian menjelaskan bahwa terdapat dua persepsi terhadap kemudahan

²⁵ Siti Amalia, "Manusia Millenial dalam Perspektif Eksistensialisme Gabriel Marcel", *Tesis*, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2019, hlm. viii.

²⁶ Suci Prasasti dan Erik Teguh Prakoso, Karakter dan Perilaku Milenial: Peluang atau Ancaman Bonus demografi, *Consilia* Vol. III, No. I, 2020, hlm. 10.

dalam teknologi tersebut. Pertama, kemudahan bertransaksi QR Pay memberikan pengaruh kepada kaum milenial dalam bertransaksi menggunakan QR Pay Bank Mandiri Syariah. Kedua, persepsi kebermanfaatan dan computer self efficacy tidak berpengaruh signifikan terhadap kaum milenial dalam bertransaksi menggunakan QR Pay Bank Mandiri Syariah.²⁷

Beberapa penelitian di atas merupakan penelitian tentang milenial dengan beberapa pendekatan yang berbeda seperti dari segi ekonomi, globalisasi, maupun filsafat. Merujuk penelitian di atas penulis belum menemukan penelitian secara spesifik yang mengkaji milenial melawan P3S Yogyakarta dengan pendekatan keagamaan terlebih dalam pandangan spiritualitas ketika menghadapi *quarter-life crisis*.

E. Kerangka Teori

Milenial merupakan istilah yang digunakan oleh generasi yang lahir pada kisaran tahun 1980-an hingga tahun 2000. Meskipun dikenal dengan istilah generasi milenial, generasi tersebut juga memiliki istilah lain seperti seperti generasi milenium dan juga generasi Y. Munculnya istilah generasi milenial berawal dari Mannheim yang membicarakan tentang generasi dan berlanjut hingga teori perbedaan generasi yang dipopulerkan oleh Neil Howe dan William Strauss pada tahun 1991.²⁸

²⁷ Nurokhim, "Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Minat Kaum Milenial Bertransaksi Menggunakan Layanan QR Pay Bank Syariah Mandiri (Studi Pada Mahasiswa FEBI UIN Sunan Kalijaga)", *Skripsi*, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2019, hlm. ii.

²⁸ Yanuar Surya Putra, "Theoretical review: Teori Perbedaan Generasi" *Among Makarti*, Vol. IX No. XVIII Desember 2016, hlm. 124.

Tahun 1991 Neil Howe dan William Strauss membagi generasi berdasarkan dengan kesamaan rentang waktu kelahiran dan kejadian-kejadian bersejarah yang terjadi pada rentang waktu tersebut. Terdapat banyak peneliti yang juga melakukan pembagian generasi dengan aspek yang berbeda-beda namun secara keseluruhan memiliki makna yang sama. Seperti generasi Y atau generasi milenial, Howe dan Strauss menjelaskan bahwa generasi Y adalah generasi yang lahir pada tahun 1982, sementara Martin dan Tulgan mengatakan bahwa generasi milenial adalah generasi yang lahir pada tahun 1978. Perbedaan tersebut dikarenakan faktor perbedaan negara dari para peneliti.²⁹

Indonesia sendiri memiliki Hasanuddin Ali dan Lilik Purwadi dalam menjelaskan tentang milenial, khususnya milenial yang ada di Indonesia. Hasanuddin Ali dan Lilik Purwadi menuangkan segala pemikiran mengenai milenial dalam bukunya yang berjudul *Millennial Nusantara*. Dalam bukunya, Ali dan Purwadi menuliskan bahwa milenial merupakan generasi yang unik dan memiliki perbedaan yang signifikan dengan generasi lainnya. Generasi milenial memiliki karakteristik yang khas, yaitu karakter *creative*, *confidence*, dan *connected* yang disingkat menjadi 3C.

1. *Creative*: berpikir diluar kebiasaan (*out of the box*) yang kaya akan ide dan gagasan.
2. *Confidence*: percaya diri dan tidak takut dalam menyampaikan pendapat yang dimiliki.

²⁹ Yanuar Surya Putra, "Theoretical review: Teori Perbedaan Generasi" *Among Makarti*, Vol. IX No. XVIII Desember 2016, hlm. 124.

3. *Connencted*: pandai bersosialisasi baik dalam dunia nyata ataupun dalam digital.³⁰

Selain ketiga karakter khas yang telah disebutkan di atas, Ali dan Purwandi juga menambahkan bahwa milenial merupakan generasi yang *multitasking* atau menjalankan dua atau lebih kegiatan pada waktu yang bersamaan. Hal tersebut dapat dilihat dengan bagaimana milenial dapat mengoperasikan *gadget* saat sedang menonton tv, mereka juga dapat mengerjakan sesuatu sembari mendengarkan music secara bersamaan.³¹

Penelitian ini juga menggunakan teori John Naisbit dan Patricia Aburdene mengenai kebangkitan spiritualitas. Kebangkitan spiritualitas menjadi tema yang tidak pernah tertinggal ketika terdapat pembahasan yang berkaitan dengan spiritualitas akhir-akhir ini, bahkan dikatakan bahwa abad ini merupakan abad spiritual karena munculnya minat yang lebih terhadap spiritualitas.³² Kebangkitan spiritualitas terjadi pada masyarakat tidak lain karena ilmu pengetahuan tidak dapat membantu seseorang dalam menemukan emosi dalam diri manusia. Sejak abad pertengahan ilmu pengetahuan telah menjadikan manusia berpikir bahwa segala sesuatu dapat diselesaikan dengan berkembangnya ilmu pengetahuan, itulah mengapa orang-orang barat yang kemudian juga diikuti hampir seluruh penduduk dunia sesakan memuja ilmu pengetahuan hampir seperti agama.³³

³⁰ Nashrullah Fatahillah, *Identitas Moral Generasi Millennial dan Post-Millennial Perspektif Pendidikan Islam*, Skripsi, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2018, hlm. 57.

³¹ Hasanuddin Ali & Lilik Purwandi, *Milennial Nusantara*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2017) hlm. 99.

³² Abusahrin (ed), *Spiritualisme Kota: Internalisasi Tasawuf dalam Kehidupan Modern* (Medan: Penerbit Panjiaswaja Press, 2011), hlm. vi

³³ John Naisbit & Patricia Aburdene, *Sepuluh Arah Baru..*, hlm. 256.

Kebangkitan spiritualitas mulai terlihat dengan bertambahnya pengikut dalam beberapa agama yang ada di dunia. Walaupun kemudian banyak yang lebih memilih untuk mengikuti Gerakan Keagamaan Baru karena agama resmi dirasa memiliki aturan-aturan yang rumit, orang-orang pada milenium ketiga tetap mencari jalan kedamaian dan ketenangan dengan Tuhan yang mereka percayai.³⁴ Orang-orang yang terpukul oleh perubahan menciptakan kepercayaan spiritual yang hebat. Kebanyakan mencari ketentraman antara dengan melalui gerakan dari mempercayai perasaan di dalam atau melalui agama otoriter.³⁵

Perjalanan perkembangan ilmu pengetahuan sejak terjadinya lonjakan hebat pada sekitar abad pertengahan melahirkan pemikir filsuf Friedrich Nietzsche yang mengatakan bahwa Tuhan sudah mati. Menurut August Comte semakin modern masyarakat maka menjadikan agama semakin ditinggalkan.³⁶ Pernyataan kedua tokoh tersebut berbeda dengan futurolog John Naisbit dan Patricia Aburdene yang dengan positif mengungkapkan bahwa ilmu pengetahuan dan teknologi tidak dapat begitu saja memberikan arti kehidupan.³⁷ Kedua futurolog kemudian memberikan alternatif bahwa jawaban tentang makna hidup terletak pada agama.³⁸

John Naisbit dan Patricia Aburdene menyetujui bahwa ilmu pengetahuan dan teknologi tidak menjanjikan kebahagiaan yang berkelanjutan. Bahkan dengan bertambahnya temuan-temuan yang fantastis tidak serta merta memudahkan individu menemukan arti kehidupan yang sesungguhnya. Hal tersebut justru

³⁴ John Naisbit & Patricia Aburdene, *Sepuluh Arah Baru..*, hlm. 254.

³⁵ John Naisbit & Patricia Aburdene, *Sepuluh Arah Baru..*, hlm. 256.

³⁶ Ngainun Naim, "Kebangkitan Spiritualitas Masyarakat Modern" *Kalam: Jurnal Studi Agama dan pemikiran Islam* Vol. VII No. II Desember 2013, hlm. 237-258.

³⁷ John Naisbit & Patricia Aburdene, *Sepuluh Arah Baru..*, hlm. 256.

³⁸ Ahmad Singgih Basuki "Agama dan Spiritualisme.." hlm. 40-53.

menjadikan manusia terjebak dan sulit untuk menemukan arti kehidupan yang mereka cari. Naisbit dan Aburdene kemudia menambahkan bahwa dengan spiritualitas maka orang-orang akan perlahan dapat menemukan arti kehidupan. Diiringi dengan seni dan juga sastra.³⁹

F. Metode Penelitian

Metode penelitian mengungkapkan secara teknis tentang metode-metode yang digunakan dalam penelitian.⁴⁰ Untuk memperoleh data penelitian ini menggunakan metode sebagai berikut:

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) dengan melakukan penelusuran pustaka sebagai langkah awal untuk menyiapkan kerangka penelitian (*research design*) dan atau proposal untuk memperoleh informasi penelitian sejenis, memperdalam kajian teoretis atau mempertajam metodologi.⁴¹ Penelitian lapangan dilakukan di beberapa tempat di sekitar Sungai Code sebagai lokasi pembelajaran P3S Yogyakarta berlangsung.

Penelitian yang dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian yang bermaksud memahami fenomena tentang apa yang dialami subjek penelitian.⁴² Sedangkan metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Hasil penelitian akan dijabarkan sesuai dengan fakta-fakta yang

³⁹ John Naisbit & Patricia Aburdene, *Sepuluh Arah Baru..*, hlm. 256.

⁴⁰ Noeng Muhadjir, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Rake Sarasin, 1998) hlm.

3.

⁴¹ Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Jakarta: Buku Obor, 2008) hlm. 1.

⁴² Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosda, 2012) hlm. 6.

didapat dari proses penelitian. Pemaparan hasil penelitian akan dianalisis dengan teori yang telah ditentukan serinci mungkin sehingga dapat menjelaskan hasil penelitian deskriptif yang baik.

2. Sumber dan Jenis Data

Sumber data penelitian ini menggunakan sumber primer dan sumber sekunder. Sumber primer adalah sumber data primer yang langsung diperoleh dari lapangan penelitian baik melalui observasi maupun wawancara.⁴³ Dalam penelitian ini sumber primer adalah para milenial yang menjadi relawan P3S Yogyakarta, lebih tepatnya beberapa relawan yang memiliki pengalaman *quarter-life crisis* dan beberapa pengurus P3S Yogyakarta. Sedangkan sumber sekunder merupakan data yang diperoleh dari penelitian pustaka seperti artikel ilmiah, buku, laporan, majalah, dan lain sebagainya yang berkaitan dengan penelitian ini.

3. Metode Pengumpulan Data

a. Wawancara

Wawancara merupakan metode untuk mengumpulkan data primer dari pihak-pihak terkait. Wawancara adalah percakapan yang dilakukan dengan maksud tertentu, proses percakapan dengan menggunakan alat *interview guide* (pedoman wawancara).⁴⁴ Wawancara dilakukan dengan mengajukan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan judul penelitian kepada beberapa relawan P3S Yogyakarta baik mereka yang memiliki

⁴³ Muharto dan Arisandy Ambarita, *Metode Penelitian Sistem Informasi: Mengatasi Kesulitan Mahasiswa dalam Menyusun Proposal Penelitian*, (Yogyakarta: Deepublish, 2016) hlm. 82.

⁴⁴ Moh Nasir, *Metode Penelitian* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1999) hlm. 63.

pengalaman *quarter-life crisis* maupun pengurus P3S Yogyakarta. Wawancara dilakukan dengan bantuan media *WhatsApp* karena situasi dan kondisi yang tidak mendukung keberlangsungan wawancara secara langsung.

b. Observasi

Observasi merupakan suatu proses kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua di antara yang terpenting adalah proses pengamatan dan ingatan. Data hasil observasi menjadi data penting karena memungkinkan dilakukannya penelitian secara terbuka dan berorientasi pada penemuan daripada pembuktian.⁴⁵

c. Studi Dokumentasi

Studi dokumentasi yaitu meneliti catatan-catatan tertulis yang dapat menunjang pembahasan dari sumber utama mulai dari literatur-literatur berupa buku bacaan serta dokumen lain yang menjelaskan kerangka teoretis dan konseptual; dan sumber lain yang berkaitan dengan penelitian.⁴⁶

4. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan upaya untuk mencari data dan menata secara sistematis dari catatan wawancara maupun dokumentasi dengan cara mengorganisasi data dan memilih mana yang penting serta yang perlu dipelajari serta membuat kesimpulan sehingga dapat mudah dipahami.⁴⁷

⁴⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi* (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2005), hlm. 166

⁴⁶ Muharto dan Arisandy Ambarita, *Metode Penelitian Sistem...*, hlm. 74

⁴⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2019), hlm. 204.

Meningkatkan pemahaman tentang objek dan menyajikan sebagai temuan bagi orang lain. Analisis data yang digunakan adalah deskriptif. Setelah data terkumpul kemudian akan diolah secara deskriptif dan dianalisis sehingga memungkinkan untuk diambil kesimpulan.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan berisi uraian argumentatif terkait penataan pembahasan materi skripsi dalam bab-bab yang disusun secara logis. Sistematika pembahasan bukan daftar isi yang dinarasikan, tetapi uraian tentang logika pembagian bab dan argumentasi mengapa persoalan tersebut dicantumkan dalam bab-bab tersebut dan perlu dibahas.⁴⁸ Secara Keseluruhan penelitian tersusun dalam lima bab, dengan pembagian sebagai berikut :

Bab pertama merupakan pendahuluan meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan. Bab ini menjelaskan latar belakang dari pemilihan tema penilitan, pentingnya penelitian, uraian terkait mengapa penelitian perlu dilakukan, dan kontribusi penelitian terhadap ranah akademik dan non akademik.

Bab kedua memuat profil mengenai P3S Yogyakarta dan penjelasan tentang relawan P3S Yogyakarta sebagai milenial. Selain itu bab ini juga akan meliputi sejarah bagaimana terbentuknya paguyuban, perkembangan paguyuban hingga saat ini, asas, prinsip, visi, dan misi P3S. Subbab selanjutnya berisi tentang informasi

⁴⁸ Sukandarrumidi, *Metodologi Penelitian: Petunjuk Praktis untuk Peneliti Pemula* (Yogyakarta: Universtas Gadjah Mada Press, 2002), Hlm. 108.

umum relawan P3S Yogyakarta dan relawan P3S Yogyakarta sebagai generasi milenial.

Bab ketiga akan membahas *quarter-life crisis* yang dirasakan oleh relawan P3S Yogyakarta. Meliputi pengalaman *quarter-life crisis* relawan P3S Yogyakarta, pemicu awal relawan P3S Yogyakarta sehingga mengalami *quarter-life crisis* hingga bagaimana relawan P3S Yogyakarta melalui *quarter-life crisis*. Hal tersebut merupakan bagian dari usaha dalam menjawab rumusan masalah pertama.

Bab keempat merupakan pembahasan tentang rumusan masalah yang kedua sekaligus inti dari pembahasan penelitian, yaitu analisis terhadap hasil penelitian di lapangan secara teoretis-akademis. Bab ini akan membahas tentang spiritualitas relawan P3S Yogyakarta, baik sebelum mengalami *quarter-life crisis* hingga setelah mengalami *quarter-life crisis*.

Bab kelima adalah bab terakhir yang menyampaikan kesimpulan dari penelitian dan juga saran. Bab ini memberikan rangkuman dari penelitian yang sudah dilakukan. Terdapat 2 poin dalam kesimpulan yang mana menjelaskan kedua rumusan masalah yang ada pada penelitian ini. Selain kesimpulan bab ini juga berisi saran yang diberikan oleh penulis kepada peneliti selanjutnya dan para pemb

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penilitan yang dilakukan dan uraian yang telah dijelaskan sebelumnya, penelitian tentang Spiritualitas di Kalangan Milenial (Studi Terhadap Relawan P3S Yogyakarta) maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Relawan P3S Yogyakarta menghadapi *quarter-life crisis* dengan cara yang berbeda-beda. Dengan aspek pemicu dan kegelisahan yang berbeda-beda menjadikan mereka memiliki perjuangan untuk melewati *quarter-life crisis* yang berbeda-beda pula. Afrida Nur Chasanah dan Galeih Yudi Setiawan menekankan bahwa teman-teman yang berada disekelilingnya menjadi salah satu faktor terpenting dalam melewati *quarter-life crisis*. Yeni Mutiara memilih buku-buku yang dia baca sebagai suatu hal yang berpengaruh dalam melewati fase krisis yang dia alami. Persamaan dari Afrida, Galeih, dan Yeni adalah mereka menggunakan cara *collaborative* dalam penyelesaian masalah *quarter-life crisis*, karena selain mereka mencari jalan keluar dengan usaha yang mereka bisa ketiganya juga melibatkan Tuhan dalam penyelesaian masalah yang dimiliki. Sedangkan Reza Doni Marsono lebih mengandalkan diri sendiri sebagai penentu segala hal dalam menyelesaikan masalah *quarter-life crisis* atau *self-directing*.

2. Tuhan dan agama menjadi salah satu bagian dalam menghadapi *quarter-life crisis* yang dialami oleh relawan P3S Yogyakarta. Agama dan Tuhan tetap menjadi keyakinan yang mereka pilih ketika mereka mendapatkan situasi yang sulit untuk mereka atasi terlebih permasalahan duniawi. Dari mendekati diri kepada Tuhan dan mencoba menjadi umat beragama yang taat tanpa disadari mereka mengalami peningkatan dalam spiritualitas yang berarti lebih baik daripada sebelumnya. Sebagai milenial yang hidup dengan kemudahan dunia modern dan tingginya tingkat pemahaman rasionalitas maupun logika tidak bisa begitu saja membuat relawan P3S Yogyakarta meninggalkan hal-hal terkait agama dan ketuhanan. Relawan P3S Yogyakarta beranjak menekuni ajaran agama dan Tuhan yang mereka yakini karena hal-hal duniawi tidak sepenuhnya mampu menjadi tempat naungan yang mereka butuhkan. Mereka mulai menjalankan ibadah yang sebelumnya jarang mereka lakukan dan juga mulai berpasrah atas apa yang terjadi pada diri mereka. Dengan memulai beribadah dengan Tuhan dan menjalankan ibadah lebih dari biasanya menandakan bahwa tingkat spiritualitas relawan P3S Yogyakarta lebih baik dari sebelumnya, mereka meyakini bahwa dalam segala hal di dunia ini termasuk hal-hal yang berkaitan dengan dirinya merupakan campuran Tuhan dan bahwa Tuhan memiliki andil dalam segala hal yang ada. Hingga *quarter-life crisis* terlewati beberapa di antara relawan P3S Yogyakarta justru merasa semakin menjadi pribadi yang lebih baik

karena bisa lebih sedikit menerima pada setiap hal yang mereka dapatkan saat ini daripada sebelumnya. Walaupun terdapat satu di antara relawan P3S Yogyakarta yang justru mengaku menjauh dari agama selama mengalami *quarter-life crisis*, tiga diantaranya cukup menjadikan teori John Naisbit dan Patricia Aburdene tentang kebangkitan spiritualitas dapat diaplikasikan pada penelitian ini.

B. Saran

Penulis menyadari penelitian dalam skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Mengingat fokus kajian dalam penelitian ini hanya berfokus pada satu aspek. Oleh karena itu penulis berharap penelitian terhadap spiritualitas pada milenial dan *quarter-life crisis* dapat diteruskan dan dipeluaskan dengan tema yang lebih luas dan kritis. Seperti, mungkinkah *quarter-life crisis* merupakan akibat dari dunia modern yang terlalu mengedepankan rasionalitas maupun logika dan mengabaikan hubungannya dengan spiritual.

Penulis juga menyarankan kepada siapa pun yang akan mengambil tema *quarter-life crisis* untuk meluangkan waktu lebih banyak dalam mencari sumber bacaan dan pustaka, hal tersebut dikarenakan sedikitnya sumber pustaka yang ada mengenai *quarter-life crisis*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abusahrin (ed.). *Spiritualisme Kota: Internalisasi Tasawuf dalam Kehidupan Modern*. Medan: Penerbit Panjiaswaja Press. 2011.
- Adlin, Alfathri. *Spiritualitas dan Realitas Kebudayaan Kontemporer*. Bandung: Jalasutra. 2007.
- Agustin, Inayah. *Terapi dengan Pendekatan Solution-Focused Pada Individu yang Mengalami Quarter-life crisis*. Tesis Jurusan Psikologi Profesi. Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia. 2012.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press, 2009.
- Arifin, Syamsul (ed.). *Postmodernisme dan Masa Depan Peradaban*. Yogyakarta: Aditya Media, 1994.
- Arnett, Jeffrey Jensen. *Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties*. *American Psychologist*, Vol. 55, No. 5, Mei 2000.
- Badan Pusat Statistik, *Statistik Gender Tematik: Profil Generasi Milenial Indonesia* (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan anak)
- Balzarie, Elgea Nur dan Endah. Nawangsih. *Kajian Resiliensi pada Mahasiswa Bandung yang Mengalami Quarter Life Crisis*. *Jurnal Prosiding Psikologi*, Vol.5, No.2. 2019.
- Basuki, Ahmad Singgih. *Agama dan Spiritualisme: Prospek dan Tantangannya*. *Jurnal Religi*. Vol.1, No.1, Januari-Juni 2002.
- Griffin, David Ray. *Spirituality and Society: Postmodern Visions* terj. A. Gunawan Admiranto. Yogyakarta: Kanisius. 2005
- Habibie, Alfiesyahrianta (dkk.). *Peran Religiusitas terhadap Quarter Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa*. *Jurnal Gadjah Mada Journal of Psycholog*, Vol.5, No.2. 2019.
- Hasan. *Spiritualitas dalam Perilaku organisasi*. *Jurnal Dinamika Ekonomi & Bisnis*, Vol.7, No.1, Maret 2010.
- <https://kbbi.web.id/spiritual/> diakses pada 28 Februari 2021.
- <https://p3s.or.id/> diakses pada 5 Oktober 2020.
- Kasberger, Elizabeth Regen. *A Correlational Study of Post-Divorce Adjustment and Religious Coping Strategies in Young Adults of Divorced Families*. Wisconsin Lutheran College. 2002.

- Khalik, Muh. Fihris. *Reposisi Agama Sebagai Sumber Spiritualitas Masyarakat Modern*. Jurnal Ash-Shahabah, Vol.3, No.1, Januari 2017.
- Maulana, Raka Dimas dan Syarip Hidayatullah. *Perancangan Zine Pengenalan dan Penyikapan Quarter Life Crisis Untuk Anak Muda Usia 20-24 Tahun Daerah Kota Jakarta*. Jurnal e-Proceeding of Art & Design, Vol.6, No.3, Desember 2019.
- Moleong, Lexy. J. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Rosda. 2012.
- Muhadjir, Noeng. *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Rake Sarasin. 1998.
- Muharto dan Arisandy Ambarita. *Metode Penelitian Sistem Informasi: Mengatasi Kesulitan Mahasiswa dalam Menyusun Proposal Penelitian*. Yogyakarta: Deepublish. 2016.
- Murphy, Mairead. *Emerging Adulthood in Ireland: Is The Quarter-life crisis a Common Experince*. Thesis Department of Social Science. Dublin Institute of Technology. 2011.
- Mutiara, Yeni. *Quarter-life crisis Mahasiswa BKI Tingkat Akhir. Skripsi Jurusan Bimbingan Konsultasi Islam. Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*. 2018.
- Muttaqin, Ahmad. *Islam and The Changing Meaning of Spiritualitas and Spiritual in Cintemporary Indonesia*. Alj-jamiah, Vol. 50, No. 2012.
- Naim, Ngainun. *Kebangkitan Spiritualitas Masyarakat Modern*. Kalam: Jurnal Studi Agama dan pemikiran Islam, Vol.7, No.2, Desember 2013.
- Naisbit, John dan Patricia. Aburdene. *The New Directions For the 1990's Megatrends* terj. FX Budiyanto. Jakarta: Binarupa Aksara. 2000.
- Nasir, Moh. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia. 1999.
- Nawawi, Hadari dan HM. Martini. *Instrumen Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press. 1987.
- Nulhakim, Mhd Ikhwan (dkk.). *Hubungan Tingkat Spiritual dengan Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyusun Skripsi*. JOMFKp, Vol. 6 No. 1, Januari-Juni 2019.
- Pargament, Kenneth I (dkk). *Religion and the Problem-Solving Process: Three Styles of Coping*. Journal for the Scientific of Religion. 1988.

- Putra, Andi Eka. *Tasawuf sebagai Terapi atas Problem Spiritual Masyarakat Modern*. Jurnal Al-Adyan, Vol. 8, No. 1, Januari-Juni 2013.
- Rahmatiah, Sitti. *Perkembangan Aliran Spiritualisme di Dunia Islam (Tarekat Mawliyah)*. Jurnal Sulesana, Vol.12, No.1. 2018.
- Robbins, Alexandra dan Abby Wilner. *Quarter-life crisis: The Unique Challenges of Line in Your Twenties*. New York: Penguin Putnam Inc. 2001.
- Robinson, Oliver. *Emerging Adulthood, Early Adulthood and Quarter-life Crisis: Updating Erikson for the 21st Century*. Academia.
- Rossi, Nicole E. *Does a Quarter-life crisis exist?*. Journal of Genetic psychology, Vol. 172, No. 2. 2011
- Rustika, I Made. *Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura*. Buletin Psikologi, Vol. 20, No. 1-2. 2012.
- Sabila, Arum Faiza (dkk.) *Arus Metamorfosa Milenial*, Kendal: Penerbit Ernest. 2018.
- Sari, Eka Dino Gustiva. *Hubungan Antara Tingkat Spiritualitas dengan Kesiapan Lanjut Usia dalam Menghadapi Kematian di Desa Pucangan Kecamatan Kartasura*. Skripsi Jurusan Ilmu Keperawatan. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2015.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Penerbit Alfabeta. 2005.
- . *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2019.
- Sukandarrumidi. *Metodologi Penelitian: Petunjuk Praktis untuk Peneliti Pemula*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Press. 2002.
- Susanto, Happy. *Agama dan Tantangan Modernitas*. www.republika.co.id diakses tanggal 26 Januari 2021.
- Taufiqillah, Chanif. *Spiritualitas di Kalangan Pengusaha Muslim (Studi Terhadap Anggota Jam'iyah Manaqib Nurul Huda Kecamatan Dawe Kabupaten Kudus, Jawa Tengah)*. Skripsi Jurusan Sosiologi Agama. Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2006.
- Utami, Muhana Sofiati. *Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif*. *Jurnal Psikologi*. 2012.
- Wardana, Amika. *Religions Decline And Proliferate*. www.thejakartapost.com. diakses tanggal 26 Januari 2021.

Zed, Mestika. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Buku Obor.

