

BAB I

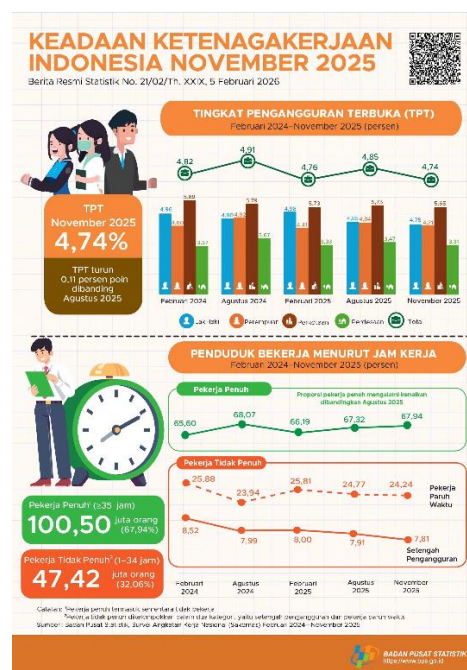
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Fenomena *Quarter Life Crisis* pada dewasa awal di Indonesia semakin relevan untuk dikaji, karena generasi muda saat ini berada dalam fase transisi sosial dan ekonomi yang kompleks. Masa dewasa awal tidak hanya ditandai oleh penambahan usia, tetapi juga oleh tuntutan untuk segera mandiri, bekerja, menentukan arah karir, membangun relasi, serta memenuhi harapan keluarga. Urgensi fenomena ini tampak dari besarnya jumlah pemuda sebagai bagian penting dari struktur demografi Indonesia. BPS (Badan Pusat Statistik) melalui Statistik Pemuda Indonesia 2025 mencatat bahwa, jumlah pemuda Indonesia (umur 16-30) pada tahun 2025 mencapai sekitar 66,38 juta jiwa atau 23,50% dari total penduduk Indonesia. Data tersebut menunjukkan bahwa terdapat kelompok besar pemuda di Indonesia yang sedang berada pada fase transisi menuju dunia kerja dan kemandirian sosial ekonomi. Namun, transisi tersebut tidak selalu berjalan mulus, karena banyak pemuda berhadapan dengan ketidakpastian akan masa depan. Oleh karena itu, fenomena *Quarter Life Crisis* tidak dapat dipahami hanya sebagai persoalan psikologis individual, melainkan sebagai fenomena sosial yang berkaitan dengan kondisi ekonomi, budaya keluarga dan pola komunikasi yang membentuk pengalaman dewasa awal.

Kondisi ekonomi menjadi salah satu latar penting yang dapat memperkuat kerentanan pemuda terhadap *Quarter Life Crisis*. Pada Februari 2025, BPS mencatat Tingkat Pengangguran Terbuka nasional sebesar 4,76% (Badan Pusat

Statistik, 2025). Pada Januari 2026, Badan Pusat Statistik merilis Tingkat Pengangguran Terbuka Berdasarkan Kelompok Umur tahun 2025, kelompok umur 20-24 didominasi sebanyak 14,35% sedangkan pada kelompok umur 25-29 sebanyak 6,67% (Badan Pusat Statistik, 2025). Pada bulan Februari 2026, Badan Pusat Statistik mencatat angka Tingkat Pengangguran Terbuka di Jawa Timur sebesar 3,55%, dengan lulusan SMA/K sebagai kelompok dengan TPT tertinggi sebesar 5,87% dan lulusan universitas sebesar 5,60% (Badan Pusat Statistik, 2026).



Gambar 1.1 Persentase Tingkat Pengangguran Terbuka Nasional

Sumber: <https://www.bps.go.id/id/pressrelease/2026/02/05/2547/november-2025--tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-4-74-persen-dan-rata-rata-upah-buruh-sebesar-3-33-juta-rupiah-.html>

Kabupaten/Kota	Persentase
Kabupaten Mojokerto	3,74
Kabupaten Ngawi	2,58
Kabupaten Blitar	2,89
Kabupaten Tulungagung	3,44
Kabupaten Lamongan	4,23
Kabupaten Gresik	5,47
Kabupaten Bangkalan	5,51
Kabupaten Sampang	7,44
Kabupaten Pamekajan	1,53
Kabupaten Suroboyo	1,84
Kota Kediri	3,76
Kota Blitar	4,28
Kota Malang	5,68
Kota Probolinggo	4,83
Kota Pasuruan	4,59
Kota Mojokerto	4,88
Kota Madiun	4,29
Kota Surabaya	4,64
Kota Batu	3,53
Kota Trenggeng	1,00

Keterangan Data:
 - Indikator: Unemployment rate (Tingkat Pengangguran Buruh Nasional (UNEMPLOYED) Agustus - Tahun 2018) Tidak tercapai untuk kabupaten/wilayah yang tidak memiliki data pengangguran buruh nasional.
 - Sumber: BPS Kabupaten/Kota, BPS Provinsi Jawa Timur, BPS Nasional (ANBER) Agustus - Tahun 2018. Tidak tercapai untuk kabupaten/wilayah yang tidak memiliki data pengangguran buruh nasional.
 - Keterangan: Data ini merupakan data yang telah direvisi dan diperbaiki. Untuk lebih jelasnya, silakan kunjungi website BPS Kabupaten/Kota, BPS Provinsi Jawa Timur, BPS Nasional (ANBER) Agustus - Tahun 2018.

Gambar 1.2 Persentase Tingkat Pengangguran Terbuka Menurut Kabupaten/Kota

Sumber: <https://jatim.bps.go.id/id/statistics-table/2/NTQjMg==/tingkat-pengangguran-terbuka-tp-menurut-kabupaten-kota.html>

Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa pendidikan belum selalu menjamin kepastian pekerjaan dan stabilitas ekonomi. Bagi anak sulung, situasi tersebut dapat terasa lebih berat karena mereka tidak hanya menghadapi tuntutan untuk mandiri secara pribadi, tetapi juga sering diposisikan sebagai harapan pertama keluarga, contoh bagi adik, bahkan calon penopang ekonomi rumah tangga. *Quarter Life Crisis* pada dewasa awal dapat dipahami melalui pendekatan kualitatif karena berkaitan dengan kecemasan masa depan, kebingungan mengambil keputusan besar, tekanan sosial, perbandingan sosial, tarden rendahnya fungsi keluarga (Praptiningsih et al., 2025).

Posisi anak sulung sering tidak berhenti terhadap status anak pertama, melainkan melekat sebagai peran sosial yang dapat membawa tanggung jawab atau beban keluarga. Anak sulung kerap dituntut menjadi panutan, lebih siap menghadapi masalah keluarga, serta harus mampu menahan emosi agar dinamika dalam rumah tangga tetap stabil. Tekanan ini tidak selalu hadir dalam bentuk perintah eksplisit, tetapi muncul melalui isyarat relasional seperti, cara orang tua memberi harapan, cara keluarga memposisikan anak sulung sebagai

rujukan, hingga norma diam-diam menilai keberhasilan keluarga melalui capaian anak sulung. Novillasari (2021) menjelaskan, anak sulung seringkali dituntut untuk sempurna, yang dapat menekan emosi serta kesulitan berekspresi perasaan secara terbuka, terutama ketika pola asuh cenderung otoriter.

Anak sulung memiliki posisi yang semakin strategis sekaligus rentan sebagai pihak yang sering dijadikan tolak ukur keberhasilan. Mereka cenderung melakukan manajemen kesan dan menimbang risiko sosial sebelum membuka diri. Artinya, komunikasi interpersonal anak sulung berpotensi lebih kompleks yang artinya bukan sekadar seberapa sering berkomunikasi, tetapi bagaimana individu memilih kata, menyembunyikan kecemasan, mengemas masalah, atau bahkan melakukan *self-silencing* agar tetap terlihat stabil di hadapan keluarga. (Nadeak et al., 2024) menegaskan bahwa keterbukaan, kualitas komunikasi, pemahaman konflik, dan tumbuhnya kepercayaan adalah elemen penting untuk menopang kesehatan mental generasi muda, terutama ketika menghadapi tekanan dan ketidakpastian masa depan.

Saat anak sulung memasuki fase *emerging adulthood* atau dewasa awal (usia 18-30 tahun), tuntutan peran yang dialami dapat bertemu dengan perkembangan yang juga menuntut keputusan besar seperti dunia kerja atau karir, pendidikan lanjutan, relasi intim dan kemandirian yang sering menjadi adanya pemicu *Quarter Life Crisis* (Praptiningsih et al., 2025). Dalam situasi tersebut, anak sulung tidak hanya mengalami krisis pada komunikasi intrapersonal, tetapi juga mengalami negosiasi identitas pada komunikasi interpersonalnya. Pertanyaan yang kerap muncul dalam pikiran anak sulung seperti, “Apakah saya boleh ragu

Ketika keluarga mengharapkan saya kuat?”, “Sejauh mana saya bisa meminta dukungan tanpa dianggap membebani?” dan “Bagaimana saya menyampaikan kegagalan tanpa merusak ekspektasi keluarga?” akan mempengaruhi bagaimana anak sulung mengekspresikan dirinya kepada lingkungan keluarga (Rahma et al., 2022).

Selain komunikasi interpersonal yang terjadi dalam keluarga, pengalaman anak sulung untuk menghadapi *Quarter Life Crisis* juga sangat ditentukan oleh pola interaksi sosial yang mereka bangun di luar rumah seperti dengan teman, rekan kerja, komunitas, pasangan dan lingkungan sekitarnya. Interaksi sosial ini menjadi ruang penting bagi anak sulung untuk menyuarakan pikiran, menguji makna identitas, menerima umpan balik sosial, serta membentuk jaringan dukungan yang luas, terutama ketika mereka mengalami ketidakpastian karir, hubungan dan pilihan hidup yang kompleks (Putri et al., 2022). Proses komunikasi interpersonal yang efektif tidak hanya terjadi dalam keluarga, tetapi juga dengan orang terdekat seperti teman, sahabat dan pasangan yang berperan sebagai sumber dukungan dan refleksi emosional dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* (Ria Rawaida, 2024). Komunikasi yang terbuka pada lingkungan sosial dapat membantu individu memperjelas pilihan hidup dan mengurangi perasaan tertekan atau terisolasi yang sering menyertai *Quarter Life Crisis* (Ahmaria, 2023).

Praptiningsih (2025) menjelaskan bahwa *Quarter Life Crisis* sendiri merupakan masa krisis emosional dan pencarian jati diri yang dialami oleh individu di awal usia dewasa, khususnya pada rentang usia 20 hingga 29 tahun.

Alsyifa (2024) menjelaskan bahwa saat memasuki usia dewasa muda khususnya Generasi Z, mereka yang berada pada rentang usia 20–29 tahun mengalami fase kehidupan yang dikenal sebagai *Quarter Life Crisis*, yakni periode intens gejolak emosional dan kebimbangan seputar arah hidup. Kondisi ini menunjukkan bahwa *Quarter Life Crisis* bukan sekadar istilah populer, melainkan fenomena sosial-psikologis yang nyata dan relevan dalam konteks kehidupan generasi saat ini. Menurut Kirnandita (2021), fenomena *Quarter Life Crisis* adalah dimana individu memasuki periode dari tahap remaja menuju dewasa yakni pada umur 20-an. Individu mengalami krisis emosional meliputi perasaan sedih, cemas, bingung, ragu terhadap diri sendiri, merasa tidak cukup, terisolasi, tidak termotivasi, takut dan kegagalan.

Dikutip dari penelitian yang dilakukan oleh Suyono (2021), Robbins dan Wilner (2015) menjelaskan bahwa *Quarter Life Crisis* biasanya terjadi pada individu yang baru saja lulus dari perguruan tinggi. Namun, Rossi dan Mebert (2013) membantah dan menyatakan tidak ada dukungan statistik yang menunjukkan bahwa masa *Quarter Life Crisis* hanya terjadi saat transisi dari masa kuliah menuju masa bekerja, melainkan individu lulusan sekolah menengah (yang baru memasuki masa perkuliahan) diketahui menjalani masa transisi yang relative lebih sulit dalam menghadapi berbagai hal. *Quarter Life Crisis* merupakan fase kecemasan dan ketidakpastian yang dialami individu pada masa dewasa awal sebagai respons terhadap instabilitas hidup, banyaknya pilihan, serta perubahan yang cepat. Kondisi ini umumnya ditandai dengan kebingungan dalam menentukan arah hidup, menurunnya motivasi terhadap

masa depan, ketakutan akan kegagalan, rendahnya kepercayaan diri, hingga munculnya keraguan terhadap tujuan hidup dan identitas diri (Praptiningsih et al., 2025). Beaton menggambarkan fenomena *Quarter Life Crisis* cenderung menyerang orang-orang yang belum memiliki tujuan yang jelas atau sudah memiliki tujuan tetapi tidak sesuai dengan realita yang diinginkan (Alsyifa et al., 2024).

Pada tahap transisi ditandai dengan keraguan terhadap pilihan karier, kecemasan akan masa depan, serta tekanan untuk memenuhi ekspektasi keluarga dan masyarakat. Resha (2024) menjelaskan bahwa saat memasuki masa dewasa, seseorang menghadapi dinamika kehidupan yang lebih rumit dengan beragam tuntutan sosial dan pemikiran yang lebih matang pada fase ini, individu mulai mengeksplorasi diri, mengembangkan kemandirian, membangun nilai-nilai baru, dan menjalin hubungan. Menurut Helvi Mulyati (2021), perubahan signifikan pada individu yang memasuki masa dewasa muda terlihat dari harapan agar mereka mengambil peran-peran baru dalam kehidupan, serta tuntutan untuk mengembangkan diri sehingga mampu menentukan sikap, keinginan, dan nilai yang selaras dengan tujuan pribadi. Kondisi ini memperlihatkan bahwa *Quarter Life Crisis* bukan sekadar tren istilah populer, melainkan realitas sosial yang dialami secara luas oleh generasi dewasa awal.

Bagi anak sulung, tantangan komunikasi di ranah sosial sering lebih kompleks karena mereka tidak hanya berbicara tentang pengalaman pribadi, tetapi juga mengelola citra sosial dan ekspektasi masyarakat terhadap diri mereka. Interaksi interpersonal di lingkungan sosial menuntut mereka untuk

menyeimbangkan antara ekspresi autentik dan citra yang diterima secara sosial, terutama ketika mereka menghadapi kegagalan, ketidakpastian karier, atau kekecewaan hidup yang menandai *Quarter Life Crisis*. Pola komunikasi yang terjadi di ranah sosial ini mencakup cara mereka memilih narasi, menafsirkan tanggapan sosial, bernegosiasi dengan norma kelompok sebaya, serta mendapat dukungan emosional dari figur-figur di luar keluarga inti. Komunikasi interpersonal merupakan alat fundamental bagi anak sulung tidak hanya dalam keluarga, tetapi juga dalam relasi sosial yang lebih luas, untuk membangun kapasitas adaptif dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* (Ahmaria, 2023).

Menurut Deddy Mulyana (2007) dalam bukunya yang berjudul Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar menjelaskan bahwa komunikasi antarpribadi atau interpersonal merupakan komunikasi yang dilakukan secara tatap muka serta memungkinkan setiap individu menangkap reaksi individu lainnya secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal. Komunikasi interpersonal dapat terlihat ketika individu harus menyampaikan kegelisahan, keraguan, atau pilihan hidupnya kepada keluarga maupun di lingkungan sosial. (Robinson et al., 2022) menyatakan bahwa *Quarter Life Crisis* sering kali melibatkan konflik antara ekspektasi sosial dan aspirasi personal. DeVito (2019) Dalam bukunya menjelaskan, teori komunikasi interpersonal menekankan bahwa relasi dibangun melalui keterbukaan diri (*self-disclosure*), empati, pengelolaan konflik, serta negosiasi makna. Artinya, ketika seseorang mengalami krisis, mereka tidak hanya mengelola emosi internal, tetapi juga mengelola cara berkomunikasi dengan orang-orang terdekatnya. Komunikasi interpersonal juga memungkinkan

mereka untuk mendapatkan umpan balik yang membantu memperluas perspektif diri, mengurangi isolasi emosional, dan membentuk strategi sosial yang efektif saat menavigasi proses transisi hidup (Ahmaria, 2023).

Ketika seseorang memasuki fase *Quarter Life Crisis*, komunikasi antarpribadi memiliki peran yang semakin signifikan dan dapat dimanfaatkan untuk berbagai kepentingan. Menurut Prasetyo (2021), komunikasi interpersonal dinilai sangat efektif dalam membentuk serta mengubah sikap dan perilaku individu. Hal ini disebabkan oleh sifatnya yang personal, sehingga pesan yang disampaikan dapat diterima secara lebih mendalam dan relevan dengan kondisi masing-masing individu. Pada periode ini, individu umumnya berada dalam situasi penuh ketidakpastian terkait identitas diri, arah karier, relasi, maupun makna hidup. Melalui interaksi yang intens dan bermakna dengan orang lain, seseorang dapat memperoleh dukungan emosional, klarifikasi pemikiran, serta perspektif baru yang membantu proses refleksi diri (Tarigan et al., 2024).

Pada dasarnya, setiap individu yang terlibat dalam komunikasi interpersonal memiliki tujuan yang beragam. Interaksi tersebut dapat menjadi sarana untuk memahami orang lain sekaligus mengeksplorasi jati diri, memperluas wawasan mengenai realitas sosial di luar dirinya, serta membangun dan mempertahankan hubungan yang suportif. Selain itu, komunikasi juga berfungsi sebagai medium untuk memengaruhi sikap dan perilaku, baik dalam konteks memberi maupun menerima pengaruh. Tidak kalah penting, komunikasi interpersonal dapat menjadi ruang untuk memperoleh hiburan dan meredakan tekanan psikologis, sekaligus sebagai mekanisme kolaboratif dalam menemukan

solusi atas berbagai permasalahan yang dihadapi selama fase krisis tersebut (Tarigan et al., 2024).

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijabarkan, penelitian ini memfokuskan diri pada peran komunikasi interpersonal dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* pada anak sulung melalui pendekatan kualitatif interpretatif. Penelitian ini berupaya menggali pengalaman, persepsi, serta makna yang dikonstruksikan oleh anak sulung dalam interaksi komunikatif dengan anggota keluarga maupun lingkungan sosial selama menghadapi fase krisis. Dengan menggali narasi pengalaman secara mendalam, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman teoritis mengenai relasi antara komunikasi interpersonal serta krisis identitas pada dewasa awal, sekaligus memberikan kontribusi praktis bagi keluarga maupun kerabat dekat lainnya dalam membangun pola komunikasi yang suportif. Dengan memahami bagaimana anak sulung memaknai dan mengelola *Quarter Life Crisis* melalui komunikasi interpersonal, penelitian ini menegaskan bahwa krisis bukan semata kondisi individual, melainkan proses relasional yang dapat dikelola melalui praktik komunikasi yang empatik, terbuka dan suportif.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Komunikasi Interpersonal Antara Orang Tua dan Anak Sulung yang Mengalami *Quarter Life Crisis* di Kota Surabaya?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk menganalisis Komunikasi Interpersonal Antara Orang Tua dan Anak Sulung yang Mengalami *Quarter Life Crisis* di Kota Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Ilmu Komunikasi, melalui pengayaan perspektif dan pemahaman mendalam mengenai fenomena *Quarter Life Crisis* dalam konteks komunikasi interpersonal anak sulung. Secara teoretis, penelitian ini:

1. Memperluas kajian komunikasi interpersonal dengan menghadirkan perspektif pengalaman subjektif anak sulung dalam mengelola *Quarter Life Crisis*, sehingga komunikasi tidak hanya dipahami sebagai proses pertukaran pesan, tetapi sebagai praktik pemaknaan dan strategi adaptasi sosial.
2. Menghasilkan pemahaman konseptual mengenai bagaimana makna, identitas diri, dan relasi sosial dikonstruksi melalui interaksi interpersonal pada fase transisi dewasa awal, khususnya dalam konteks budaya keluarga di Indonesia.
3. Memberikan kontribusi pada pengembangan teori komunikasi interpersonal dan *emerging adulthood* melalui temuan empiris kualitatif yang berbasis pada narasi pengalaman, sehingga memperkaya dimensi interpretatif dalam studi komunikasi.
4. Menjadi rujukan akademik bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji fenomena krisis psikososial generasi muda dari sudut pandang

komunikasi, bukan semata-mata dari perspektif psikologi atau kesehatan mental.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi aplikatif bagi berbagai pihak yang berkaitan dengan pengembangan ilmu dan praktik komunikasi interpersonal, khususnya dalam memahami dan mengelola fenomena *Quarter Life Crisis* pada anak sulung, sebagai berikut:

1. Bagi Universitas

Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi ilmiah dalam pengembangan kebijakan akademik dan program pendampingan mahasiswa yang berbasis pada pemahaman pengalaman subjektif mahasiswa dalam menghadapi *Quarter Life Crisis*. Temuan kualitatif penelitian ini diharapkan membantu universitas dalam merancang lingkungan akademik yang lebih responsif terhadap kebutuhan psikososial mahasiswa melalui pendekatan komunikasi yang suportif dan humanis.

2. Bagi Program Studi

Penelitian ini dapat memperkaya kajian dan bahan pembelajaran pada mata kuliah yang berkaitan dengan komunikasi interpersonal, komunikasi keluarga, dan psikologi komunikasi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan bagi pengembangan kurikulum dan penelitian lanjutan yang mengintegrasikan perspektif komunikasi dengan isu-isu transisi kehidupan dewasa awal.