

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini merupakan para pekerja pabrik yang berada dikawasan Industri Sayung Demak. Subjek pada penelitian ini terdiri dari 4 orang pekerja pabrik. Yaitu 2 orang laki-laki dan 2 orang perempuan. Dalam penelitian ini peneliti melindungi data identitas subjek. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

No	inisial	Usia	Kota Asal	Pendidikan Terakhir	Bidang Pekerjaan	Lama Bekerja
1	I	23	Demak	SMA	Engineering (permesinan)	2 tahun
2	HN	23	Demak	MA	Teli (menghitung barang)	4 tahun
3	RA	24	Demak	SMA	Operator mesin benang	1 tahun
4	AK	25	Demak	MA	Packing	2 tahun

Subjek pertama yaitu I, I merupakan laki-laki yang bekerja sebagai pekerja pabrik di kawasan sayung Demak. Dalam pekerjaannya I bekerja dibagian engineering. Saat ini I tinggal di demak dan tinggal bersama orangtuanya dan menjadi salah satu tuang punggung bagi keluarganya. I sudah mulai bekerja sebagai karyawan pabrik sekitar 2 tahun yang lalu<sup>1</sup>. Subjek yang kedua yaitu HN, HN merupakan seorang perempuan yang menjadi salah satu pekerja pabrik dikawasan industri sayung demak. HN berposisi sebagai karyawan dibagian penjumlah barang yang masuk kepabrik. HN mulai bekerja di PT yang bergerak dibidang kayu sekitar 4 tahun yang lalu. HN tinggal di demak<sup>2</sup>. Subjek yang ketiga yaitu RA, RA merupakan seorang pekerja yang berjenis kelamin perempuan. RA mulai bekerja menjadi pekerja pabrik dari ia lulus dari pendidikan terakhirnya yaitu Sma. Saat ini RA bekerja di PT yang bergerak dibidang industri benang sebagai

<sup>1</sup> Wawancara Penulis, "Transkrip Wawancara I", Minggu, 19 Maret.

<sup>2</sup> Wawancara Penulis, "Transkrip Wawancara HN", Selasa, 14 Maret.

operator mesin benang. Di salah satu pabrik di Demak ini RA sudah bekerja sekitar 1 tahun. RA tinggal bersama orangtuanya di demak. RA merupakan tulang punggung bagi keluarganya<sup>3</sup>. Subjek yang keempat yaitu AK, AK merupakan seorang pekerja yang berjenis laki-laki. AK mulai bekerja menjadi pekerja pabrik setelah AK lulus MA. AK merupakan salah satu pekerja di PT yang bergerak dibidang elektronik yang berada di sayung Demak. AK berposisi dibagian gudang. AK mulai bekerja di pabrik sekitar 3 tahun yang lalu.<sup>4</sup>

Sehingga dapat disimpulkan, bahwa dari 4 subyek yaitu, I, HN, RA, AK. 2 subyek yaitu I dan RA merupakan pekerja yang sudah bekerja sekitar 1-2 tahun, sedangkan 2 subyek lainnya yaitu, HN dan AK sudah bekerja lebih lama yaitu sekitar 3-5tahun.

## B. Deskripsi Data Penelitian

### 1. Gambaran quarter life crisis pada pekerja pabrik

Gambaran quarter life crisis pada pekerja pabrik dalam penelitian ini, dapat digambarkan melalui jabaran dari aspek bagaimana pertanyaan yang muncul berkaitan dengan tujuan dan pencapaian hidup, sudut pandang subjek berkaitan dengan perbandingan diri sendiri dengan orang lain, persepsi subjek mengenai ada tidaknya perkembangan pada hal yang dikerjakan dan kondisi motivasi ditempat kerja saat ini. Berikut jabaran data mengenai gambaran quarter life crisis dari pada subjek.

#### Subjek 1

Subjek pertama berinisial I, ia telah bekerja di parik di kabupaten jepara ini selama 2 tahun. Berkaitan dengan tujuan dan pencapaian hidup I bekerja yang saat ini bekerja sebagai buruh bagian *engineering* di salah satu pabrik di jepara ini, memiliki tujuan utama dalam bekerja adalah untuk membantu perekonomian keluarga. I merasa

---

<sup>3</sup> Wawancara Penulis, "Transkrip Wawancara RA", Minggu, 12 Maret.

<sup>4</sup> Wawancara Penulis, "Transkrip Wawancara AK", Minggu, 26 Maret.

sudah mencapai tujuannya untuk membantu ekonomi keluarga dengan bekerja di pabrik. Sehingga dapat disimpulkan jika pada dasarnya tujuan utama I dalam bekerja telah tercapai.

Namun demikian dari sudut pandang subjek berkaitan dengan perbandingan diri sendiri dengan orang lain, I cenderung memiliki keinginan ingin menjadi seperti temannya yang telah diangkat menjadi karyawan tetap di tempat ia bekerja saat ini. Namun I menyadari dan merasa jika dirinya belum memiliki kemampuan dan pengalaman yang baik seperti temannya. Sehingga I merasa sangat tidak mungkin untuknya menjadi pegawai tetap.

Adapun persepsi I mengenai ada tidaknya perkembangan pada hal yang dikerjakan, dan I merasa sejauh ini ia tidak puas dengan pekerjaannya. Penyebab utamanya adalah karena ia tidak dapat memenuhi dan mencapai target kerja yang ditetapkan oleh perusahaan. I merasa tidak ada perkembangan yang bisa menambah keahliannya dalam melakukan berbagai pekerjaannya saat ini.

Namun kondisi motivasi ditempat kerja I saat ini, ia masing merasa nyaman dengan lingkungan kerjanya. Pada dasarnya I merasa senang saat berangkat kerja dan bertemu dengan rekan kerjanya. Hanya saja ketika I pulang dan menyelesaikan pekerjaannya ia merasa lelah dengan aktifitas pekerjaannya sepanjang hari.<sup>5</sup>

## **Subjek 2**

Subjek kedua berinisial HN. HN bekerja disalah satu pabrik di Kawasan sayung Demak yang bergerak dalam bidang kayu. HN telah bekerja diperusahan selama 4 tahun sebagai pekerja dibagian teli. Tujuannya bekerja adalah untuk membantu ekonomi keluarga dan memenuhi kebutuhan hidupnya. HN tidak tahu tujuannya kedepannya jika tidak bekerja ditempat HN bekerja.

---

<sup>5</sup> Wawancara Penulis.

Berkaitan dengan sudut pandang subjek dengan perbandingan diri sendiri dengan orang lain. HN merasa iri dengan temannya yang mempunyai lingkungan kerja yang nyaman. Saat ini HN merasa tertekan dengan lingkungan pekerjaannya saat ini.

Adapun persepsi HN ada tidaknya perkembangan pada hal yang dikerjakan. Penyebab utamanya adalah HN tidak percaya dengan kemampuan yang ia miliki saat ini. HN merasa bahwa dirinya tidak memiliki keahlian yang cukup baik untuk berpindah pekerjaan dan menjamin dirinya mendapatkan pekerjaan baru dengan keterbatasan keahlian yang dimiliki.

Adapun kondisi motivasi ditempat kerja HN saat ini adalah ia merasa tidak nyaman dengan lingkungan kerjanya yang disebabkan oleh rekan kerjanya. Pada dasarnya HN tidak semangat saat berangkat bekerja. HN menyelesaikan pekerjaannya lalu Kembali pulang untuk beristirahat karena merasa Lelah setelah bekerja.<sup>6</sup>

### **Subjek 3**

Subjek ketiga berinisial RA. RA bekerja disalah satu pabrik yang berada di daerah Demak. Perusahaan tempat RA bekerja adalah perusahaan yang memproduksi benang. RA telah bekerja selama 1 tahun yang berposisi sebagai operator mesin. Tujuan RA bekerja adalah untuk memenuhi ekonomi keluarganya. RA tidak tahu tujuan hidupnya jika tidak bekerja.

Berkaitan dengan sudut pandang subjek dengan membandingkan diri sendiri dengan orang lain. RA merasa iri dengan temannya yang menurut pandangan RA memiliki kehidupan yang baik tanpa mengalami kesulitan ekonomi sepertinya. RA merasa pekerjaan ini tidak sesuai untuk dirinya.

Dari persepsi RA tentang ada tidaknya perkembangan pada hal yang dikerjakan. RA merasa hidupnya terlalu

---

<sup>6</sup> Wawancara Penulis.

monoton tidak ada perubahan. RA merasa kehidupannya hanya berputar pada ia berangkat bekerja lalu pulang dan terus berukang setiap harinya.

Kondisi motivasi ditempat kerja RA saat ini. Ketika berangkat bekerja RA merasa biasa saja tidak ada yang special dan membuatnya bersemangat untuk bekerja. ia melakukan pekerjaan sesuai dengan perintah dan menyelesaikan pekerjaannya tepat waktu lalu pulang untuk mengistirahatkan diri karena merasa Lelah<sup>7</sup>.

#### Subjek 4

Subjek keempat berinisial AK. Saat ini AK bekerja disalah satu pabrik yang berada didaerah Demak yang memproduksi alat elektronik. AK sudah bekerja dipabrik ini sekitar 2 tahunan dan berposisi sebagai karyawan Gudang. Tujuan AK bekerja adalah untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Selain itu AK juga mencari pengalaman dalam pekerjaan.

Berkaitan dengan sudut pandang subjek dengan membandingkan diri sendiri dengan orang lain adalah AK merasa tertinggal dalam hal pencapaian dalam hidupnya dibandingkan dengan pencapaian teman seumurannya. AK merasa bahwa dirinya harus bisa mencapai targetnya agar tidak lagi merasa tertinggal.

Adapun persepsi AK dalam merasa ada tidaknya perkembangan pada hal yang dikerjakan. AK merasa tidak puas dengan pencapaian yang sudah dicapai saat ini. AK berusaha untuk bisa bertahan dipekerjaannya saat ini, selain itu AK merasa bahwa hidupnya monoton dan ia hanya hidup dengan mengalir saja tidak punya tujuan<sup>8</sup>.

Dapat disimpulkan, bahwa gambaran *quarter life crisis* pada para pekerja pabrik nampak dari tujuan keempat subjek dalam bekerja adalah untuk memenuhi kebutuhan hidup dan capaian yang diharapkan ketiga

---

<sup>7</sup> Wawancara Penulis.

<sup>8</sup> Wawancara Penulis.

subjek yaitu I, RA, dan AK adalah menjadi karyawan tetap. Sedangkan subjek HN ingin mempunyai pekerjaan yang sesuai dengan keahliannya dan mempunyai lingkungan kerja yang nyaman. Selain itu, terdapat pula sudut pandang dari para subjek berkaitan dengan perbandingan diri sendiri dengan orang lain. Mereka merasa iri dengan pencapaian orang lain dan merasa bahwa tidak ada perubahan dalam diri para subjek. Selama bekerja subjek memiliki persepsi mengenai bahwa pekerjaan mereka saat ini tidak bisa menjamin kehidupan para subjek kedepannya. Adapun kondisi motivasi ditempat kerja saat ini, subjek I merasa senang karena bisa bertemu dengan teman kerjanya yang membuatnya merasa nyaman dipekerjaannya. Sedangkan ketiga subjek lain yaitu HN, RA, dan AK merasa biasa saja dan tidak terlalu semangat.

## **2. Dinamika *suudzon* pada pekerja dalam menghadapi quarter life crisis**

Gambaran dinamika *suudzon* pada pekerja pabrik dalam penelitian ini, dapat digambarkan melalui jabaran dari aspek bagaimana pertanyaan yang muncul berkaitan dengan munculnya persepsi mengenai rencana yang telah disusun, keyakinan terhadap keberhasilan, dan hal yang terbayang jika memikirkan rencana yang telah disusun. berikut jabaran data mengenai gambaran dinamika *suudzon* pada para pekerja dalam menghadapi quarter life crisis, sebagai berikut.

### **Subjek 1**

Pada subjek pertama yang berinisial I. Berkaitan dengan munculnya persepsi mengenai proses perencanaan yang telah disusun I merasa dilemma untuk memulai apa yang telah direncanakannya. I berpikir jika dirinya akan mendapat kegagalan dalam rencananya maka ia tidak punya pendapatan untuk melanjutkan hidup kedepannya. Selain itu I merasa ragu dengan pekerjaannya saat ini

karena menurutnya ia bisa kapan saja mendapat phk dari pabrik tempatnya bekerja karena ia hanya karyawan kontrak.

Namun berkaitan dengan keyakinan terhadap keberhasilan I memiliki harapan untuk bisa menjadi karyawan tetap dipabrik tempatnya bekerja. I berusaha untuk mengembangkan dirinya dan melakukan pekerjaan dengan berusaha untuk tidak membuat kesalahan. Menurut I jika ia melakukan pekerjaan dengan baik dan tanpa melakukan kesalahan ia bisa mendapat kemungkinan untuk bisa menjadi karyawan tetap. Berkaitan dengan hal yang terbayang jika memikirkan rencana yang telah disusun I merasa takut jika tidak bisa terus bekerja dipabrik tempatnya bekerja<sup>9</sup>.

### **Subjek 2**

Pada subjek kedua, berinisial HN. Berkaitan dengan munculnya persepsi mengenai rencana yang telah disusun. HN takut keluar dari pabrik tempatnya bekerja karena khawatir jika tidak mendapatkan pekerjaan lain selepas ia keluar dari pekerjaannya saat ini. Ketakutan HN ini disebabkan karena selama ini ia bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidupnya lalu jika dia keluar dari pekerjaannya dan tidak mendapatkan pekerjaan lain untuk memenuhi hidupnya.

Berkaitan dengan keyakinan terhadap masa depan HN merasa tidak yakin dengan pekerjaannya saat ini karena mungkin saja ia mendapat pemecatan dari tempatnya bekerja. Selain persepsinya itu HN juga tidak yakin dengan gajinya saat ini bisa mencukupi untuk kebutuhan kedepannya sedangkan kebutuhannya pasti akan lebih banyak nantinya.

Lalu berkaitan dengan hal yang terbayang jika memikirkan rencana yang telah disusun. HN berharap mempunyai lingkungan kerja yang membuatnya nyaman

---

<sup>9</sup> Wawancara Penulis, "Transkrip Wawancara I'.

dan tidak merasa tertekan. Selain itu HN berharap ketika ia keluar dari pekerjaannya HN ingin mendapatkan pekerjaan lain yang lebih baik<sup>10</sup>.

### Subjek 3

Pada subjek ketiga, berinisial RA. Berkaitan dengan munculnya persepsi mengenai rencana yang telah disusun. RA takut jika rencananya mendapat kegagalan yang membuatnya tidak mempunyai penghasilan untuk memenuhi kebutuhan keluarganya. RA takut tidak bisa bekerja lagi kedepannya maka bagaimana nasib kehidupannya kedepannya.

Berdasarkan dengan keyakinan terhadap masa depan. RA tidak merasa yakin dengan pekerjaannya saat ini apakah bisa ia dapat terus bekerja seperti ini untuk memenuhi kebutuhannya selanjutnya dan apakah gaji yang ia terima dari pekerjaannya saat ini masih bisa terus mencukupi kebutuhannya dan keluarganya.

Lalu terkait dengan hal yang terbayang jika memikirkan rencana yang telah disusun. RA berpikir bahwa jika sudah tidak bisa bertahan dipekerjaan saat ini ia takut tidak mendapat pekerjaan lain dan tidak bisa mencukupi kebutuhan hidupnya lagi<sup>11</sup>.

### Subjek 4

Pada subjek keempat, yang berinisial AK. Berkaitan dengan persepsi mengenai rencana yang telah disusun. AK mengaku jika dirinya merasa takut mendapatkan phk dari tempatnya bekerja saat ini. AK merasa bahwa kemampuannya tidak bisa menjamin dirinya dapat bertahan dipabrik.

Berkaitan dengan keyakinan terhadap keberhasilan. AK merasa ragu pada dirinya apakah ia bisa terus bekerja dan bertahan dipekerjaannya saat ini. AK mengaku

---

<sup>10</sup> Wawancara Penulis, 'Transkrip Wawancara HN'.

<sup>11</sup> Wawancara Penulis, 'Transkrip Wawancara RA'.



khawatir karena ia bukanlah karyawan tetap jadi sewaktu-waktu ia akan terkena pemecatan dari pabrik tempatnya bekerja saat ini.

Lalu berkaitan dengan hal yang terbayang jika rencana yang telah disusun. AK berharap bisa mendapat kesempatan untuk menjadi karyawan tetap. Untuk mencapai itu AK selalu berusaha untuk melakukan pekerjaan dengan baik tetap AK merasa ragu akan kemampuannya apakah bisa bertahan dengan kemampuannya<sup>12</sup>.

Dapat disimpulkan, bahwa gambaran dinamika *suudzon* pada pekerja pabrik digambarkan melalui munculnya persepsi mengenai rencana yang telah disusun keempat subjek dimana mereka mengalami ketakutan terhadap kegagalan dalam keputusan yang telah mereka ambil untuk resign dari pekerjaan mereka. Selain itu hal yang membuat mereka keyakinan untuk resign adalah kaitannya dengan keberhasilan mereka di tempat bekerja saat ini, para subjek merasa ragu dan tidak yakin karena terbayang-bayang PHK. Dikarenakan kedua hal tersebut maka hal yang terbayang jika memikirkan rencana kedepannya yang telah mereka disusun, keempat subjek takut jika mereka tetap bertahan dengan dipekerjaan ini mereka akan tidak berkembang sedangkan jika mereka memilih untuk resign maka mereka takut tidak akan mendapatkan pekerjaan pengganti untuk kebutuhan hidup.

### 3. **Dinamika *was-was* pada Pekerja dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis***

Gambaran dinamika *was-was* pada pekerja pabrik dalam penelitian ini, dapat digambarkan melalui jabaran dari aspek bagaimana pertanyaan yang muncul berkaitan dengan perasaan yang muncul, bayangan yang muncul berkaitan dengan kondisi saat ini, keburukan, keraguan dalam mengambil keputusan yang salah, dan

---

<sup>12</sup> Wawancara Penulis, 'Transkrip Wawancara AK'.

kecenderungan Tindakan yang diambil saat ini. berikut jbaran data mengenai gambaran dinamika *was-was* pada para pekerja dalam menghadapi quarter life crisis, sebagai berikut.

### Subjek 1

Pada subjek pertama, yang berinisial I. berakaitan dengan perasaan yang muncul. I mengaku bahwa ia merasa khawatir jika mendapat phk. Selain itu I merasa ragu untuk menjalankan rencananya karena takut kegagalan akan usaha yang ia jalankan.

Berkaitan dengan bayangan yang muncul yang berkaitan dengan kondisi saat ini adalah I merasakan keraguan dimana ia merasa ragu bahwa dirinya bisa terus tetap bekerja dipekerjaannya saat ini. Selain I merasa khawatir jika tidak bekerja lagi ia tidak bisa lagi membantu ekonomi keluarganya.

Berkaitan dengan indikator keburukan. I merasakan takut akan kegagalan dalam rencanya. Jika suatu saat usaha yang sudah direncanakan mendapat kegagalan lalu finansialnya akan terganggu dan lebih parahnya I takut akan mendapatkan kerugian yang membuat dirinya bangkrut.

Berkaitan dengan keraguan. I mengaku bahwa dirinya ragu ingin menjalankan rencananya dengan membuka usaha. Menurut I membuka usaha sendiri mempunyai resiko yang sangat tinggi maka dari itu I takut jika dirinya akan membuat keputusan yang salah.

Berkaitan dengan kecenderungan Tindakan yang diambil saat ini. I berusaha untuk melakukan pekerjaannya dengan baik dan selalu berpikir positif bahwa dirinya mampu melakukan pekerjaannya tanpa melakukan kesalahan. Menurut I keputusan untuk bertahan untuk tetap bisa bekerja dipabrik adalah keputusan yang aman<sup>13</sup>.

---

<sup>13</sup> Wawancara Penulis, "Transkrip Wawancara I".

## Subjek 2

Pada subjek kedua, yang berinisial HN. Berkaitan dengan perasaan yang muncul adalah HN merasa tidak nyaman ketika berada dilingkungan pekerjaannya. Hal ini dikarenakan rekan kerja HN ynsg menurutnya sangat kompetitif dan tidak ramah. HN mengaku selama ia bekerja selalu khawatir apakah ia bisa bertahan kedepannya.

Berkaitan dengan bayangan yang muncul berkaitan dengan kondisi saat ini. HN mengaku merasa cemas dan bimbang untuk memutuskan untuk keluar dari pekerjaannya atau bertahan saja karena HN takut jika nantinya tidak mendapat pekerjaan lain sementara ia harus memenuhi kebutuhan hidup kedepannya.

Berkaitan dengan keraguan dalam mengambil keputusan yang salah. HN mengaku bahwa dirinya dilanda keraguan dimana dia harus memilih untuk terus bertahan dipekerjaannya saat ini sementara dirinya tidak nyaman dengan lingkungan kerjanya atau bertahan untuk terus bekerja disini.

Lalu berkaitan dengan kecenderungan Tindakan yang diambil saat ini. HN mencoba bertahan dipekerjaannya untuk saat ini. Selanjutnya HN berusaha untuk mencari informasi dan menambah relasinya untuk mendapatkan pekerjaan lain<sup>14</sup>.

## Subjek 3

Pada subjek ketiga, yang berinisial RA. Berkaitan dengan RA merasa tidak ada perubahan daam hidupnya selama ini. Selama ini RA merasa bahwa ia hanya menjalankan kehidupan sehari-hari yang menurutnya monoton. RA merasa takut tidak bisa bertahan dipekerjaannya.

Berkaitan dengan indikator bayangan yang muncul berkaitan dengan kondisi saat ini. RA merasa cemas jika

---

<sup>14</sup> Wawancara Penulis, 'Transkrip Wawancara HN'.

tidak mendapat pekerjaan lain karena rata-rata perusahaan mencari karyawan baru dengan kualifikasi umur 25 tahun. RA khawatir tidak bisa memenuhi kebutuhan keluarganya lagi jika ia sudah tidak punya pekerjaan nanti. Berkaitan dengan indikator keburukan. RA takut tidak dapat bertahan dipekerjaannya RA merasa tidak punya banyak pengalaman untuk bisa menjamin mendapat pekerjaan lain jika sudah tidak bekerja dipabrik tempatnya ia bekerja.

Berkaitan dengan keraguan dalam mengambil keputusan yang salah. RA mengalami keraguan untuk menjalankan rencananya atau mencari pekerjaan diperusahaan lainnya jika suatu saat tidak bisa bekerja lagi ditempat kerjanya saat ini. RA takut bahwa keputusan yang diambil salah dan berakhir mendapatkan kegagalan.

Lalu berkaitan dengan kecenderungan Tindakan yang diambil saat ini adalah RA berusaha mengatur keuangannya untuk keperluan darurat jika suatu saat nanti ia dikeluarkan dari pekerjaannya saat ini. Selain itu RA juga berusaha untu mencari relasi dan mengembangkan kemampuannya agar lebih mudah mendapat pekerjaan lain<sup>15</sup>.

#### **Subjek 4**

Pada subjek keempat, yang berinisial AK. Berkaitan dengan perasaan yang muncul AK merasa takut tidak dapat bertahan dipekerjaannya saat ini. Selain itu AK cemas dengan kemampuan kinerjanya saat ini apakah dapat membuat AK bertahan diperusahaan dengan skill nya.

Berkaitan dengan bayangan yang muncul berkaitan dengan kondisi saat ini. AK merasa takut tidak mendapatkan pekerjaan lain jika ia dikeluarkan dari tempatnya bekerja saat ini. Selain itu AK juga merasa khawatir tidak bisa memenuhi kebutuhan kedepannya

---

<sup>15</sup> Wawancara Penulis, 'Transkrip Wawancara RA'.

karena AK bergantung dengan gaji dari pekerjaannya saat ini.

Berkaitan dengan indikator keburukan. AK mengaku takut jika mendapat phk dari tempat kerjanya saat ini lalu tidak mendapatkan pekerjaan lainnya sementara sekarang umurnya sudah 25 tahun dan kebanyakan perusahaan membatasi umur pelamarnya maksimal 25 tahun.

Berkaitan dengan keraguan dalam mengambil keputusan yang salah. AK merasa ragu dengan kemampuannya yang membuatnya bisa bertahan dipekerjaannya saat ini. AK tidak percaya dengan kemampuannya apakah ia bisa mendapatkan pekerjaan lain.

Lalu berkaitan dengan kecenderungan Tindakan yang diambil saat ini adalah AK berusaha untuk melakukan pekerjaan dengan sebaik mungkin agar tidak mendapat masalah. Selain itu AK berusaha untuk mengembangkan semamouan yang ia miliki agar bisa mempertahankan posisinya untuk tetap bisa bekerja diperusahaan saat ini<sup>16</sup>.

Dapat disimpulkan, bahwa gambaran dinamika *was-was* pada pekerja pabrik berkaitan dengan perasaan yang muncul pada keempat subjek adalah mereka merasa takut tidak dapat bertahan dipekerjaan kedepannya. Sedangkan bayangan yang muncul berkaitan dengan kondisi saat ini para subjek merasa cemas jika tidak mendapatkan pekerjaan lain. Lalu terkait dengan keburukan keempat subjek takut akan kegagalan rencana masa depan. Keempat subjek ragu dalam mengambil keputusan dan takut keputusan yang diambilnya salah. Para subjek berusaha untuk mengembangkan kemampuan diri dan melakukan pekerjaan dengan baik untuk bisa bertahan diperusahaan.

---

<sup>16</sup> Wawancara Penulis, 'Transkrip Wawancara AK'.

## C. Analisis Data Penelitian

### 1. Gambaran quarter life crisis pada pekerja pabrik

*Quarter life crisis* mengacu pada periode pencarian identitas yang biasanya dialami antara usia 20 dan 30 tahun. Tahap ini biasanya ditandai dengan kebingungan dan kebimbangan tentang kehidupan. Karena ada begitu banyak pilihan dalam hidup untuk dipilih. Munculnya Quarter life crisis karena pengaruh lingkungan yang memaksanya untuk terus menerus memikirkan hal-hal dalam kehidupannya sehingga menimbulkan kecemasan dan depresi<sup>17</sup>. Pertanyaan yang dianggap remeh oleh Sebagian orang seperti “ kapan menikah? Usia segini kok belum mapan?” sebenarnya justru yang paling banyak memberatkan pikiran seseorang. Quarter life crisis terjadi karena berbagai tekanan atau tuntutan manusia dan lingkungan. Tekanan dan tuntutan ini biasanya mengenai pencapaian hidup seseorang.

Menurut Oliver Robinson peneliti dan dosen psikologi di University of Greenwich London, *quarter life crisis* terdiri dari empat fase. Fase pertama, seseorang akan merasa terjebak dalam suatu kondisi, baik itu Pendidikan, pekerjaan, atau asmara atau ketiganya. Seseorang merasa berada di suatu keadaan yang begitu menjerat dan tidak mudah untuk keluar dari zona tersebut. Fase kedua, seseorang merasa bahwa mereka dapat mengubah keadaan menjadi lebih baik. jika menyadari diposisi rentan, dia berusaha keras untuk mencapai tujuannya dan mengubah keadaan menjadi lebih baik. fase ketiga, muncul keinginan untuk memulai hidup baru. Ini terjadi ketika seseorang berhasil mencapai suatu tujuan dalam hidup. Fase keempat adalah tahap awal komitmen terhadap Pendidikan, pekerjaan, atau hubungan. Pada fase ini seseorang siap menghadapi tantangan dan kehidupan

---

<sup>17</sup> Agarwal, S., Guntuku, S. C., Robinson, O. C., Dunn, A., & Ungar, L. H. (2020).

baru dalam segala aktivitas hidupnya<sup>18</sup>. Untuk menggambarkan kondisi *quarter life crisis* peneliti mendeskripsikanya berdasarkan beberapa indikator yaitu munculnya kondisi dimana seseorang mempertanyakan tujuan dan pencapaian hidup; membandingkan diri dengan pencapaian orang lain; merasa tidak ada perkembangan pada hal yang sedang dikerjakan; dan tidak termotivasi di tempat kerja.

Dalam penelitian ini para pekerja pabrik yang mengalami *quarter life crisis* digambarkan memiliki tujuan bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup. Arnett memaparkan bahwa dalam fase ini Individu akan berusaha hidup lebih mandiri, mulai menerapkan norma-norma kehidupan dan mulai membentuk hubungan dengan individu lain. Disini subjek berusaha untuk memenuhi kebutuhan hidup sendiri dengan bekerja<sup>19</sup>. Disisi lain, pada usia duapuluhan ini, seseorang masuk pada fase dewasa awal, dimana ciri utama masa perkembangan ini adalah dimana sumber potensi dan kemampuan bertumbuh pada usia ini. Masa ini adalah peralihan dari masa remaja yang masih dalam ketergantungan menuju masa dewasa yang menuntut kemandirian. Hal inilah yang tergambar pada diri pada subjek dimana mereka mulai memantapkan diri dalam sisi pemenuhan kebutuhan hidup.<sup>20</sup>

Pada prosesnya, para subjek merasa dirinya tidak mengalami kemajuan jika dibandingkan dengan orang lain yang telah menjadi pegawai tetap. Pada fase ini seperti yang telah di jelaskan oleh Oliver mulai mencari tujuan baru. Hal ini terjadi ketika seseorang berhasil mencapai satu target dalam hidupnya. Sebagai contoh, ketika seseorang berhasil mendapat pekerjaan, maka timbul perasaan lega karena target. Hal ini tidak

---

<sup>18</sup> Dr. Oliver Robinson, University of Greenwich London.

<sup>19</sup> Arnett, 1998.

<sup>20</sup> Santrock.2007. Perkembangan Anak. Jilid 1.

berlangsung lama karena setelahnya dia akan menargetkan untuk menjadi pekerja tetap atau jabatan yang lebih tinggi. Selain itu para subjek juga membandingkan diri sendiri dengan pencapaian orang lain. Menurut aronson individu yang dengan usia 20-an memiliki rasa yang tidak puas terhadap karir, dan target-target lainnya yang belum tercapai<sup>21</sup>.

Ketika membandingkan diri dengan orang lain, para subjek akhirnya merasa perlu mengubah tujuan awal mereka bekerja, karena pencapaian yang tidak sesuai dengan harapan mereka saat ini. Menurut Arnett menyebutkan bahwa sekalipun sudah bekerja, sebagian besar mereka tidak bekerja sesuai dengan keinginan dan kompetensinya, melainkan berfokus pada bagaimana mereka menghasilkan uang. Hal ini dapat dilihat dari tujuan para subjek yang bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup<sup>22</sup>.

Kondisi pekerja pabrik ketika membandingkan diri dengan oranglain ini juga di karenakan pekerja pabrik merasa tidak bisa mencapai targetnya yaitu menjadi karyawan tetap dimana teman subjek mampu mencapainya sedangkan dirinya merasa belum menjadi apa-apa. Menurut *American Psychological Association* alasan seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain didasarkan pada keinginan untuk menjadi orang yang lebih baik<sup>23</sup>.

Perubahan tujuan pekerja pabrik untuk mencapai perubahan hidup dikarenakan subjek memiliki persepsi mengenai bahwa pekerjaan mereka saat ini tidak bisa menjamin kehidupan kedepannya. Menurut penelitian Oliver Robinson seseorang akan merasa dapat mengubah keadaan menjadi lebih baik. Ketika sadar akan posisinya

---

<sup>21</sup> Aronson, 2008.

<sup>22</sup> Arnett, 2014.

<sup>23</sup> Faradilla, A. (2021). Terapi rasional-emosif perilaku untuk menurunkan tingkat depresi pada wanita.



yang rentan, dia akan berusaha keras untuk mengejar target dan mengubah segalanya menjadi lebih baik.<sup>24</sup>

Kondisi motivasi pekerja pabrik pada penelitian ini mengalami penurunan yaitu dimana subjek merasa tidak semangat dalam bekerja karena merasa bahwa tidak adanya perubahan dalam diri. Menurut Machfudh, M,S dimana individu tidak merasakan suatu perubahan didalam kehidupannya dan juga merasa kehilangan motivasi akan segala apapun merupakan fase dimana Seseorang akan merasa terjebak dalam suatu kondisi<sup>25</sup>.

Dapat disimpulkan bahwa gambaran *quarter life crisis* pada pekerja pabrik tergambar dari tujuan mereka yang pada awalnya adalah untuk memenuhi kebutuhan hidup pada dasarnya telah tercapai. Para Pekerja yang berusia 20-an pada penelitian ini telah memasuki fase dimana mereka mulai ingin hidup mandiri dan memiliki kehidupan yang layak. Namun, pada perjalanannya mereka merasa dirinya tidak mengalami kemajuan jika dibandingkan dengan orang lain yang telah menjadi pegawai tetap.

Ketika membandingkan diri dengan orang lain, para pekerja pabrik akhirnya merasa perlu mengubah tujuan awal mereka bekerja, kerena pencapaian yang tidak sesuai dengan harapan mereka saat ini. Hal ini terjadi karena para Pekerja yang berusia 20-an ini masih memiliki target pribadi yang tidak tercapai diluar tujuan utama.

Lalu Perubahan tujuan subjek untuk mencapai perubahan hidup dikarenakan subjek memiliki persepsi mengenai bahwa pekerjaan mereka saat ini tidak bisa menjamin kehidupan kedepannya. Sedangkan kondisi motivasi subjek pada penelitian ini mengalami penurunan yaitu dimana subjek merasa tidak semangat dalam bekerja karena merasa bahwa tidak adanya perubahan dalam diri.

---

<sup>24</sup> Dr. Oliver Robinson, Psikologi dari University of Greenwich, London.

<sup>25</sup> Machfudh, M. S. (2020). Islamic Parenting Style sebagai Solusi Anak Menghadapi Fase Quarter-life Crisis. *Jurnal Psikologi Islam*, 7(2), 35-42.

## 2. Dinamika *Suudzon* pada Pekerja Pabrik Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis

Definisi *suudzon* menurut Ibnu Arrabi berasal dari kata *az Zan*. *Zan* dijelaskan sebagai pembebasan dari dua hal yang ada dalam pikiran manusia, yang satu lebih dominan dari yang lain. Zakariyah al-Ansari juga menyatakan bahwa *zan* adalah dua hal yang masih diragukan. *Zan* adalah karena dia merasakan suatu objek dan kemudian menerimanya. Dalam penelitian Mubarak, dia menjelaskan bahwa *Suudzon* adalah penyakit hati yang berbahaya dan bersifat tercela<sup>26</sup>. Pada penelitian ini, kondisi *Suudzon* digambarkan melalui indikator yang berkaitan dengan munculnya persepsi mengenai rencana yang telah disusun, keyakinan terhadap keberhasilan, dan hal yang terbayang jika memikirkan rencana yang telah disusun.

Dalam penelitian ini para pekerja pabrik digambarkan memiliki persepsi yang negatif terhadap kegagalan dalam keputusan yang akan mereka ambil jika *resign* atau keluar dari pekerjaan mereka saat ini. Menurut penelitian Elfiky *suudzon* yang terlihat pada diri seseorang mendorong terbentuknya pikiran negatif. Pikiran negatif tersebut juga mempengaruhi perilaku seseorang, membuat mereka merasa takut dan cemas akan masa depan yang telah direncanakan, atau ketakutan akan sesuatu yang belum terdefinisi dengan jelas<sup>27</sup>. Menurut Al Ghazali, pikiran negatif yang muncul dalam diri seseorang merupakan bisikan setan yang dibisikkan kepada manusia karena setan adalah makhluk yang paling fasik dari para fasik yang lain. Dalam kitab *Ihya Ulumuddin* Al-Ghazali mengatakan bahwa tidak diperbolehkan untuk membenarkan iblis, karena hal itu adalah salah satu media yang mengarah

---

<sup>26</sup> Elfariyani, I. (2021). "Prasangka dan *Suudzon*". *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 2(1), 1-4.

<sup>27</sup> Elfiky, I. (2014). *Terapi Berpikir Positif*. Jakarta : Zaman.

pada kerusakan, dan mentolerir perbuatan menyimpangnya<sup>28</sup>.

Pikiran buruk mengenai kondisi-kondisi yang ada juga didukung oleh keyakinan mereka jika resign adalah salah satu pilihan mereka karena para pekerja yang berusia 20an ini merasa ragu dan tidak yakin dengan pekerjaan saat ini karena terbayang-bayang pemutusan hubungan kerja atau PHK. Dikarenakan kedua hal tersebut maka hal yang terbayang jika memikirkan rencana kedepannya yang telah mereka disusun, keempat subjek takut jika mereka tetap bertahan dengan dipekerjaan ini mereka akan tidak berkembang sedangkan jika mereka memilih untuk resign maka mereka takut tidak akan mendapatkan pekerjaan pengganti untuk kebutuhan hidup. Selain mempengaruhi perilaku manusia, *suudzon* juga mempengaruhi tubuh, menyebabkan seseorang kehilangan keseimbangan energi tubuh dan menyebabkan penyakit. Hal ini sama dengan ayat Al-qur'an Surah Al Hajj ayat 53 yang berbunyi:

لِيَجْعَلَ مَا يُلْقِي الشَّيْطَانُ فِتْنَةً لِّلَّذِينَ فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ  
وَالْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُم ۗ وَإِنَّ الظَّالِمِينَ لَفِي شِقَاقٍ بَعِيدٍ ﴿٥٣﴾

Artinya: "Dia (Allah) ingin menjadikan godaan yang ditimbulkan setan itu, sebagai cobaan bagi orang-orang yang dalam hatinya ada penyakit dan orang yang berhati keras. Dan orang-orang yang zalim itu benar-benar dalam permusuhan yang jauh"

Menurut tafsir Al Misbah terhadap ayat tersebut, dijelaskan bahwa Allah memberikan kemampuan terhadap setan untuk menguji manusia. Kemampuan setan untuk menggoda manusia berasal dari Allah, karena tidak

<sup>28</sup> Al-Ghazali, I. (2008). Ringkasan ihya'ulumuddin. Akbar Media.

ada yang bisa terjadi baik atau buruk kecuali dengan izinnya. Namun godaan setan yang menguji para nabi dan rasul tidak mengakibatkan gagalnya kehendak Allah dalam kaitannya dengan misi para nabi dan rasul, karena cepat atau lambat Allah menghapus dan membatalkan apa yang dilakukan oleh setan. Allah mengakhiri godaan setan dengan ujian bagi mereka yang memiliki penyakit di hati mereka dan yang hatinya jahat. Allah mengampuh terhadap kesudahan godaan setan sehingga mereka yang berilmu, yaitu orang-orang yang beriman, mengetahui bahwa apa yang sebenarnya diinginkan oleh para nabi dan rasul ntuk kaum mukmin. Meski perasaan-perasaan negatif serta prasangka yang berwujud dalam *suudzon* tersebut muncul, para subjek mampu mengatasi dengan berpikir positif, dan menjalankan rencana yang telah disusun. Dengan ini para subjek meyakinkan diri bahwa setiap langkah atau rencana yang telah disusun akan berhasil terutama jika mereka terus berusaha serta menjalankan usaha yang telah direncanakan<sup>29</sup>.

Dalam penelitian Elfiky, *suudzon* bisa dikalahkan dengan bertakwa dan selalu meminta ampun kepada Allah, selalu berpikir positif agar prasangka buruk hilang, berkumpul dengan orang-orang yang dapat memberikan wawasan yang luas sehingga seseorang dapat berpikir dengan baik, berusaha mengubah pola pikir negatif menjadi positif karena pola piker seseorang mempengaruhi persepsi dalam berprasangka.<sup>30</sup>

Maka dapat disimpulkan, munculnya *suudzon* yang merupakan pikiran negatif yang memunculkan sikap keragu-raguan yang diindikasikan melalui beberapa indikator antara lain, persepsi yang muncul mengenai rencana yang telah disusun, keyakinan terhadap

---

<sup>29</sup> M. Qurais shihab, *tafsir Al-Msbah*, cetakan V (jakarta.: Lrntra Hati, 2006).

<sup>30</sup> Andriyani, R. (2022). Memantapkan Langkah Masa Depan pada Fresh Graduate Tahun 2021 (Studi Kasus IAIN Kudus dalam Perspektif Tasawuf) (Doctoral dissertation, IAIN Kudus).

keberhasilan, dan hal yang terbayang jika memikirkan rencana yang telah disusun. Dalam penelitian ini persepsi yang muncul mengenai rencana yang telah disusun para pekerja pabrik adalah persepsi yang negatif, karena mereka merasa takut menghadapi kegagalan jika rencananya tidak terwujud terutama ketika mereka memilih untuk resign belum tentu mendapatkan pekerjaan. Pemikiran ini muncul karena hasil dari perencanaan tersebut belum terdefinisi dengan jelas. Sehingga mereka menjadi tidak yakin dengan rencana tersebut. Kondisi ketidak yakinan ini merupakan sebuah kondisi hati dimata terdapat bisikan setan yang mengarah kepada kondisi hati yang tidak tenang. Dalam kondisi inilah muncul keragu-raguan atas rencana yang telah disusun oleh pada pekerja pabrik yang mengalami quarter life crisis. Namun setiap penyakit hati selalu memiliki obatnya dan dalam penelitian ini, para subjek berhasil mengatasinya dengan menghilangkan pikiran-pikiran negatif dengan selalu berpikir positif. Usaha mereka tersebut merupakan perwujudan dari bertaqwa dan selalu meminta ampun kepada Allah SWT karena tidak ada yang bisa terjadi baik atau buruk kecuali dengan izinnya. Namun sejauh ini usaha tersebut belum berhasil karena mereka masih dibayang-bayangi oleh pikiran tentang kegagalan. Hal ini dikarenakan Pekerja pabrik masih belum bisa menghilangkan pikiran-pikiran negatif yang selalu membayang-bayangnya.

### 3. **Dinamika *was-was* pada Pekerja dalam Menghadapi Quarter Life Crisis**

*Was-was* adalah perasaan kebimbangan dalam hati. Dari perspektif Islam, Al-Qur'an membahas *was-was* yang dapat ditemukan dalam beberapa istilah termasuk khauf, dhaiq, halu'a dan jazu'a. *Was-was* yang dilihat dalam Al-Qur'an dipandang sebagai sebuah manifestasi dari rasa takut yang berlebihan terhadap masa depan yang belum terjadi, kesempitan, dan kegelisahan

atau keluhan. *was-was* yang juga disebut waswasah adalah bisikan atau godaan setan jin atau setan manusia. Ini tertuang dalam Surat An-Nas ayat 1-5<sup>31</sup>. Dalam penelitian ini *was-was* digambarkan melalui indikator yang berkaitan dengan perasaan yang muncul, bayangan yang muncul berkaitan dengan kondisi saat ini, keburukan, keraguan dalam mengambil keputusan yang salah, dan kecenderungan Tindakan yang diambil saat ini.

Pada penelitian ini gambaran perasan para subjek adalah merasa ragu dan cemas, hal ini dikarenakan para subjek takut mendapatkan PHK. Menurut penelitian Alifia Fernanda Putri, seseorang di masa dewasa awal memiliki tanggung jawab perkembangan disetiap tahap kehidupannya. Pada setiap tahap, tugas perkembangan menjadi semakin sulit. Selain itu, ada tugas perkembangan di masa dewasa awal menemui banyak permasalahan tersebut harus dapat terselesaikan dengan baik. keberhasilan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan dapat mengarah pada kebahagiaan dan kepemimpinan yang sukses di langkah selanjutnya<sup>32</sup>.

Menurut al ghazali, *was-was* ini merupakan bisikan-bisikan hati dan mengingat hal-hal keseharian yang tidak secara langsung menyuruh maksiat yang dapat mengganggu konsentrasi ibadah dengan kehidupan sehari-hari. *was-was* dapat menyebabkan seseorang selalu dihantui rasa takut hingga takut dalam mengambil keputusan dikarenakan ketakutan akan kegagalan dan tidak memperoleh apa yang diinginkan<sup>33</sup>.

Di sisi lain ketika seseorang gagal menyelesaikan tugas, hal itu dapat menimbulkan ketidakpuasan dan dapat mengacaukan tugas pekerjaan. Namun dalam penelitian

---

<sup>31</sup> Suyuti, M. H. (2023). Raiba dan Waswas dalam Al-Quran (Kajian Semantik). JIM: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah, 8(1), 82-90.

<sup>32</sup> Alifia Fernanda Putri, 'pentingnya orang dewasa awal mengenal tugas perkembangannya', 3 (2019), 35-40.

<sup>33</sup> Baharuddin, 'Paradigma Psikologi Islam', 3. Yogyakarta (2007), 34-

ini para pekerja pabrik masih merasa *was-was* hal ini digambarkan dengan munculnya keraguan dan juga kebingungan akan keputusan yang akan diambil. Perasaan ini muncul ketika mengambil keputusan mengenai berusaha untuk bisa terus bertahan dipekerjaan atau memulai rencana yang lain.

Dalam penelitian Roseleni menyimpulkan bahwa *was-was* adalah gangguan penyakit hati yang disebabkan oleh bisikan setan yang dihembuskan pada diri seseorang yang dapat menimbulkan ketakutan, keraguan, dan kecemasan. Ketakutan dapat menyebabkan seseorang terus menerus dilanda kecemasan membuat mereka khawatir dalam mengambil keputusan karena bayang-bayang takut gagal dan tidak mendapatkan apa yang diinginkan. Akibat *was-was*, seseorang menjadi gelisah dalam hidup<sup>34</sup>.

Selain itu muncul juga pikiran buruk mengenai menentukan perencanaan masa depan dimana para subjek takut jika tidak dapat mewujudkan apa yang sudah terencanakan. Menurut Al Bakhi, *was-was* dikatakan sebagai salah satu gejala psikologis yang menimpa seseorang akibat bisikan setan. Kecemasan dapat mempengaruhi kehidupan seseorang sedemikian rupa sehingga dapat menyebabkan stress dan ketidaknyamanan<sup>35</sup>. Meski perasaan tersebut muncul, para subjek mampu mengatasi hal tersebut dengan cara mulai mengembangkan kemampuan diri dan berusaha bekerja dengan baik. Imam Ibnu Hajar al-Haitami menjelaskan dalam kitabnya, *Fatawa al-Kubra al-Fiqhiyah*, cara menghilangkan penyakit *was-was* adalah tidak menghiraukan ketika keraguan datang.

---

<sup>34</sup> Andriyani, R. (2022). Memantapkan Langkah Masa Depan pada Fresh Graduate Tahun 2021.

<sup>35</sup> Rahman, M. Z. A., Mohd, R. A., Razali, Z. A., & Amin, M. Z. M. (2018). Rawatan Waswas Menerusi Pendekatan Biopsikososial Spiritual Menurut Perspektif Sarjana Islam: Satu Kajian Awal.

Dari sini dapat disimpulkan bahwa munculnya *waswas* pada seseorang diawali dari munculnya perasaan yang tidak tenang terutama perasaan bimbang, dan cemas. Hal ini dimunculkan karena adanya bayangan akan ketakutan menghadapi masa depan yang belum terjadi yaitu mereka merasa rencana untuk resign belum tentu berhasil. Bayangan ini mengarahkan mereka pada sebuah tendensi keburukan, yaitu keraguan dan juga kebingungan akan keputusan yang akan mereka ambil. Keragu-raguan ini mengakibatkan kinerja mereka menjadi tidak optimal dalam bekerja. Sejauh ini, cara mereka menghadapi kondisi perasaan dan sikap keragu-raguan mereka adalah dengan berusaha untuk selalu mengembangkan diri dan mempersiapkan rencana kedepannya melalui pengembangan relasi untuk membuka kesempatan baru. Hal ini bertujuan untuk pengembangan diri para pekerja pabrik. Pada dasarnya kondisi *waswas* ini dapat dikategorikan sebagai bisikan setan yang muncul karena pikiran-pikiran yang tidak masuk akal sehingga berakibat seseorang mengalami ketakutan dan kecemasan. Namun, selalu ada obat untuk setiap penyakit hati tersebut, dimana para pekerja berusaha untuk tetap menjalankan tugas mereka sebagai pekerja pabrik dengan baik.