

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

2.1 Tinjauan Penelitian Terdahulu

Pada kajian pustaka, peneliti menelaah penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan atau relevansi dengan penelitian yang peneliti lakukan. Hal ini bertujuan untuk memperkuat kajian pustaka menggunakan penelitian yang ada. Dalam membantu peneliti merumuskan penelitian yang berkaitan dengan Perilaku Komunikasi Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengalami *Post Hangout Anxiety* (Studi Deskriptif Tentang Perilaku Komunikasi Mahasiswa tingkat akhir pada universitas swasta di Kota Bandung yang Mengalami *Post Hangout Anxiety* dan Menyebabkan *Quarterlife Crisis*). Tentu saja studi penelitian terdahulu sangat penting sebagai bahan acuan untuk membantu melakukan penelitian.

Tabel 2. 1
Penelitian Terdahulu

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	Dewi Rosita Sari Universitas Komputer Indonesia, 2020	Perilaku Komunikasi Pengguna Media Sosial Tinder Dalam Menjalin Relasi Pertemanan Di Kalangan Mahasiswa Unikom	Jenis penelitian kualitatif	Interaksi pengguna media sosial Tinder untuk menjalin relasi terdiri dari <i>chatting</i> , bercanda menggunakan bahasa informal.	Penelitian terdahulu meneliti perilaku komunikasi mahasiswa di media sosial, penelitian yang dilakukan meneliti mengenai perilaku komunikasi mahasiswa tingkat akhir secara langsung.
2.	Puspita Sari Ayu Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021	<i>Quarterlife Crisis</i> Pada Kaum Millenial	Menggunakan metode penelitian fenomenologi.	Faktor yang menimbulkan <i>Quarterlife crisis</i> paling banyak ditimbulkan dari pekerjaan.	Penelitian terdahulu meneliti usia millenial yang sudah bekerja, penelitian yang dilakukan meneliti mahasiswa tingkat akhir universitas swasta.

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
3.	Amelia Rahmawati Putri Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2020	Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan <i>Quarterlife Crisis</i> Pada Mahasiswa Tingkat Akhir	Metode Kuantitatif dengan Teknik Pengambilan Sample <i>Proportionate Random Sampling</i> .	Hasil penelitian yang di peroleh bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan <i>quarter lufe crisis</i> pada mahasiswa tingkat akhir,	Penelitian terdahulu tidak membahas mengenai perilaku komunikasi, sedangkan penelitian yang dilakukan membahas mengenai perilaku komunikasi.

Sumber: Peneliti, 2022

2.2 Tinjauan Pustaka

Pada bab ini peneliti menjelaskan mengenai teori-teori yang relevan dengan penelitian, serta *study literature*, arsip, atau dokumen yang mendukung sebagai pedoman pelaksanaan penelitian ini. Hal ini dilakukan agar menambah ilmu serta melengkapi penelitian yang berkaitan dengan Perilaku Komunikasi Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengalami *Post Hangout Anxiety* (Studi Deskriptif Tentang Perilaku Komunikasi Mahasiswa Tingkat Akhir pada Universitas Swasta di Kota Bandung yang Mengalami *Post Hangout Anxiety* dan Menyebabkan *Quarterlife Crisis*).

2.2.1 Tinjauan Tentang Komunikasi

Komunikasi adalah dasar aktivitas manusia. Melalui komunikasi manusia dapat berhubungan satu sama lain baik itu dalam hal pekerjaan, rumah tangga, hubungan berpasangan, atau dimana saja manusia berada. Pengertian “komunikasi berakar dari bahasa latin yakni “*communication*” berawal dari kata “*communis*” yang memiliki makna “sama” Jadi komunikasi terjadi jika orang yang terlibat memiliki kesamaan arti mengenai sesuatu yang ditanyakan oleh orang lain kepadanya, maka komunikasi dapat berlangsung atau dapat dikatakan hubungan

mereka pada saat itu bersifat komunikatif. Dan sebaliknya apabila mahasiswa tidak memahami maka komunikasi tidak berlangsung, dengan kata lain hubungan mereka tidak komunikatif (Rismawaty et al, 2014).

Juga terdapat istilah “*communis opinio*” yang artinya pendapat umum. *Raymond S. Ross* dikutip oleh Deddy Mulyana dalam buku Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar mengemukakan bahwa komunikasi atau *communication* dalam bahasa Inggris berasal dari kata Latin *communis* yang bermakna membuat “sama”. Dari pengertian tadi dapat ditarik kesimpulan bahwa komunikasi adalah suatu penyampaian pesan yang bertujuan untuk membuat persamaan persepsi antara komunikator dan komunikan.

Definisi Komunikasi menurut Effendy dalam bukunya Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek Komunikasi:

“Komunikasi adalah proses pengutaraan pesan oleh seseorang terhadap orang lain untuk memberi tahu, mengubah sikap dan perilaku secara langsung melalui lisan, ataupun tidak langsung melalui media” (Effendy, 2015).

Sedangkan menurut Devito dalam buku Komunikasi Antar manusia.

“Komunikasi mengacu pada tindakan satu orang atau lebih, yang berkirir dan menerima pesan yang terbiaskan oleh *noise*, berlangsung pada konteks tertentu, mempunyai pengaruh tertentu, serta terdapat kesempatan melakukan *feedback*” (Devito A, 2011).

Dalam buku Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar Karya. Mulyana mendefinisikan Komunikasi sebagai berikut:

“Suatu proses menyortir, memilih dan mengirimkan simbol. Simbol tadi membantu pendengar membangkitkan makna atau respon dari pikirannya yang serupa dengan yang dimaksudkan komunikator” (Mulyana, 2010).

Terdapat tiga unsur penting dalam proses komunikasi yang dilakukan dalam komunikasi menurut (Straubhaar et al, 2009):

- a. Sumber (source), disini sumber atau komunikator adalah bagian pelayanan santunan.
- b. Pesan (message), dapat berupa ucapan atau pesan-pesan.
- c. Sasaran (Destination), adalah penerima sebagai receiver. (Straubhaar et al, 2009)

Dari definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa komunikasi adalah proses dimana seseorang yang menjadi komunikator memberikan rangsangan (lambang bahasa) kepada seorang komunikan guna mempengaruhi seorang komunikan untuk melakukan sebuah tindakan tertentu.

2.2.2 Tinjauan Tentang Bentuk-bentuk Komunikasi

Dalam kehidupan sehari-hari komunikasi dibagi menjadi dua yaitu verbal dan nonverbal (Devito A, 2011)

1. Komunikasi Verbal

Meliputi simbol atau pesan yang menggunakan satu kata atau lebih dari semua interaksi yang disadari termasuk dalam kategori disengaja dilakukan dengan sadar kepada orang lain menggunakan lisan. Bahasa juga digunakan dalam kode verbal dan dapat didefinisikan sebagai perangkat simbol, dengan aturan yang menggabungkan simbol-simbol tersebut, yang digunakan dalam memahami suatu komunitas-komunitas. (Mulyana, 2010) *Larry Barker* (dalam Mulyana, 2010). Bahasa berfungsi sebagai penamaan (*naming* dan *labelling*), dan interaksi.

- a. Penamaan atau penjulukan merujuk pada Usaha mengidentifikasi objek, tindakan, Atau orang dengan menyebut namanya sehingga dapat merujuk dalam komunikasi.
- b. Fungsi komunikasi menekankan pada gagasan dan emosi yang dapat mengundang Simpati juga pengertian atau kemarahan dan kebingungan.

2. Komunikasi Nonverbal

Komunikasi nonverbal adalah komunikasi yang menggunakan pesan nonverbal. Kata nonverbal digunakan guna menggambarkan peristiwa komunikasi diluar kata-kata tertulis. Komunikasi verbal dan nonverbal secara teori dapat dipisahkan, tapi pada praktiknya kedua jenis komunikasi ini saling berkaitan dan saling melengkapi. (Solihat et al, 2014).

Adapun ciri pesan nonverbal menurut Devito yaitu:

- a. Perilaku Komunikasi bersifat komunikatif, saat berada di situasi interaksi, perilaku selalu mengkomunikasikan sesuatu.
- b. Komunikasi nonverbal pada konteks tertentu membantu menentukan arti dari tiap perilaku nonverbal.
- c. Pesan nonverbal seringkali berbentuk paket, pesan nonverbal saling menguatkan namun adakalanya saling bertentangan.

(Devito A, 2011)

2.2.3 Tinjauan Tentang Unsur Komunikasi

Model adalah representasi yang sistematis dan khayali, ia menggambarkan kapasitas tertentu terkait dengan aspek dari suatu prosedur. Model memberi kita kerangka kerja yang mampu kita pakai untuk menimbang suatu masalah, meskipun pada versi awalnya contoh kerangka model tersebut tidak akan membawa kita menuju prediksi yang sukses (Cangara, 2012, p. 37)

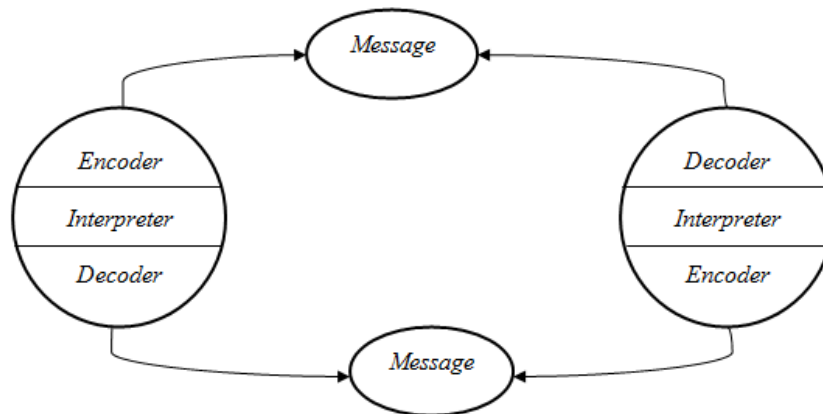
Sebuah model dapat menerangkan kesenjangan krusial pada pengetahuan kita yg tidak nampak dan ini dapat diartikan adanya area yang masih memerlukan riset. Kegagalan sebuah contoh akan menuntun kita menuju contoh yang lebih baik lagi (Cangara, 2012, p. 38).

Model dibangun agar kita bisa mengidentifikasi, menggambarkan atau mengkategorisasikan komponen-komponen yang relevan dari suatu proses. Model dapat dikatakan sempurna, jika mampu memberitahukan seluruh aspek-aspek yang mendukung terjadinya sebuah proses. Misalnya, bisa melakukan spesifikasi dan memperlihatkan kaitan antara satu komponen dengan komponen lainnya pada suatu proses, serta keberadaannya dapat ditunjukkan secara nyata. (Cangara, 2012).

Model komunikasi dibuat untuk membantu memberi pengertian tentang komunikasi dan untuk menspesifikan bentuk- bentuk komunikasi yang ditemukan dalam interaksi antar manusia. Lebih lanjut, model juga bisa memberi bayangan fungsi komunikasi dari segi alur kerja, menciptakan hipotesis riset dan untuk memenuhi asumsi-asumsi praktis pada taktik komunikasi. Salah satu contoh yang kerap digunakan untuk menggambarkan proses komunikasi adalah contoh sirkuler yg dibentuk Osgood beserta Schramm (Cangara, 2012).

Kedua tokoh ini mencurahkan perhatian mereka dalam peranan sumber dan penerima menjadi pelaku utama komunikasi. Sebagaimana gambar 2.1.

Gambar 2. 1
Model Komunikasi Sirkuler



Sumber: Model Osgood & Schramm, 1954

Tahapan awal, sumber berfungsi menjadi encoder, dan penerima menjadi decoder. Namun dalam langkah berikutnya penerima berfungsi menjadi encoder dan sumber menjadi decoder, menggunakan istilah lain sumber pertama akan menjadi penerima kedua dan penerima pertama akan berfungsi menjadi sumber kedua, dan seterusnya. Sirkular menurut terjemahan berasal dari kata “circular” secara harfiah berarti bulat, bundar, atau keliling, menjadi lawan dari perkataan linear yang bermakna lurus. (Effendy, 2015).

Dalam konteks komunikasi yang dimaksudkan melalui proses secara sirkular itu merupakan terjadinya feedback atau umpan balik adanya arus dari komunikan ke komunikator, maka ada kalanya *feedback* mengalir dari komunikan ke komunikator tersebut adalah respon komunikan terhadap pesan yang diterima dari komunikator. Model ini mendeskripsikan komunikasi menjadi proses yang dinamis, yang mana pesan ditransmit melalui proses *encoding* dan *decoding*. encoding merupakan tranlasi yang dilakukan sumber atas sebuah pesan, dan

decoding merupakan tranlasi yang dilakukan sumber penerima dari pesan yang berawal dari sumber. Hubungan antara *encoding & decoding* merupakan interaksi antara sumber dan penerima secara simultan dan saling mensugesti satu sama lain. (Effendy, 2013)

Sebagai proses yang dinamis, maka interpreter dalam model sirkular ini sanggup berfungsi ganda menjadi pengirim dan penerima pesan. Pada tahap awal, sumber berfungsi menjadi *encoder* dan penerima menjadi *decoder*. Namun dalam tahap berikutnya penerima berfungsi menjadi pengirim (*encoder*) dan sumber menjadi penerima (*decoder*), dengan istilah lain sumber pertama akan menjadi penerima kedua dan penerima pertama akan berfungsi menjadi sumber kedua, dan seterusnya. (Cangara, 2012).

2.2.4 Tinjauan Tentang Komunikasi Intrapersonal

Komunikasi Intrapersonal berasal dari 3 kata yaitu Komunikasi, Intra dan Personal atau pribadi. Menurut Blake dan Harodlsen menguraikan, komunikasi intrapribadi atau dikenal juga dengan istilah komunikasi intrapersonal adalah peristiwa komunikasi yang terjadi dalam diri pribadi seseorang. Bagaimana setiap orang mengkomunikasikan dirinya atau berbicara pada dirinya sendiri. (Blake & Haroldsen, 2005).

Hal ini dikarenakan setiap orang dapat menjadi objek bagi dirinya sendiri melalui penggunaan simbol-simbol yang digunakan dalam proses komunikasi. Melalui simbol-simbol ini apa yang dikatakan seseorang kepada orang lain dapat memiliki arti yang sama bagi dirinya sendiri sebagaimana berarti bagi orang lain.

Hafied Cangara mendefinisikan Komunikasi Intrapersonal sebagai proses komunikasi yang terjadi didalam diri individu, atau proses berkomunikasi dengan diri sendiri. Terjadinya proses komunikasi disini karena adanya seseorang yang memberi arti terhadap suatu objek yang diamatinya atau terbetik dalam pikirannya. Objek dalam hal ini bisa saja dalam bentuk benda, kejadian alam, peristiwa, pengalaman, fakta yang mengandung arti bagi manusia, baik yang terjadi di luar maupun di dalam diri seseorang. (Cangara, 2012).

2.2.5 Tinjauan Tentang Mahasiswa

Menurut UU Pendidikan Nasional No:2/2003, definisi mahasiswa adalah siswa atau peserta didik pada perguruan tinggi atau pendidikan tinggi. Ada 3 karakteristik mahasiswa, yaitu:

- a. Lulusan Sekolah Menengah Atas
- b. Telah menjalani pendidikan selama 12 tahun
- c. Umur mahasiswa diantara 18-25 tahun

Mahasiswa adalah status yang disandang oleh seseorang karena hubungannya dengan perguruan tinggi, diharapkan dapat menjadi calon intelektual. Mahasiswa adalah orang yang menuntut ilmu/belajar di perguruan tinggi. Seorang mahasiswa juga dikategorikan tahap perkembangan usianya 19-25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan masa remaja akhir menuju dewasa awal.

Sedangkan mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang telah berada di semester tujuh dan delapan atau lebih serta dapat mengambil mata kuliah kerja praktek, skripsi atau TA. Mahasiswa tingkat akhir berada pada rentang umur 20-25

tahun, terdapat perubahan dan perkembangan pada masa remaja dan dewasa awal yang menentukan perjalanan selanjutnya.

Individu yang sedang berada di umur 20-25 tahun berada pada tahap *spesification* dan *implementation*, pada tahap *spesification* individu akan merasa dipersempit jalan hidup yang akan mereka pilih, sedangkan pada tahap *implementation* individu akan memulai menyelesaikan pendidikan atau memulai pilihan baru dalam hidup mereka.

2.2.6 Tinjauan Tentang Anxiety atau Kecemasan

Kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi (Nevid et al, 2005). Banyak hal yang harus dicemaskan, misalnya kesehatan, relasi sosial, ujian, karir, kondisi lingkungan dan sebagainya. Adalah normal, bahkan adaptif, untuk sedikit cemas mengenai aspek-aspek hidup tersebut. Kecemasan bermanfaat bila hal tersebut mendorong untuk melakukan pemeriksaan medis secara reguler atau memotivasi untuk belajar menjelang ujian.

“Kecemasan adalah respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal jika tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau seperti datang tanpa ada penyebabnya-yaitu bila bukan merupakan respon terhadap perubahan lingkungan” (Nevid et al, 2005)

Perasaan cemas adalah perasaan tidak nyaman, tidak menyenangkan yang dirasakan seseorang bila berada pada kondisi atau keadaan yang tidak menentu dan tidak jelas. Cemas juga dapat dikatakan sebagai keadaan fisiologi tubuh yang dialami dan akan berdampak pada detakkan jantung yang berlebihan.

“Kecemasan merupakan kejadian yang umum dan bersifat universal pada manusia perasaan yang dialami seperti ketakutan dan menyeramkan terhadap suatu penyebab yang tidak diketahui” (Black & Hawks, 2014).

Kecemasan adalah keadaan tegang psikis yang merupakan suatu dorongan sama seperti lapar dan seks, hanya saja pada kecemasan tidak timbul dari dalam manusia, kondisi jaringan jasmani melainkan ditimbulkan oleh sebab-sebab dari luar. Jika kecemasan-kecemasan tidak dapat ditanggulangi secara efektif, maka dapat menimbulkan trauma, keadaan jiwa traumatik ialah semacam guncangan jiwa, seolah-olah jiwa mengalami luka Traumatik menyebabkan sang pribadi dalam keadaan tidak berdaya, serba infantil, serba kekanak-kanakan seperti anak kecil. Kecemasan (*anxiety*) sebagai kesadaran bahwa kejadian yang dihadapkan pada seseorang berada di luar jangkauan praktis dari sistem konstruk orang tersebut. Manusia mungkin merasa cemas saat mereka mengalami suatu kejadian yang baru.

Post Hangout Anxiety adalah kondisi dimana seseorang mengalami kecemasan pasca berkumpul, berbicara, bertemu dengan individu lainnya, kondisi ini timbul karena dorongan perasaan kalut atas *feedback* yang diterima selama *hangout*. (Little Greg, 2011)

2.2.7 Tinjauan Tentang *Quarterlife Crisis*

Istilah *quarterlife crisis* dikemukakan pertama kali oleh Alexandra Robbins dan Abby Wilner pada tahun 2001 yang berakar dari kebingungan *wilner* tentang masa depannya setelah lulus dari perguruan tinggi. Masalah yang dihadapi berkutat seputar pekerjaan dan karier serta hubungan cinta dengan lawan jenis. Mereka lalu

memberi julukan kepada kaum muda tersebut sebagai “*twentysomethings*”, atau individu yang baru saja meninggalkan kenyamanan hidup sebagai remaja dan mulai memasuki dunia yang sebenarnya. (Mulyana, 2010)

Melatar belakangi dari teori tahapan perkembangan kehidupan Nash, masih sedikit penelitian yang berfokus pada masa dimana seorang remaja mengalami transisi sebelum memasuki masa dewasa awal sebagai masa yang penting. Pada masa tersebut, individu juga mengalami perubahan emosi dan tingkah laku yang sangat bervariasi.

Quarterlife crisis didefinisikan sebagai suatu respon terhadap ketidakstabilan yang memuncak, perubahan yang konstan, banyaknya pilihan-pilihan serta rasa panik dan tidak berdaya (*sense of helplessness*) yang biasanya timbul pada individu di rentang usia 18 hingga 29 tahun (Robbins, 2001)

Ada masa dimana setiap individu akan mengalami fenomena krisis seperempat kehidupan atau yang disebut *quarterlife crisis* adalah transisi menuju masa dewasa. *Quarterlife crisis* sebagai salah satu perasaan yang muncul saat individu mencapai usia 20 tahun, dimana timbul perasaan takut, cemas akan kelanjutan hidup di masa depan, kebingungan identitas, kekecewaan atas sesuatu yang dapat menimbulkan respon berupa stress bahkan depresi, termasuk di dalamnya urusan karier, relasi, dan kehidupan sosial.

Terdapat pula kebiasaan yang dapat memicu perasaan *quarterlife crisis* ini seperti terlalu sering menggunakan media sosial juga dapat berpengaruh bagi pola pikir seseorang menjadi senang membandingkan diri dengan orang lain, bermain game berlebihan, sering mengeluh tanpa memulai apapun untuk memecahkan

masalah, menutup diri dari orang lain mempersempit peluang koneksi yang ada. Bagi sebagian orang mempersiapkan diri menuju kedewasaan mungkin mudah, namun bagi sebagian orang fase ini merupakan fase yang sulit, berat dan penuh tantangan.

Terdapat lima fase yang harus dilalui dalam *quarterlife crisis* dalam buku *Quarterlife crisis the Unique Challenge of Life* yang ditulis oleh (Robbins, 2001) yaitu:

- a. Pertama, adanya perasaan terjebak dalam berbagai macam pilihan serta tidak mampu memutuskan apa yang harus dijalani dalam hidup.
- b. Kedua, adanya dorongan yang kuat untuk mengubah situasi.
- c. Ketiga, melakukan tindakan-tindakan yang sifatnya sangat krusial. Misalnya seperti keluar dari pekerjaan atau memutuskan suatu hubungan yang sedang dijalani lalu memulai mencoba pengalaman baru.
- d. Keempat, membangun pondasi baru dimana individu bisa mengendalikan arah tujuan kehidupannya.
- e. Kelima, membangun kehidupan baru yang lebih fokus pada hal-hal yang memang menjadi minat dan sesuai dengan nilai-nilai yang dianut oleh individu itu sendiri.

Dari pendapat para ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa *quarterlife crisis ini* merupakan masa kritis dimana seseorang mengalami kecemasan dan gelisah serta mulai mempertanyakan arah dan tujuan hidupnya, *quarterlife crisis ini* juga dapat menyebabkan tekanan dan kecemasan seperti kebingungan atas karir, finansial, meningkatnya persaingan antar individu dalam suatu kelompok,

timbulnya isu-isu psikologi seperti depresi, kecemasan serta ketakutan menjalin relasi bahkan lawan jenis.

Terdapat tujuh dimensi *quarterlife crisis* menurut (Robbins, 2001) yaitu:

1. Bimbang dalam pengambilan keputusan

Menjadi dewasa berarti mulai menjadi individu yang mandiri menjadi mandiri crafty termasuk dalam Hal Membuat keputusan untuk dirinya sendiri. Semakin banyaknya pilihan dalam hidup akan memunculkan pula harapan yang membuat individu menjadi takut dan bingung, ini disebabkan individu percaya bahwa keputusan yang dipilih dapat mengubah hidupnya, sehingga seseorang akan begitu memikirkan apakah keputusan yang dibuat merupakan keputusan yang tepat. Hal lain yang membuat individu semakin bingung adalah bahwa tidak ada pengalaman sebelumnya dalam mengetahui apakah keputusan yang diambil merupakan keputusan yang tepat juga individu itu bingung keputusan yang dibuat untuk jangka pendek atau jangka panjang.

2. Putus asa

Hasil yang kurang memuaskan dan kegagalan dalam pekerjaan atau suatu aktivitas dapat mendorong individu makin tidak percaya terhadap dirinya sendiri. Ditambah melakukan beberapa usaha yang ternyata sia-sia dan tidak mendapatkan kepuasan sehingga harapan dan impian yang pada awalnya dapat lebih dikembangkan menjadi tidak tercapai akibat timbulnya perasaan bahwa apapun yang dilakukan pada akhirnya hanya akan berakhir dengan kegagalan tidak bermakna dan sia-sia.

Hal ini ditambah dengan melihat teman-teman sebaya menjadi sukses dan berhasil dalam karir mereka masing-masing diri sendiri merasa tidak berkembang sama sekali padahal memulai langkah bersama-sama karena kurangnya relasi yang dibangun dan mendukung dirinya untuk berkembang.

3. Penilaian diri yang agresif

Takut menjadi dewasa dan kegagalan serta ketidak tahuan dalam membuat keputusan penting serta masalah identitas diri membuat suatu individu tertekan, semua hal tersebut tentu bukan hal yang diharapkan. Kepada dirinya dan kemampuannya apakah mahasiswa sanggup untuk melewati tantangan tersebut, dan apakah hanya dirinya sendiri yang mengalami hal sulit tersebut, walaupun diluar sana banyak orang yang seusianya juga mengalami hal yang sama, sehingga individu yang mengalami *Quarterlife Crisis* sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain dengan memandang dirinya lebih rendah dari yang lain individu tersebut akan melihat teman seusianya sudah memiliki pencapaian dalam hidup yang hebat sedangkan dirinya masih bergelut dengan ketakutan dan keraguan.

4. Terjebak situasi yang sulit

Lingkungan juga berpengaruh lingkungan yang menjadi tempat individu beraktivitas tempat tinggal atau tempat asal tentu memberi pengaruh yang besar terhadap pikiran serta tindakan yang dijalani, tidak jarang hal ini membawa individu pada situasi yang sulit untuk memilih satu keputusan tetapi juga tidak bisa meninggalkan keputusan yang lain.

Situasi seperti ini sebenarnya dapat membuat individu mencari suatu pertanyaan mendasar tentang siapa dirinya, bagaimana dia mengetahui siapa sebenarnya dirinya, serta apa yang dilakukannya, dan mengapa terjadi situasi seperti ini. Tentu akan dihadapi individu menjadi kebingungan yang diartikan seperti lorong yang tidak berujung. Terkadang juga individu sudah tahu apa yang harus dilakukannya namun disisi lain mahasiswa tidak mengetahui bagaimana cara untuk memulainya.

5. Perasaan cemas

Perkembangan usia dan harapan yang besar yang harus dipenuhi tetapi terasa sulit, membuat individu dihantui rasa khawatir. Apabila semua itu tidak memberikan hasil yang memuaskan bagi dirinya, individu menuntut dirinya untuk dapat sempurna dalam melakukan kan sesuatu dan tidak mau menghadapi kegagalan, membuat individu tersebut tidak melakukan apa-apa karena bayang-bayang kegagalan yang menghantui.

6. Tertekan

Seorang individu merasa bahwa masalah yang dihadapi makin terasa berat dari hari ke hari. Hal itu membuat banyak aktivitas dirinya menjadi tegang serta tidak berjalan dengan maksimal, mahasiswa merasa masalahnya selalu hadir di mana saja dia berada, membebannya dalam banyak hal yang semestinya dapat dilakukan dengan efektif. Bahwa ketidakberhasilannya dalam menghadapi hidup membuatnya merasa semakin tersiksa terlebih lagi pandangan masyarakat terhadap dirinya yang sudah berusia menginjak

kedewasaan yang mana harus mencapai target atau sudah sukses di usia yang masih muda sekitar 20 tahun.

7. Khawatir terhadap relasi yang dibangun

Salah satu hal yang juga di khawatirkan oleh individu di masa ini adalah relasi dengan lawan jenisnya, ini terjadi karena melihat budaya yang berkembang di Indonesia bahwa pada umumnya seseorang akan menikah di usia 30 ke bawah sehingga individu tersebut akan bertanya pada dirinya sendiri, “kapan mahasiswa akan menikah, apakah dirinya siap untuk menikah, apakah orang yang dipilihnya untuk menikah sekarang merupakan orang yang tepat untuk menjadi teman hidupnya, atau mahasiswa harus mencari seseorang lain yang lebih tepat” Meskipun di sisi lain dirinya juga memikirkan perasaan orang terdekat Selain itu mahasiswa khawatir apakah mahasiswa bisa menyeimbangkan antara hubungannya dengan teman keluarga pasangan dan karirnya.

Quarterlife Crisis tidak begitu saja muncul pada individu, terdapat beberapa kecenderungan umum yang mempengaruhi kondisi tersebut. Ada beberapa faktor dari internal dan eksternal yang mempengaruhi *Quarterlife Crisis* menurut Arnett dalam (Arnett Jeffry Jensen, 2001) antara lain:

A. Faktor internal

Diri sendiri sangat mungkin menjadi pemicu timbulnya *Quarterlife Crisis*. Ini terjadi karena individu akan mengalami dan melewati masa *emerging adulthood*, dimana periode ini memiliki karakteristik yang dapat

mempengaruhi munculnya *Quarterlife Crisis*. faktor-faktor internal tersebut adalah:

1. Pencarian identitas

Pada tahap ini proses pencarian seseorang menuju kedewasaan dimulai. Individu akan mencari dan mengeksplor identitas secara serius dan fokus, juga mempersiapkan dirinya untuk memasuki kehidupan selanjutnya seperti cinta dan pekerjaan.

2. *Instability*

Pada masa menuju kedewasaan individu akan mengalami perubahan secara terus-menerus. ini disebabkan oleh berbagai hal. Berusaha untuk Mandiri belajar membuat keputusan sendiri serta bertanggung jawab dari hal tersebut namun banyak keputusan sulit yang harus diambil yang nantinya berpotensi berpengaruh terhadap masa depannya.

3. Merasa diapit diantaranya

Adalah tahap dimana seseorang berada pada perasaan antara dewasa dan remaja di saat bersamaan yang mana individu tersebut harus memenuhi kriteria untuk menjadi dewasa karena dirinya masih belum dewasa secara penuh.

4. *The age of possibility*

Dimana individu itu merasakan berbagai macam kemungkinan dan kesempatan entah tentang pekerjaan pasangan hidup atau tujuan hidup.

B. Faktor eksternal

Faktor yang berasal dari luar saat *quarterlife crisis* menurut Arnett dalam (Arnett Jeffry Jensen, 2001) adalah:

1. Teman, percintaan, keluarga

Di masa ini individu mulai mempertanyakan kapan dirinya siap untuk menikah, individu tersebut juga membutuhkan teman yang tepat baginya, atau individu tersebut juga memikirkan sudah waktunya mahasiswa membantu keluarga atau membangun keluarganya sendiri.

2. Kehidupan pekerjaan dan karir

Individu tersebut dihadapkan dengan pilihan memilih pekerjaan yang sesuai dengan minat potensi dan dan passion dirinya sendiri atau pekerjaan yang hanya sebagai formalitas kebutuhan finansial.

3. Tantangan di bidang akademik

Dalam perjalanan akademiknya seorang individu dapat merasa tidak sesuai dengan bidang atau jurusan yang sedang diteliti.

2.3 Kerangka Pemikiran

Adapun kerangka pemikiran menurut Sugiyono yaitu kerangka berpikir adalah model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting (Sugiyono, 2017)

Sehingga kerangka pemikiran merupakan alur yang dipikirkan oleh peneliti untuk mengidentifikasi masalah. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perilaku komunikasi mahasiswa tingkat akhir yang mengalami *post hangout anxiety*

dan menyebabkan *quarterlife crisis*. Peneliti menggunakan teori interaksi simbolik untuk teori pendukung, teori ini berfokus kepada perhatiannya pada cara-cara yang digunakan manusia untuk membentuk makna dan struktur masyarakat dari percakapan. Pada praktiknya terjadi pertukaran simbol-simbol baik verbal maupun non verbal. Makna simbol ini sangat mempengaruhi individu bertindak dan berperilaku.

“Pandangan interaksi simbolik berusaha memahami perilaku manusia melalui sudut pandang subjek. Pandangan ini mengusulkan perilaku manusia harus dipandang sebagai proses yang mengharuskan manusia membentuk dan mengatur perilaku mereka” (Mulyana, 2010, p. 61)

Peneliti mencoba menganalisa dan mendeskripsikan perilaku komunikasi mahasiswa tingkat akhir yang merasakan *post hangout anxiety* dan menyebabkan *quarterlife crisis* menggunakan komunikasi verbal, non verbal. Dalam kehidupan sehari-hari komunikasi dibagi menjadi dua yaitu verbal dan nonverbal. (Devito A, 2011).

1. Komunikasi Verbal

Melihat perilaku komunikasi mahasiswa tingkat akhir melalui pesan verbal seperti berbicara dan mendengar, mengamati karakteristik *post hangout anxiety* yang menyebabkan *quarterlife crisis*.

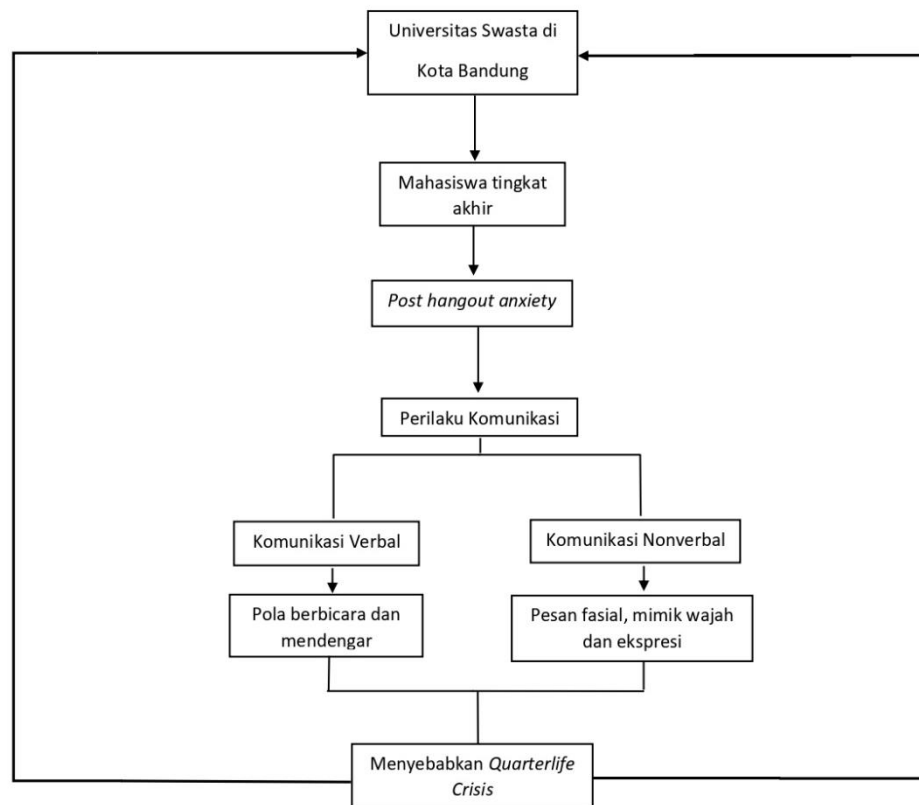
2. Komunikasi Nonverbal

Mengamati komunikasi nonverbal mahasiswa tingkat akhir yang mengalami *post hangout anxiety* melalui pesan fasial melalui mimik muka untuk menyampaikan makna tertentu yang menyebabkan *quarterlife crisis*. Wajah mengkomunikasikan penilaian ekspresi senang, tidak senang. Wajah

juga menunjukkan minat atau tidak berminat pada orang lain dan lingkungannya. (Dale G Leather, 1976)

Gambar berikut mengilustrasikan kerangka berpikir yang dibuat peneliti menjadi model 2.2

Gambar 2. 2
Kerangka Pemikiran



Sumber: Peneliti, 2022