



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk mengubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Setiap individu pasti akan mengalami transisi dari bayi, balita, kanak-kanak, remaja, dewasa (*adulthood*) hingga lanjut usia. Masing-masing transisi memiliki tuntutan dan tugas berbeda-beda yang harus dijalankan oleh setiap individu. Pada umumnya, fase remaja adalah fase yang penuh akan besarnya tekanan serta tuntutan dari lingkungan sekitar. Para remaja diminta untuk merubah pola pikir, sikap dan perilaku kearah yang lebih dewasa.

Setiap remaja memiliki reaksi yang berbeda-beda ketika mengalami transisi dari fase remaja ke tahap *adulthood*, ada individu yang senang dengan transisi tersebut, tetapi ada juga yang merasa takut dan cemas karena merasa belum siap menghadapi kehidupan *adulthood*. Kecemasan dan ketakutan yang ditimbulkan oleh individu itu sendiri dapat menjadi sumber stres, karena pada dasarnya individu secara tidak langsung dipaksa untuk menjadi dewasa dari segi sikap, pola pikir dan perilaku tetapi sebenarnya individu belum pantas dinilai sebagai orang yang sudah dewasa.

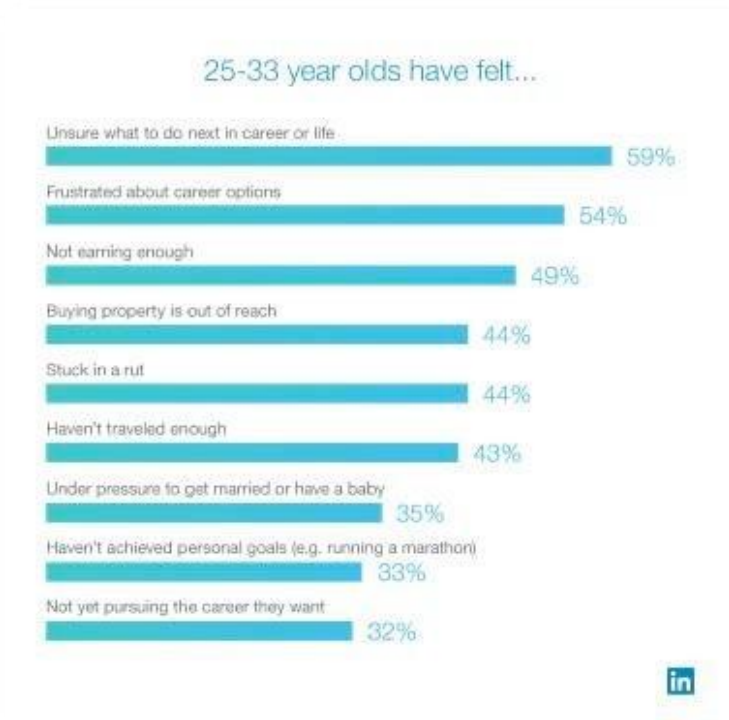
Sangat mungkin bagi para remaja untuk mengalami kebingungan dalam menentukan tujuan hidup mereka, akan timbul banyak pertanyaan seperti “abis lulus kuliah mau ngapain ya?”, “kok dia bisa gitu, tapi gue engga ya”, “udah makin tua tapi kok penghasilan masih segini-segini aja ya” dan hal lainnya yang membuat individu tersebut cemas dan takut akan kehidupan yang akan dijalani selanjutnya.

Kondisi seperti ini merupakan hal biasa untuk dialami para remaja yang sedang menjalani proses ke fase *adulthood*, dan kondisi seperti ini dikenal dengan istilah *quarter life crisis*.

Menurut Atwood dan Scholtz (Habibie, Syakarofath, & Anwar, 2019, p. 2) *Quarter Life Crisis* adalah sebuah fase perkembangan sebagai transisi antara fase remaja (*adolescence*) ke fase dewasa (*adulthood*). *Quarter life crisis* dialami antara umur 18-29 tahun, terutama saat individu menyelesaikan jenjang perguruan tinggi, akan timbul reaksi-reaksi emosi seperti cemas, panik, frustrasi dikarenakan belum menentukan atau tidak memiliki tujuan apa yang akan dilakukan untuk kedepannya. Namun, *quarter life crisis* tidak hanya terbatas pada umur 29 tahun, melainkan bisa lebih dari 29 tahun.

Ketika mengalami *quarter life crisis* akan ada masanya seorang individu merasa belum cukup dengan apa yang dimiliki oleh dirinya, seperti kriteria pasangan yang belum sesuai dengan standar pribadi, belum mendapatkan atau mencapai karir yang diinginkan, *goals* hidup yang belum tercapai hingga target lainnya.

Gambar 1. 1 How 25-33 year old felt.



Sumber: (Linkedin, 2017)

Pada umumnya, individu yang mencapai umur 25-33 tahun sedang mengalami titik terberat dalam hidup, tetapi tidak semua individu merasakan atau akan merasakan hal tersebut. Dari gambar yang terdapat di atas, masalah terbanyak adalah individu merasa tidak yakin dengan apa yang harus dilakukan dalam karier atau kehidupan individu sebanyak 59%. Sebanyak 54% frustrasi dengan pilihan karier mereka, dan sebanyak 49% merasa tidak cukup dengan penghasilan yang mereka dapatkan. 2 (dua) masalah terendah adalah sebanyak 33% yang belum dapat mencapai *personal goals* individu dan sebanyak 32% belum mengejar karier yang mereka inginkan. Hal-hal tersebut terjadi dikarenakan adanya tuntutan dari lingkungan sekitar bahkan dari diri sendiri yang membuat individu tidak dapat bekerja sesuai dengan *passion*, melainkan individu terpaksa melakukan hal yang mungkin tidak disukai tapi terpaksa menjalaninya demi kelangsungan hidup individu.

Kecemasan dan ketakutan yang dialami individu tentunya membutuhkan solusi dari orang yang tepat. Namun, ada kebimbangan dari individu untuk mencari solusi dari permasalahan *quarter life crisis*, sehingga individu terus menyalahkan diri sendiri dengan penuh kecemasan dan ketakutan dalam melanjutkan hidup ke jenjang *adulthood*.

Maka dari itu, perancang ingin membuat *event Quarter Life Crisis* yang dinamakan *Grow Your Self* dan membahas mengenai “*How to build a meaningful life*”. *Event* ini tentunya diharapkan dapat membantu peserta yang sedang mengalami *quarter life crisis*. Tidak hanya dapat membantu diri sendiri melainkan juga dapat membantu orang lain yang sedang mengalami hal serupa.

1.2 Tujuan Karya

Setiap karya pasti memiliki tujuan mengapa karya ini dibuat, tujuan dari karya ini adalah untuk:

- Memberi wawasan seputar *Quarter Life Crisis* dan solusi dalam menghadapi *Quarter Life Crisis*.
- Mengkomunikasikan informasi seputar *Quarter Life Crisis*.
- Membantu sekeliling mereka yang sedang mengalami tahap *Quarter Life Crisis*.

1.3 Kegunaan Karya

1.3.1 Kegunaan Akademis

Karya ini diharapkan dapat menjadi referensi karya selanjutnya bagi mahasiswa ilmu komunikasi yang mengambil mata kuliah *project based thesis*. Karya ini juga diharapkan dapat menjadi pelajaran bagi perancang dan tentunya menambah ilmu.

1.3.2 Kegunaan Praktis

Karya ini diharapkan dapat membantu masyarakat sekitar terutama mahasiswa atau *first jobber* untuk menentukan pilihan hidup sesuai *passion* atau keinginan mereka dan membantu sesama yang membutuhkan bantuan mengenai hal serupa.