

Hubungan Pola Asuh *Permissive Indifferent* dan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Generasi Z

Arba Atus Sakinah, Sulistiyana, Eklyns Cheseda Makaria

Universitas Lambung Mangkurat
arbatusknh04@gmail.com

Article History

accepted 1/3/2026

approved 1/4/2026

published 30/4/2026

Abstract

The increasing prevalence of quarter life crisis symptoms among Generation Z during the transition to adulthood is suspected to be associated with permissive indifferent parenting, which reflects low parental emotional involvement. This study aimed to examine the relationship between permissive indifferent parenting and quarter life crisis among Generation Z university students. Using a quantitative correlational approach, the study involved 432 students from the Faculty of Teacher Training and Education, Lambung Mangkurat University, selected through stratified random sampling. Data were collected through a Google Form-based questionnaire and analyzed using Spearman correlation. The results showed a strong and significant positive relationship between permissive indifferent parenting and quarter life crisis ($\rho = 0.788$; $p < 0.001$). This indicates that the higher the level of permissive indifferent parenting, the greater the tendency toward quarter life crisis. The findings highlight the importance of parental emotional involvement and supervision, as well as the need for psychological assistance programs for university students. Future research is recommended to examine other factors, such as social support, resilience, and career readiness.

Keywords: *permissive indifferent parenting, quarter life crisis, generation Z, university students*

Abstrak

Peningkatan gejala *quarter life crisis* pada generasi Z dalam masa transisi menuju dewasa diduga berkaitan dengan pola asuh *permissive indifferent* yang menunjukkan rendahnya keterlibatan emosional orang tua. Penelitian ini bertujuan menguji hubungan antara pola asuh *permissive indifferent* dan *quarter life crisis* pada mahasiswa generasi Z. Dengan pendekatan kuantitatif dan metode korelasional, penelitian dilakukan pada 432 mahasiswa FKIP Universitas Lambung Mangkurat yang dipilih melalui *stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan angket berbasis *google form* dan dianalisis dengan korelasi *Spearman*. Hasil menunjukkan hubungan positif yang kuat dan signifikan antara pola asuh *permissive indifferent* dan *quarter life crisis* ($\rho = 0,788$; $p < 0,001$). Artinya, semakin tinggi pola asuh *permissive indifferent*, semakin tinggi kecenderungan *quarter life crisis*. Implikasi penelitian menekankan pentingnya keterlibatan emosional dan pengawasan orang tua serta perlunya pendampingan psikologis bagi mahasiswa. Penelitian selanjutnya disarankan menelaah faktor lain, seperti dukungan sosial, resiliensi, dan kesiapan karier.

Kata kunci: *pola asuh permissive indifferent, quarter life crisis, generasi Z, mahasiswa*



PENDAHULUAN

Dinamika masyarakat global di era digital telah memunculkan dampak signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk aspek psikologis individu. Arus informasi yang cepat, kompetisi yang semakin ketat, serta tuntutan pencapaian hidup sejak usia muda turut memengaruhi kesejahteraan mental generasi muda. Dalam kajian psikologi perkembangan, fase dewasa awal dipandang sebagai periode yang rentan terhadap tekanan psikologis karena individu dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan penting, seperti pembentukan identitas diri, kemandirian emosional, dan persiapan memasuki dunia kerja. Fase ini juga dikenal sebagai *emerging adulthood*, yaitu masa yang ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan, dan ketidakpastian arah hidup (Arnett, 2015). *Quarter life crisis* merupakan gejala psikologis yang banyak dialami oleh mahasiswa pada awal masa dewasa. Gejala ini dipahami sebagai krisis perkembangan pada awal masa dewasa yang dicirikan oleh kebingungan identitas, ketidakpastian arah hidup, serta tekanan dalam menghadapi transisi menuju kehidupan dewasa (Robinson, 2019).

Selain itu, penggunaan media digital yang semakin intens juga dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis generasi muda, sehingga konteks digital menjadi relevan dalam memahami meningkatnya kerentanan psikologis pada dewasa awal (Twenge, 2019). Rosanti (2026) menunjukkan bahwa *quarter life crisis* muncul sebagai respons terhadap ketidakpastian masa depan, tekanan ekonomi, dan tuntutan sosial untuk mencapai standar keberhasilan tertentu pada usia muda. Blanchflower & Graham (2022) juga menyatakan bahwa penurunan kesejahteraan hidup dapat muncul lebih awal, yaitu pada fase dewasa awal, *quarter life crisis* dapat dipandang sebagai suatu kondisi psikologis yang memengaruhi kesejahteraan mental generasi muda secara luas. Di Indonesia, *quarter life crisis* juga menjadi perhatian, khususnya pada kelompok mahasiswa. Azizi (2023) menyatakan bahwa lebih dari dua pertiga pemuda Indonesia berusia 18–25 tahun mengalami gejala *quarter life crisis*.

Menurut Robbins & Wilner (2001) kondisi ini cenderung muncul saat individu mulai mempertanyakan masa depannya dan mengalami kebingungan karena dihadapkan pada berbagai pilihan hidup. Indikator *quarter life crisis* mencakup kesulitan dalam mengambil keputusan, perasaan putus asa, evaluasi diri yang negatif, kecemasan terhadap masa depan, rasa terjebak dalam keadaan hidup tertentu, tekanan emosional, serta kekhawatiran dalam menjalin hubungan interpersonal (Ramadhan et al., 2025). Kadata (2022) | (Ramadhan et al., 2025). Kadata (2022) juga menegaskan pada usia 20–25 tahun muncul berbagai respons terhadap perubahan yang berkelanjutan, banyaknya alternatif pilihan hidup, timbulnya kepanikan, dan perasaan tidak berdaya. Oleh karena itu, kondisi ini dapat dimaknai sebagai persoalan psikososial yang terbentuk dari pengaruh faktor internal maupun eksternal (Khafidza & Andjarsari, 2023). Mahasiswa sebagai bagian dari kelompok dewasa awal berada dalam tahap peralihan dari lingkungan pendidikan ke dunia kerja, sehingga lebih rentan mengalami *quarter life crisis* (Fadhilah et al., 2022). Tekanan akademik, ekspektasi keluarga, serta ketidakpastian karier menjadi stresor yang relevan dalam konteks ini (Zein, 2024).

Temuan awal pada mahasiswa di lingkungan FKIP ULM yang menunjukkan adanya indikasi kebingungan karier dan kecemasan masa depan yang selaras dengan karakteristik *quarter life crisis*. Indikasi tersebut memperkuat urgensi kajian empiris mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap munculnya gejala ini. Salah satu faktor perkembangan yang diduga berkontribusi terhadap kerentanan tersebut adalah pola asuh orang tua. Berdasarkan klasifikasi yang dikemukakan oleh Maccoby (1983), pola asuh dibedakan berdasarkan dua dimensi utama, yaitu *demandingness* dan *responsiveness*. Kombinasi rendahnya kontrol dan rendahnya kehangatan menghasilkan pola asuh *permissive indifferent* atau permisif acuh, yang ditandai oleh minimnya pengawasan, kurangnya keterlibatan emosional, serta tidak adanya batasan

perilaku yang konsisten (Syauqi & Agung, 2021). Pola asuh *permissive indifferent* yang ditandai dengan rendahnya keterlibatan emosional, minimnya komunikasi, kurangnya pengawasan, serta rendahnya perhatian terhadap kebutuhan dan disiplin anak berpotensi memberikan dampak jangka panjang terhadap perkembangan psikologis individu (Mustakimah & Masitoh, 2025). Di samping itu, minimnya interaksi serta komunikasi antara orang tua dan anak dapat membuat individu tidak terbiasa memperoleh arahan dalam menghadapi permasalahan, sehingga pada tahap dewasa awal individu berpotensi mengalami kebimbangan dalam mengambil keputusan terkait pendidikan, karier, maupun hubungan interpersonal (Santri et al., 2025).

Di sisi lain, sikap orang tua yang abai terhadap kebutuhan anak dapat menimbulkan perasaan kurang mendapatkan dukungan sosial, yang dalam jangka panjang berpotensi memunculkan perasaan putus asa ketika individu menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Robbani & Nafisatuzzahra, 2025). Tidak adanya penerapan disiplin dalam keluarga juga dapat membuat individu kurang siap menghadapi tuntutan tanggung jawab kehidupan dewasa sehingga memicu tekanan emosional. Selain itu, ketika anak sejak kecil dibiarkan mengatur dirinya sendiri tanpa bimbingan yang memadai, individu dapat mengalami kecemasan terhadap masa depan serta kekhawatiran dalam membangun relasi interpersonal. Penelitian lintas budaya juga menunjukkan bahwa praktik pengasuhan berkaitan secara konsisten dengan penyesuaian psikologis remaja di berbagai konteks sosial (Lansford et al., 2018). Segrin & Flora (2019) juga menegaskan bahwa strategi pengasuhan berperan dalam pengembangan kecerdasan sosial dan emosional anak, sehingga kualitas interaksi keluarga menjadi penting dalam membentuk kesiapan individu menghadapi tekanan kehidupan. Oleh karena itu, pola asuh yang kurang memberikan keterlibatan, bimbingan, dan dukungan emosional dari orang tua berpotensi meningkatkan kerentanan individu terhadap berbagai pengalaman psikologis.

Temuan ini mengungkapkan pola asuh permisif berkaitan dengan munculnya berbagai permasalahan psikologis, seperti rendahnya kepercayaan diri, kesulitan dalam mengelola emosi, dan kerentanan terhadap gangguan psikologis pada remaja (Savitri & Swandi, 2025). Jamain (2022) juga menemukan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh *permissive indifferent* dan kecemasan sosial pada remaja. Temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa dampak pola asuh yang minim responsivitas dan kontrol dapat berlanjut hingga fase dewasa awal serta memengaruhi kesejahteraan psikologis individu, termasuk meningkatkan kerentanan terhadap *quarter life crisis*. Walaupun studi tentang *quarter life crisis* terus mengalami perkembangan, mayoritas penelitian terdahulu masih cenderung memusatkan perhatian pada aspek-aspek eksternal, seperti tekanan sosial, pengaruh media sosial, dan ketidakpastian karier. embahasan mengenai kontribusi pola asuh orang tua, khususnya tipe *permissive indifferent*, hingga kini masih relatif minim, terutama pada kalangan mahasiswa di Indonesia.

Penelitian yang secara khusus menelaah hubungan antara pola asuh *permissive indifferent* dan *quarter life crisis* pada mahasiswa juga masih tergolong terbatas, khususnya dalam lingkungan perguruan tinggi di Indonesia. Keterbatasan ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk menguji secara empiris kontribusi pengalaman pengasuhan terhadap kerentanan psikologis pada fase dewasa awal. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola asuh *permissive indifferent* dan *quarter life crisis* pada mahasiswa generasi Z di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara pola asuh *permissive indifferent* dan tingkat *quarter life crisis* pada mahasiswa.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain korelasional, yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola asuh *permissive indifferent* dan *quarter life crisis* pada mahasiswa (Creswell & Creswell, 2017). Penelitian dilaksanakan pada tahun 2025 di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat. Populasi penelitian, berdasarkan data akademik per April 2025, berjumlah 1.696 mahasiswa aktif. Sampel penelitian sebanyak 432 mahasiswa Generasi Z angkatan 2022–2024 yang berasal dari lima jurusan, yaitu Bimbingan dan Konseling, Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Pendidikan Anak Usia Dini, Teknologi Pendidikan, dan Pendidikan Khusus. Pemilihan sampel dilakukan melalui teknik *stratified random sampling* dengan dasar stratifikasi jurusan agar keterwakilan setiap jurusan tetap proporsional. Seluruh data dari 432 responden tersebut digunakan dalam pengujian hipotesis.

Sebelum penelitian utama dilaksanakan, peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba instrumen kepada 100 mahasiswa yang berada di luar subjek penelitian utama. Langkah ini dilakukan untuk memastikan validitas dan reliabilitas instrumen. Data penelitian dihimpun menggunakan dua kuesioner berskala Likert. Instrumen pola asuh *permissive indifferent* memuat 36 butir pernyataan yang dikembangkan berdasarkan dimensi *demandingness* dan *responsiveness* dari Maccoby (1983). Adapun instrumen *quarter life crisis* terdiri atas 28 butir pernyataan yang diadaptasi dari penelitian Kadata (2022) dengan merujuk pada konsep Robbins dan Wilner (2001). Hasil pengujian validitas memperlihatkan bahwa 34 butir pada instrumen pola asuh *permissive indifferent* dinyatakan valid, sedangkan 2 butir lainnya gugur. Pada instrumen *quarter life crisis*, seluruh 28 butir dinyatakan valid. Rentang koefisien validitas butir pada skala pola asuh *permissive indifferent* adalah 0,375–0,841, sedangkan pada skala *quarter life crisis* adalah 0,388–0,834. Sementara itu, hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,961 untuk skala pola asuh *permissive indifferent* dan 0,949 untuk skala *quarter life crisis*. Berdasarkan hasil tersebut, kedua instrumen dinilai reliabel dan layak digunakan.

Sebelum pengujian hipotesis, data dianalisis terlebih dahulu menggunakan uji normalitas Kolmogorov–Smirnov. Hasilnya menunjukkan bahwa variabel pola asuh *permissive indifferent* dan *quarter life crisis* memiliki nilai signifikansi $p < 0,05$ sehingga data dinyatakan tidak berdistribusi normal. Atas dasar itu, analisis hubungan antarvariabel dilakukan dengan teknik korelasi nonparametrik Spearman Rank (Yuniarti et al., 2025). Keseluruhan proses pengolahan dan analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS. Pelaksanaan penelitian ini juga memperhatikan aspek etika penelitian. Seluruh responden dilibatkan secara sukarela setelah memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur pengisian kuesioner, dan jaminan kerahasiaan data. Dalam proses analisis maupun pelaporan hasil, identitas responden tidak dicantumkan sehingga seluruh data yang diperoleh hanya dimanfaatkan untuk kepentingan akademik dan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum analisis hubungan antarvariabel dilakukan, data terlebih dahulu diuji melalui analisis deskriptif untuk memperoleh gambaran umum mengenai tingkat pola asuh *permissive indifferent* dan *quarter life crisis* pada mahasiswa. Responden dalam penelitian ini berjumlah 432 mahasiswa Generasi Z angkatan 2022–2024 yang berasal dari Jurusan Bimbingan dan Konseling, Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Pendidikan Anak Usia Dini, Teknologi Pendidikan, dan Pendidikan Khusus di lingkungan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel pola asuh *permissive indifferent* memiliki nilai rata-rata (Mean) sebesar 102 dengan standar deviasi 22,67.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Mean	SD	Kategori Dominan	Frekuensi	Persentase
Pola Asuh Permissive Indifferent	102	22,67	Sangat Tinggi	201	47%
Quarter Life Crisis	84	18,67	Sangat Tinggi	236	55%

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa pada variabel pola asuh *permissive indifferent*, kategori terbanyak responden berada pada tingkat sangat tinggi, yaitu 201 mahasiswa (47%). Sementara itu, pada variabel *quarter life crisis*, sebagian besar responden berada pada kategori sangat tinggi, yaitu 236 mahasiswa (55%). Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman pengasuhan yang ditandai oleh rendahnya keterlibatan emosional dan kontrol orang tua tampak cukup menonjol pada responden penelitian. Kondisi tersebut dapat dipahami karena mahasiswa angkatan 2022–2024 berada pada fase perkembangan yang sarat dengan tuntutan akademik, sosial, dan karier, sehingga rentan mengalami kebingungan arah hidup, kecemasan terhadap masa depan, dan tekanan emosional. Tingginya kategori pada kedua variabel tersebut dapat dimaknai berdasarkan karakteristik responden penelitian, yakni mahasiswa Generasi Z yang sedang berada dalam tahap peralihan menuju masa dewasa awal.

Dalam fase tersebut, individu dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan, antara lain menyelesaikan studi, menyiapkan karier, mengembangkan kemandirian diri, dan membentuk relasi sosial yang lebih matang. Fase tersebut menjadikan mahasiswa sebagai kelompok yang rentan mengalami tekanan psikologis, terutama ketika tidak memperoleh dukungan emosional dan arahan yang memadai dari lingkungan keluarga. Dalam konteks mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, kerentanan terhadap *quarter life crisis* dapat dipahami secara lebih spesifik karena responden tidak hanya menghadapi tuntutan akademik, tetapi juga tuntutan profesional sebagai calon pendidik. Mahasiswa FKIP dituntut untuk memiliki kesiapan kompetensi, kematangan emosional, serta kejelasan orientasi karier sejak masa perkuliahan. Kondisi tersebut dapat meningkatkan tekanan psikologis, terutama ketika individu belum memperoleh dukungan emosional dan arahan yang memadai dari lingkungan keluarga. Oleh karena itu, pengalaman pengasuhan menjadi relevan tidak hanya dalam pembentukan kesiapan psikologis umum, tetapi juga dalam memengaruhi kesiapan mahasiswa menghadapi peran profesionalnya di masa depan.

Tabel 2. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Sig. (p-value)	Keterangan
Pola Asuh Permissive Indifferent	< 0,05	Tidak berdistribusi normal
Quarter Life Crisis	< 0,05	Tidak berdistribusi normal

Tabel 3. Hasil Analisis Korelasi Spearman Rank

Variabel	Koefisien Korelasi (ρ)	Sig. (p-value)	Keterangan	Interpretasi
Permissive Indifferent – Quarter Life Crisis	0,788	0,000 (p < 0,001)	Positif dan signifikan	Hubungan kuat

Hasil uji normalitas Kolmogorov–Smirnov menunjukkan bahwa variabel pola asuh *permissive indifferent* dan *quarter life crisis* memiliki nilai signifikansi $p < 0,05$, sehingga data tidak memenuhi asumsi distribusi normal. Berdasarkan kondisi tersebut, analisis hubungan antarvariabel dilakukan dengan uji korelasi nonparametrik Spearman Rank. Dari 432 responden, diperoleh koefisien korelasi sebesar $\rho = 0,788$ dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Hasil ini mengindikasikan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara pola asuh *permissive indifferent* dan *quarter life crisis*. Hal ini berarti semakin tinggi pola asuh *permissive indifferent* yang diterima mahasiswa, semakin besar semakin besar kemungkinan mereka mengalami *quarter life crisis*. Besarnya koefisien korelasi tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman pengasuhan memiliki kaitan yang berarti dengan cara individu merespons tuntutan perkembangan pada fase dewasa awal. Dalam hal ini, pola asuh *permissive indifferent* dapat diposisikan sebagai pengalaman relasional yang berkontribusi terhadap kesiapan emosional, kemampuan pengambilan keputusan, dan tingkat resiliensi individu dalam menghadapi tekanan kehidupan. Oleh karena itu, risiko munculnya *quarter life crisis* tidak hanya berkaitan dengan tekanan situasional yang sedang dihadapi, tetapi juga berhubungan dengan kualitas pengalaman pengasuhan yang terbentuk pada tahap perkembangan sebelumnya.

Temuan ini sejalan dengan Pinguart (2017) yang menunjukkan bahwa dimensi dan gaya pengasuhan berkaitan dengan masalah penyesuaian pada anak dan remaja; secara konseptual, dampaknya dapat berlanjut hingga dewasa awal. Dengan demikian, pengalaman pengasuhan dalam keluarga dapat dipahami sebagai salah satu faktor yang memengaruhi kesiapan psikologis individu dalam menghadapi transisi menuju kedewasaan. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,788 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori kuat. Kekuatan hubungan ini mengindikasikan bahwa pengalaman pengasuhan yang ditandai oleh rendahnya keterlibatan emosional dan kontrol orang tua memiliki keterkaitan yang cukup besar dengan tingkat *quarter life crisis*. Meskipun temuan tersebut tidak dimaksudkan untuk menjelaskan hubungan sebab akibat, besarnya koefisien korelasi menunjukkan bahwa pola asuh *permissive indifferent* merupakan faktor yang penting untuk dipertimbangkan dalam memahami kerentanan psikologis pada fase dewasa awal.

Dalam konteks penelitian ini, pola asuh *permissive indifferent* dapat memengaruhi perkembangan psikologis individu sejak masa remaja hingga dewasa awal. Kurangnya keterlibatan emosional orang tua berpotensi menghambat pembentukan konsep diri yang positif serta mengurangi dukungan psikologis yang dibutuhkan individu ketika menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Minimnya pengawasan dan bimbingan dalam keluarga juga dapat membuat individu kurang terbiasa menjalani proses pengambilan keputusan secara terarah. Ketika memasuki masa dewasa awal dan dihadapkan pada berbagai tuntutan kehidupan, kondisi tersebut dapat memunculkan kebimbangan dalam menentukan arah hidup serta meningkatkan kerentanan terhadap *quarter life crisis*. Tingginya hubungan antara kedua variabel dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa pengalaman pengasuhan merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kesiapan psikologis individu dalam menghadapi fase transisi menuju kedewasaan (Valentino & Hendrawan, 2025).

Hubungan antara kedua variabel juga dapat dipahami melalui keterkaitan indikator masing-masing variabel. Pola asuh *permissive indifferent* ditandai oleh rendahnya keterlibatan emosional, minimnya komunikasi, kurangnya pengawasan, rendahnya perhatian terhadap kebutuhan anak, lemahnya kepedulian terhadap disiplin, serta kecenderungan orang tua membiarkan anak mengatur dirinya sendiri. Individu yang tumbuh dalam lingkungan keluarga dengan dukungan emosional yang terbatas cenderung memiliki sumber daya psikologis yang lebih rendah dalam menghadapi tekanan perkembangan, sehingga lebih rentan mengalami kebingungan identitas,

kecemasan masa depan, serta tekanan emosional (Andaresta & Indrawati, 2025). Selain itu, hasil penelitian ini selaras dengan temuan Kadata (2022) yang menjelaskan bahwa *quarter life crisis* berkaitan dengan rendahnya kesiapan perkembangan serta lemahnya dukungan lingkungan dalam menghadapi tuntutan transisi dewasa awal. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa faktor internal dan eksternal memberikan kontribusi pada variasi tingkat *quarter life crisis*. Pengalaman pola asuh *permissive indifferent* dapat dipahami sebagai bagian dari faktor lingkungan keluarga yang membentuk kesiapan psikologis individu, sehingga berkontribusi terhadap meningkatnya kerentanan terhadap *quarter life crisis* (Salsabila & Marsha, 2025).

Penelitian lintas budaya menunjukkan bahwa praktik pengasuhan berkaitan secara konsisten dengan penyesuaian remaja di berbagai kelompok budaya (Lansford et al., 2018). Selain itu, Segrin & Flora (2019) menegaskan bahwa strategi pengasuhan berperan dalam pengembangan kecerdasan sosial dan emosional anak. Oleh karena itu, kualitas pengasuhan yang rendah dapat berkontribusi terhadap lemahnya kesiapan psikologis individu dalam menghadapi tuntutan perkembangan pada masa dewasa awal. Terbatasnya interaksi serta komunikasi antara orang tua dan anak dapat turut memengaruhi kapasitas individu dalam proses pengambilan keputusan. Temuan ini didukung oleh Zakira (2024) yang menjelaskan bahwa komunikasi orang tua kepada anak memiliki peran penting dalam proses pengambilan keputusan, sehingga keterbatasan komunikasi dapat menimbulkan kebimbangan pada fase dewasa awal. Anak yang jarang berdiskusi dengan orang tua mengenai berbagai permasalahan kehidupan cenderung memiliki pengalaman yang terbatas dalam mengevaluasi pilihan serta mempertimbangkan konsekuensi dari keputusan yang diambil. Ketika memasuki masa dewasa awal dan dihadapkan pada berbagai pilihan penting, kondisi ini dapat memunculkan kebimbangan dalam mengambil keputusan, perasaan tidak memiliki arah hidup yang jelas, serta kecemasan terhadap masa depan.

Sikap orang tua yang abai terhadap kebutuhan anak juga dapat menyebabkan individu merasa kurang memperoleh dukungan sosial dari lingkungan terdekatnya. Ketika menghadapi berbagai tekanan kehidupan pada masa dewasa awal, kurangnya pengalaman memperoleh dukungan tersebut dapat memunculkan perasaan putus asa dan ketidakmampuan dalam menghadapi tantangan. Tidak adanya penerapan disiplin dalam keluarga juga dapat memengaruhi kesiapan individu dalam menghadapi tuntutan tanggung jawab pada masa dewasa. Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga tanpa aturan yang jelas cenderung kurang terbiasa mengelola tanggung jawab secara konsisten. Hal ini selaras dengan Anwar (2025) yang menyatakan bahwa lingkungan keluarga berperan dalam membentuk kedisiplinan dan kesiapan individu dalam menghadapi tuntutan perkembangan. Pada akhirnya, situasi tersebut dapat menjadi sumber tekanan emosional yang cukup signifikan ketika mahasiswa dihadapkan pada berbagai keharusan, baik dalam aspek akademik, sosial, maupun karier.

Penelitian ini turut menunjukkan bahwa *quarter life crisis* tidak dapat dipahami hanya sebagai respons terhadap faktor-faktor eksternal, tetapi juga mencerminkan dinamika perkembangan yang dibentuk oleh pengalaman keluarga sejak awal kehidupan. Secara teoretis, kondisi tersebut dapat dijelaskan melalui konsep pola asuh *permissive indifferent* yang dikemukakan oleh Maccoby (1983) yaitu pola asuh yang ditandai oleh rendahnya *responsiveness* dan *demandingness*. Rendahnya *responsiveness* berkaitan dengan minimnya dukungan emosional yang diberikan kepada anak, sedangkan rendahnya *demandingness* menunjukkan kurangnya kontrol atau tuntutan terhadap perilaku anak. Kombinasi kedua dimensi tersebut dapat memengaruhi perkembangan konsep diri, regulasi emosi, serta kesiapan individu dalam menghadapi tuntutan kehidupan. Perspektif perkembangan psikososial Erikson juga membantu menjelaskan temuan penelitian ini.

Menurut Schachter & Gallihier (2018), ketidakjelasan identitas yang tidak terselesaikan pada masa remaja dapat berlanjut hingga dewasa awal. Ketika individu tidak memperoleh dukungan dan bimbingan yang memadai dalam proses pembentukan identitas, maka kondisi tersebut dapat muncul dalam bentuk kebingungan arah hidup, kecemasan terhadap masa depan, serta tekanan emosional yang merupakan karakteristik utama *quarter life crisis*. Oleh sebab itu, hasil temuan ini menegaskan bahwa pengalaman pola asuh *permissive indifferent* menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan kerentanan mahasiswa dalam mengalami *quarter life crisis*. Walaupun demikian, hasil hubungan yang diperoleh bersifat korelasional dan tidak dapat secara langsung diartikan sebagai hubungan kausal. Temuan penelitian ini membawa implikasi penting bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi. Oleh karena itu, latar belakang pengalaman pengasuhan perlu dipertimbangkan sebagai salah satu bagian dari asesmen psikologis yang lebih menyeluruh agar mahasiswa dapat memperoleh bantuan yang sesuai.

Temuan ini memberikan kontribusi dalam memperluas pembahasan mengenai *quarter life crisis* pada mahasiswa di Indonesia dengan menguji secara empiris pola asuh *permissive indifferent* sebagai salah satu faktor yang berkaitan. Selama ini, studi tentang *quarter life crisis* lebih banyak menitikberatkan pada faktor-faktor eksternal, seperti tekanan sosial, paparan media sosial, dan ketidakpastian karier. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman pengasuhan dalam keluarga juga berperan dalam menjelaskan kerentanan psikologis pada awal masa dewasa. Oleh karena itu, *quarter life crisis* tidak mesti dipahami sebagai respons terhadap tekanan situasional, tetapi bisa sebagai hal yang berkaitan dengan pengalaman relasional yang terbentuk pada tahap perkembangan sebelumnya. Selain memperkaya kajian teoretis, temuan ini juga memberikan dasar empiris bagi pengembangan layanan pendampingan psikologis yang lebih sesuai dengan konteks mahasiswa di perguruan tinggi.

Terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan pada penelitian ini. Pertama, penggunaan desain korelasional membuat hubungan antara pola asuh *permissive indifferent* dan *quarter life crisis* tidak dapat ditafsirkan sebagai hubungan sebab-akibat secara langsung. Kedua, penggunaan kuesioner *self-report* dalam pengumpulan data menyebabkan hasil penelitian bergantung pada kejujuran serta penilaian subjektif responden. Penggunaan instrumen kuesioner juga memungkinkan munculnya bias persepsi, karena jawaban yang diberikan mencerminkan pengalaman subjektif masing-masing responden. Hal ini penting diperhatikan mengingat persepsi terhadap pola asuh dapat dipengaruhi oleh kondisi emosional responden pada saat pengisian instrumen. Oleh sebab itu, penelitian berikutnya disarankan mempertimbangkan pendekatan *mixed methods* atau wawancara mendalam agar diperoleh pemahaman yang lebih utuh dan komprehensif.

Ketiga, penelitian ini terbatas pada mahasiswa FKIP ULM, sehingga penerapan hasil penelitian pada populasi yang lebih luas harus dilakukan secara cermat. Berdasarkan hal tersebut, penelitian mendatang perlu melibatkan sampel yang lebih heterogen serta mempertimbangkan variabel lain seperti dukungan sosial, resiliensi, dan kesiapan karier agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan *quarter life crisis*. Secara keseluruhan, hasil temuan ini menegaskan tentang pengalaman pengasuhan yang minim keterlibatan emosional dan kontrol memiliki kaitan yang nyata dengan kerentanan mahasiswa terhadap *quarter life crisis*. Hasil penelitian ini mengungkapkan tentang dinamika keluarga tetap memiliki relevansi yang kuat dalam menjelaskan masalah psikologis pada dewasa awal, meskipun individu telah memasuki fase kehidupan yang lebih mandiri. Sehingga, pemahaman mengenai *quarter life crisis* perlu ditempatkan dalam kerangka yang lebih luas, yaitu sebagai hasil interaksi antara tuntutan perkembangan, konteks sosial, dan pengalaman pengasuhan dalam keluarga.

SIMPULAN

Temuan penelitian ini mengarah pada kesimpulan bahwa pola asuh *permissive indifferent* memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa generasi Z di FKIP ULM angkatan 2022–2024. Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman Rank, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,788 dengan signifikansi $p < 0,001$, yang menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antarvariabel tergolong kuat. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa peningkatan kecenderungan pola asuh *permissive indifferent* yang dialami mahasiswa sejalan dengan meningkatnya tingkat *quarter life crisis* yang mereka rasakan. Oleh karena itu, pola pengasuhan yang ditandai oleh minimnya kedekatan emosional dan pengawasan orang tua dapat dipandang sebagai faktor yang berkaitan dengan munculnya kerentanan psikologis pada fase dewasa awal. Atas dasar itu, upaya preventif dan intervensi terhadap *quarter life crisis* perlu mempertimbangkan optimalisasi fungsi keluarga serta penguatan layanan pendampingan di perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Andaresta, R., & Indrawati, E. (2025). Pengaruh dukungan sosial keluarga dan kecerdasan emosi terhadap quarter life crisis pada mahasiswa pendidikan administrasi perkantoran Universitas Negeri Jakarta. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 9(2), 149–154.
- Anwar, S. (2025). PERAN LINGKUNGAN KELUARGA DALAM MEMBENTUK DISIPLIN BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR. *DIDACTA: Journal Of Educational Studies*, 1(1), 26–31.
- Arnett, J. J. (2015). *The Oxford handbook of emerging adulthood*. Oxford University Press.
- Azizi, N. R. (2023). *HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA*. Universitas Medan Area.
- Blanchflower, D. G., & Graham, C. L. (2022). The mid-life dip in well-being: a critique. *Social Indicators Research*, 161(1), 287–344.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Fadhilah, F., Sudirman, S., & Zubair, A. G. H. (2022). Quarter life crisis pada mahasiswa ditinjau dari faktor demografi. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(1), 29–35.
- Jamain, R. R., Makaria, E. C., & Anggithania, S. (2022). Kecemasan sosial siswa SMA ditinjau dari pola asuh otoriter dan pola asuh permissive indifferent. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(Special Ed), 44–50.
- Kadata, S. M. A. (2022). *Pengaruh Kematangan Karir dan Dukungan Sosial Terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas "X."* Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Khafidza, Z., & Andjarsari, F. D. (2023). Pengaruh Identitas Diri dan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 7(3), 117–125.
- Lansford, J. E., Godwin, J., Al-Hassan, S. M., Bacchini, D., Bornstein, M. H., Chang, L., Chen, B.-B., Deater-Deckard, K., Di Giunta, L., & Dodge, K. A. (2018). Longitudinal associations between parenting and youth adjustment in twelve cultural groups: Cultural normativeness of parenting as a moderator. *Developmental Psychology*, 54(2), 362.
- Maccoby, E. E. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. *Handbook of Child Psychology*, 4.

- Mustakimah, I., & Masitoh, I. (2025). Analisis Pola Asuh Permisif dalam Perkembangan Sosial Emosional Anak Era Digital di Kober Al-Amin. *Edu Happiness: Jurnal Ilmiah Perkembangan Anak Usia Dini*, 4(2), 160–169.
- Pinquart, M. (2017). Associations of parenting dimensions and styles with externalizing problems of children and adolescents: An updated meta-analysis. *Developmental Psychology*, 53(5), 873.
- Ramadhan, N., Kur'ani, N., & Lestari, W. (2025). HUBUNGAN ORIENTASI MASA DEPAN TERHADAP QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA DI KOTA PONTIANAK. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 12(12), 4583–4590.
- Robbani, A. N., & Nafisatuzzahra, N. (2025). Dukungan Sosial sebagai Penyangga Stres Karier pada Dewasa Awal: Telaah Literatur Tematik tentang Quarter-Life Crisis. *Jurnal Educazione: Jurnal Pendidikan, Pembelajaran Dan Bimbingan Dan Konseling*, 13(1), 73–82.
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife crisis: The unique challenges of life in your twenties*. Penguin.
- Robinson, O. C. (2019). A longitudinal mixed-methods case study of quarter-life crisis during the post-university transition: Locked-out and locked-in forms in combination. *Emerging Adulthood*, 7(3), 167–179.
- Rosanti, N. O., Nainggolan, E. E., & Muslikah, E. D. (2026). Hubungan Antara Tekanan Sosial Dan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa di Kota Surabaya: Peran Kecemasan Karir Sebagai Variabel Mediator. *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum*, 4(2), 2436–2456.
- Salsabila, A., & Marsha, G. C. (2025). Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga terhadap Quarter-Life Crisis pada Individu yang Bekerja. *Arus Jurnal Psikologi Dan Pendidikan*, 4(3), 168–174.
- Santri, D. D., Nurrochmah, C., & Pradana, H. H. (2025). Dinamika Quarter Life Crisis pada Masa Dewasa Awal. *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, 3(1), 118–131.
- Savitri, A. A. I. D., & Swandi, N. L. I. D. (2025). PERAN KEPERCAYAAN DIRI DAN POLA ASUH PERMISIF TERHADAP DEPRESI REMAJA DI DENPASAR. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 12(6), 2468–2474.
- Schachter, E. P., & Galliher, R. V. (2018). Fifty years since “Identity: Youth and crisis”: A renewed look at Erikson’s writings on identity. In *Identity* (Vol. 18, Number 4, pp. 247–250). Taylor & Francis.
- Segrin, C., & Flora, J. (2019). Fostering social and emotional intelligence: What are the best current strategies in parenting? *Social and Personality Psychology Compass*, 13(3), e12439.
- Syauqi, M. Q. A., & Agung, I. M. (2021). Authoritative, permissive, dan authoritarian parenting style kaitannya dengan grit mahasiswa. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(3), 185–196.
- Twenge, J. M. (2019). More time on technology, less happiness? Associations between digital-media use and psychological well-being. *Current Directions in Psychological Science*, 28(4), 372–379.
- Valentino, K., & Hendrawan, D. (2025). Tinjauan Sistematis: Gambaran Quarter-life Crisis, Dampak, serta Faktor-faktor yang Memengaruhinya. *Buletin Psikologi*, 33(1).
- Yuniarti, R., Hartiani, H., & Harizahayu, H. (2025). Pengaruh Distribusi Data Terhadap Hasil Uji Korelasi Studi Pada Uji Pearson Product Moment, Rank Spearman, dan Rank Kendall Tau. *UJMC (Unisda Journal of Mathematics and Computer Science)*, 11(1), 9–16.

Zakira, T., Gono, J. N. S., & Manalu, S. R. (2024). Proses Komunikasi Orang Tua dan Anak dalam Keputusan Program Studi Di Perguruan Tinggi. *Interaksi Online*, 12(4), 580–594.

Zein, R. P. (2024). Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Bagaimana peran kebersyukuran? *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1).