

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap individu akan melewati beberapa tahap perkembangan mulai dari bayi hingga lanjut usia. Erikson mendefinisikan teori perkembangan manusia dengan membaginya ke dalam delapan tahapan, yaitu bayi, balita, kanak-kanak awal, kanak-kanak pertengahan, remaja, dewasa awal, dewasa menengah, dan dewasa akhir (Sacco, 2013, p. 140). Berdasarkan kedelapan tahap tersebut, masa peralihan dari remaja menuju dewasa merupakan tahapan yang sangat penting. Menurut dokter kejiwaan dr. Petrin Redayani Lukman, dalam masa tersebut individu akan membuat berbagai pilihan dan terlibat dalam kegiatan yang memengaruhi hidupnya di masa depan (Paramita, 2018, para. 1).

Arnett (2000, p. 469) kemudian menyebut masa peralihan ini sebagai *emerging adulthood* yang dialami oleh individu pada usia 18-24 tahun. Arnett menjelaskan, *emerging adulthood* sebagai masa ketika individu mulai memasuki masa dewasa muda dan mulai mengeksplorasi berbagai kemungkinan arah hidup, mulai dari percintaan, pekerjaan, dan pandangan dunia (p. 469). Dalam bukunya berjudul *Helping College Students Find Purpose: The Campus Guide to Meaning-Making*, Nash dan Murray (2010, p. 5) menjelaskan bahwa setiap individu memiliki respons yang berbeda dalam menghadapi *emerging adulthood*. Ada yang merasa senang, antusias, dan tertantang untuk menjelajahi kehidupan baru, ada juga yang

merasa panik, stres, dan tidak percaya diri (Nash & Murray, 2010, p. 5). Ketika individu tidak mampu merespons berbagai persoalan yang dihadapi dengan baik, individu tersebut diprediksi akan mengalami berbagai masalah psikologis, merasa terombang-ambing dalam ketidakpastian, dan mengalami krisis emosional yang disebut oleh Robbins dan Wilner sebagai *quarter-life crisis* atau krisis seperempat abad (Atwood & Scholtz, 2008, p. 241). Menurut Thorspecken (2005, p. 121), krisis seperempat abad paling intens terjadi pada usia 20-an karena sedang mengalami transisi kehidupan yang sangat bervariasi. Dalam bukunya berjudul *Mantra Kehidupan: Sebuah Refleksi Melewati Fresh Graduate Syndrome & Quarter Life Crisis*, Wibowo mengartikan krisis seperempat abad sebagai suatu fase kehidupan ketika individu usia 20-an hingga 30-an mulai mengalami keraguan, mempertanyakan, hingga mencari identitas diri sebagai pertanda stres menuju titik dewasa (2017, p. 94). Kemudian, dilihat dari segi psikologi, Arnett dalam Wibowo mengaitkan krisis seperempat abad sebagai suatu masa perkembangan seseorang setelah melewati masa remaja hingga sebelum dewasa awal (2017, p. 94). Fase kehidupan ini dijelaskan Arnett dapat membuat banyak individu terbebani dengan berbagai rencana masa depan.

Sementara itu, Harvard Business Review menjabarkan empat fase yang terjadi pada masa krisis seperempat abad dalam artikel "*Why Your Late Twenties Is the Worst Time of Your Life*" (Zilca, 2016, para. 4). Pertama, individu akan memiliki perasaan terjebak dalam beberapa bentuk komitmen dalam kehidupan pribadi maupun profesional. Kedua, individu akan memasuki tahap perpisahan atau merasa kesepian. Kemudian, pada tahap ketiga individu mulai mengisolasi diri untuk

merefleksikan diri dan mengubah rencana hidupnya. Selanjutnya, masuk tahap keempat, individu mulai menjelajahi kegiatan baru dengan masuk ke dalam kelompok sosial atau mengambil peluang karier yang baru.

Menurut Robbins dan Wilner, krisis seperempat abad dapat terjadi karena berbagai alasan, di antaranya krisis identitas, frustrasi dengan suatu hubungan, dunia pekerjaan, kesulitan menemukan pekerjaan atau karier yang cocok, ketidakamanan menuju masa depan, kekecewaan atas sesuatu, tekanan dari keluarga atau teman sebaya, dan sebagainya (Hidayah & Kistanto, 2016, p. 5). Dari berbagai alasan tersebut, kesulitan menemukan pekerjaan atau karier yang cocok menjadi salah satu penyebab krisis seperempat abad yang paling banyak dialami oleh generasi muda. Hal tersebut dibuktikan dalam hasil survei daring yang dilakukan LinkedIn pada 2017 terhadap 6.104 responden berusia 25-33 tahun untuk mengetahui penyebab utama seseorang mengalami krisis seperempat abad (Heitmann, 2017). Hasilnya, sebanyak 61 persen responden mengalami kecemasan karena ingin menemukan karier atau melakukan pekerjaan yang mereka sukai.

Selain itu, fenomena krisis seperempat abad karena karier ini juga terjadi pada anak muda di Indonesia. Arief Muhammad, seorang *influencer*, *youtuber*, dan pengusaha pernah berada dalam fase krisis seperempat abad yang dipicu karena kecemasan dalam menemukan karier yang sesuai. Dalam video berjudul “Quarter-Life Crisis. Sebahaya Apa???” yang diunggah dalam kanal YouTube-nya pada 19 Februari 2019, Arief bercerita bahwa dirinya sempat merasa tertekan melihat teman sebayanya yang sudah memperoleh pekerjaan dan sukses dengan karier masing-masing. Sementara itu, Arief yang merupakan sarjana hukum justru memilih

bekerja sebagai *influencer* di media sosial Twitter dan tengah membangun bisnis. Kemudian, Arief merasa berada di titik terendah dalam hidupnya ketika usahanya mulai bangkrut dan eksistensinya di Twitter mulai redup. Dalam fase tersebut, Arief merasa dirinya dipenuhi emosi negatif yang membuatnya menjadi minder, lebih sensitif, dan mulai menarik diri dari lingkungan pergaulannya. Namun, pada akhirnya ia bertekad untuk menjadi sukses dan berfokus untuk menjalankan bisnisnya sampai saat ini.

Pengalaman krisis seperempat abad yang serupa juga dialami oleh Tiara Pangestika atau yang akrab disapa Tipang. Dalam video yang sama dengan Arief Muhammad, Tipang mengatakan bahwa dirinya mengalami krisis seperempat abad tepat di usianya yang ke-25 tahun. Tekanan akan pilihan karier mulai ia rasakan ketika melihat banyak teman sebayanya yang mulai membuka kantor notaris, sedangkan dirinya masih berfokus untuk menyelesaikan S2 dan menjalankan bisnis. Merasa tertekan, Tipang memilih untuk menarik diri dari lingkungan sosialnya. Sampai akhirnya, ia berhasil keluar dari fase krisis tersebut dan memutuskan untuk berfokus dalam dunia bisnis.

ANALISIS

Hasil analisis data dari situs penyedia informasi lowongan kerja selama periode September 2019 – Juli 2020 menunjukkan bahwa jumlah iklan lowongan kerja cenderung menurun selama masa pandemi Covid-19.



Sumber: Badan Pusat Statistik, 2020

Gambar 1.1 Analisis Jumlah Iklan Lowongan Kerja 2020

Kemudian, tingkat kesulitan dalam memperoleh karier yang sesuai dengan diri sendiri semakin meningkat dalam masa pandemi COVID-19. Berdasarkan analisis *big data* Badan Pusat Statistik (BPS) (2020) yang diambil sejak September 2019 hingga Juli 2020, jumlah iklan lowongan kerja mengalami penyusutan. BPS mencatat, jumlah iklan lowongan pada Januari 2020 yang awalnya mencapai 12.166 mengalami penurunan drastis menjadi 3.541 pada Juli 2020.

Jumlah perusahaan penyedia iklan lowongan kerja juga menurun selama pandemi Covid-19 namun perlahan kembali meningkat memasuki masa transisi adaptasi kebiasaan baru.



Sumber: Badan Pusat Statistik, 2020

Gambar 1.2 Analisis Jumlah Perusahaan Penyedia Lowongan Kerja 2020

Tidak hanya itu, jumlah perusahaan yang menawarkan lowongan kerja juga mengalami penurunan. Dalam rentang waktu Januari 2020 hingga Maret 2020, BPS mencatat ada lebih dari 500 perusahaan yang menawarkan lowongan kerja setiap bulannya. Namun, jumlahnya berkurang drastis menjadi sekitar 200 perusahaan pada April 2020 hingga Juli 2020. Akibatnya, jumlah pengangguran di Indonesia pun meningkat. Dilansir dari *Kompas.com*, Badan Perencanaan dan Pembangunan Nasional (Bappenas) memprediksi angka pengangguran mencapai 11 juta orang pada 2020 (Karunia, 2020, para. 1).

Dikutip dari *Tirto.ID*, fenomena kesulitan dalam mencari pekerjaan selama pandemi COVID-19 dialami oleh Rei yang baru saja menyelesaikan pendidikannya di sebuah universitas swasta pada Desember 2019 (Thomas, 2020, para 1). Dalam rentang Januari hingga Agustus 2020, Rei telah melamar pekerjaan kurang lebih ke 500 perusahaan. Namun, hanya sebagian lamarannya yang berbuah panggilan

wawancara dan psikotes (para. 4). Tidak hanya dialami oleh *fresh graduate* seperti Rei, kesulitan mencari kerja juga dialami oleh Bogo yang sudah memiliki pengalaman kerja selama dua tahun di Malang, Jawa Timur (para. 7). Sejak Januari 2020, Bogo sudah mengirim lebih dari 100 lamaran ke berbagai perusahaan. Akan tetapi, hanya 9 perusahaan yang memanggilmnya untuk wawancara (para. 8). Sampai artikel ini diterbitkan, tak ada satu pun perusahaan yang menerimanya.

Berdasarkan fenomena di atas, dapat disimpulkan bahwa pada masa pandemi ini, generasi muda merupakan kelompok yang paling terdampak karena membuat mereka sulit mendapat pekerjaan dan rentan menjadi pengangguran (Kania, 2020, para. 3). Hal tersebut dikhawatirkan dapat meningkatkan terjadinya krisis seperempat abad dan meningkatnya tingkat depresi pada generasi muda di kelompok usia produktif. Tidak hanya mengalami stres, individu yang berada pada krisis seperempat abad juga dapat mengalami perasaan cemas hingga depresi yang dapat mengganggu kesehatan mental (O'Connor, 2020, para. 2). Ketika mengalami penyakit mental, seseorang dapat kehilangan motivasi untuk bersekolah, bekerja, bahkan untuk melanjutkan hidup (Kumaran, 2019, para. 3). Hal ini dapat terjadi karena jika dilihat dari sudut pandang emosional, Zilca menuliskan, seseorang yang berada pada periode krisis seperempat abad akan memiliki pemikiran serta perasaan yang paling negatif (2019, para. 6).

Sementara itu, kesehatan penduduk usia produktif menjadi salah satu investasi penting untuk meraih bonus demografi yang akan terjadi pada 2030-2040 di Indonesia (Bappenas, 2019, p. 16). Bonus demografi merupakan pertumbuhan ekonomi yang didorong dengan jumlah penduduk usia produktif (15-64 tahun) lebih

banyak dibandingkan penduduk usia tidak produktif (di bawah 15 tahun dan di atas 64 tahun) (The Conversation, 2020, para. 5). Melihat komposisi penduduk yang didominasi usia produktif, Indonesia memiliki peluang untuk mengoptimalkan bonus demografi dengan cara meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM) dan menjaga kesehatan sumber daya manusia (Bappenas, 2019, p. 16). Tidak hanya sehat secara fisik, tetapi juga mental.

Berdasarkan laporan Bappenas, penyakit yang terkait dengan kesehatan mental, seperti depresi dan *anxiety disorders* mengalami peningkatan sebagai penyebab *Disability Adjusted Life Year (DALYs) Loss* pada 2006 dan 2016 juga pada 2007-2017 (2019, p. 22). DALYs merupakan jumlah tahun yang hilang untuk hidup sehat karena kematian dini, penyakit atau disabilitas (Litbangkes, 2019, para. 6). Semakin tinggi tingkat DALYs Loss, Indonesia akan kehilangan banyak penduduk usia produktif. Dengan demikian, tingkat produktivitas akan menurun dan Indonesia tidak dapat mencapai pertumbuhan ekonomi atau bonus demografi secara optimal (The Conversation, 2020, para. 34-35).

Selama masa pandemi COVID-19, Tim Sinergi Mahadata Tanggap COVID-19 Universitas Indonesia (UI) menemukan bahwa proporsi kejadian gejala depresi pada masyarakat Indonesia telah menyentuh angka 35 persen (Purnamasari, 2020, para. 10). Angka tersebut mengalami kenaikan sebanyak lima hingga enam kali dibandingkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada 2018 (para. 11). Dalam Laporan Nasional Riskesdas 2018, sebanyak 6,1 persen penduduk Indonesia yang berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan depresi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019, p. 224). Maka dari itu, kesehatan mental

merupakan salah satu hal penting yang harus dijaga selama masa pandemi COVID-19 (Purnamasari, 2020, para. 1).

Maka dari itu, Tim Sinergi Mahadata Tanggap COVID-19 UI merekomendasikan tiga kebijakan sebagai upaya pencegahan krisis kesehatan mental selama dan setelah pandemi (Purnamasari, 2020, para. 13). Pertama, memberi kabar terbaru mengenai masalah kesehatan mental serta akses terhadap sumber daya kesehatan. Kedua, memberi layanan untuk mengakses informasi beserta teknologi yang mumpuni (para. 14). Ketiga, mendukung kesehatan jiwa serta aspek psikologis dan sosial (psikososial) untuk kelompok masyarakat yang berusia produktif serta publik yang berumur rentan lainnya (para. 15).

Dengan mengacu pada poin ketiga rekomendasi kebijakan publik oleh Tim Sinergi Mahadata Tanggap COVID-19 UI dan urgensi dalam menjaga kesehatan mental penduduk usia produktif, penulis membuat program *podcast* TAKIS (Atasi Krisis) dengan tema besar krisis seperempat abad. *Podcast* ini menjadi bentuk nyata upaya pencegahan krisis kesehatan mental sekaligus sebagai pembekalan generasi muda dalam menghadapi fase kenormalan baru selama pandemi COVID-19 (Kania, 2020, para. 4). Dalam upaya meningkatkan kesehatan mental dan produktivitas penduduk usia produktif guna mencapai bonus demografi yang optimal, penulis memilih untuk mengembangkan episode program *podcast* TAKIS dengan topik karier.

Kemudian, berdasarkan penjabaran nilai berita yang dituliskan Thresia, Bungsuji, dan Rasmana dalam bukunya berjudul *Jurnalistik Dasar untuk Pemula* (2020, p. 79), episode ini memiliki nilai berita dampak dan kedekatan psikologis.

Podcast TAKIS episode karier ini akan memberi dampak bagi penduduk usia produktif dalam menjaga kesehatan mental dan meningkatkan produktivitas dalam bidang karier. Dengan begitu, Indonesia dapat mencapai bonus demografi dan meningkatkan pertumbuhan ekonomi secara maksimal pada 2030-2040 mendatang. Selain itu, episode ini juga memiliki nilai kedekatan psikologis atau emosional dengan masyarakat usia produktif yang tengah berada dalam fase krisis seperempat abad di bidang karier.

Dalam pelaksanaannya, penulis akan menyajikan cerita narasumber selama berada dalam masa krisis di bidang karier dan bagaimana ia melewatinya yang disajikan dalam bentuk *audio storytelling*. Selain itu, episode ini juga dilengkapi dengan pembahasan mengenai krisis seperempat abad di bidang karier dan solusi untuk menghadapinya yang dikemas dalam bentuk gelar wicara bersama narasumber ahli. Episode karier *podcast* TAKIS ini akan berdurasi 60 menit dengan menyajikan *vox-pop*, *audio storytelling*, dan gelar wicara.

Pada segmen *vox-pop*, penulis akan melakukan wawancara dengan tiga narasumber mengenai pekerjaan impian. Kemudian, dilanjutkan dengan *audio storytelling* cerita narasumber selama berada dalam masa krisis di bidang karier dan bagaimana ia melewatinya. Dalam menyajikan cerita narasumber menjadi *audio storytelling* ini, penulis pertama-tama akan melakukan wawancara dengan narasumber. Kemudian, hasil wawancara tersebut akan penulis ubah menjadi naskah cerita yang terdiri dari narasi *podcaster* dan kutipan langsung dari narasumber. Selanjutnya, episode karier akan ditutup dengan gelar wicara bersama

narasumber ahli. Dalam segmen ini, penulis akan membahas mengenai krisis seperempat abad di bidang karier dan memberikan solusi untuk melewatinya.

Alasan penulis memilih *podcast* untuk memberikan informasi serta edukasi seputar krisis seperempat abad karena *podcast* tengah menjadi salah satu media distribusi konten paling diminati saat ini. Hal tersebut didasarkan pada survei DailySocial.id terhadap 2023 responden pada 2018. Selama kurun waktu enam bulan terakhir, sebanyak 80,02 persen respondennya telah mendengarkan *podcast* (Eka, 2018). Selain itu, *podcast* merupakan medium yang paling cocok untuk pendengar dengan segmentasi usia dewasa muda. Dalam surveinya, DailySocial.id juga menemukan bahwa dalam jumlah pendengar *podcast*, usia 21 sampai 25 tahun menempati peringkat pertama, yaitu sebanyak 39,3 persen. Kemudian, pendengar usia 26 sampai 30 tahun sebanyak 18,5 persen dan usia 31 sampai 35 tahun sebanyak 10,4 persen. Berdasarkan hasil survei tersebut, penggunaan *podcast* menjadi tepat karena memiliki pendengar yang selaras dengan perkiraan usia individu mengalami krisis seperempat abad, yakni usia 20 hingga awal 30-an.

Selain itu, *podcast* dipilih karena memiliki variasi konten fleksibilitas yang memungkinkan pendengarnya memilih tema atau jenis konten apa yang sesuai dengan kebutuhan maupun keinginannya (Meisyanti & Kencana, 2020, p. 205). Geoghegan dan Klass dalam Fadilah, Yudhapramesti, dan Aristi (2017, p. 94) juga berpendapat bahwa *podcast* memiliki potensi pada efektivitasnya yang memungkinkan konsumen mengontrol, mengakses secara otomatis, dan membawa gawai untuk mendengar *podcast* ke mana saja.

Dengan demikian, episode karier dalam *podcast* TAKIS hadir sebagai salah satu media jurnalistik yang mengisahkan fenomena di masyarakat, yaitu krisis seperempat abad di bidang karier dan memberikan alternatif solusi untuk mengatasinya. Untuk distribusi konten, *podcast* TAKIS bekerja sama dengan *IDN Times*. Episode karier dalam *podcast* TAKIS akan disiarkan melalui platform Spotify *IDN Times*. Selain itu, *podcast* TAKIS juga akan menggunakan media sosial Instagram guna meningkatkan distribusi konten.

1.2 Tujuan Karya

Skripsi berbasis karya ini dibuat dengan tujuan sebagai berikut.

1. Menghasilkan produk jurnalistik berbasis suara dengan format *vox-pop*, *storytelling*, dan gelar wicara.
2. Mendapatkan minimal 100 pendengar di akun Spotify *IDN Times*.
3. Memberikan informasi mengenai krisis seperempat abad.
4. Memberikan solusi alternatif untuk melewati fase krisis seperempat abad.

1.3 Kegunaan Karya

Skripsi berbasis karya ini dibuat dengan manfaat sebagai berikut.

1. Dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai krisis seperempat abad dengan mengenali tanda-tanda dan fase dalam krisis seperempat abad.

2. Hasil dari karya ini dapat digunakan sebagai referensi, baik bagi mahasiswa yang akan membuat *podcast* dalam skripsi berbasis karya di masa mendatang, maupun bagi masyarakat luas yang ingin mempelajari mengenai proses pembuatan *podcast*.