

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Kecerdasan Intrapersonal

##### 1. Pengertian Kecerdasan

Manusia diciptakan oleh Allah SWT dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu apapun, namun Allah memberikan suatu yang sangat berharga kepada manusia sekaligus menjadi faktor pembeda antara manusia dengan makhluk lainnya yakni *inteligensi* atau kecerdasan. Dengan Kecerdasan ini manusia bisa menguasai dunia dan membangun peradaban yang lebih maju. Dengan arti lain manusia mempunyai kemampuan untuk belajar dan mengembangkan potensi yang dimilikinya. Kecerdasan adalah kemampuan untuk memahami suatu hal (belajar) dari pengalaman dan beradaptasi dengan, membentuk, dan memilih lingkungan. Kecerdasan seringkali dikaitkan dengan suatu perilaku adaptif dimana individu menggunakan pengalamannya untuk menanggapi suatu kondisi tertentu.

Menurut Abuddin Nata, kecerdasan secara harfiah berarti sempurna perkembangan akal budinya, pandai dan tajam pikirannya.<sup>13</sup>

Sedangkan kecerdasan menurut Gardner "*Intelligence is the ability to solve problems, or to create products, that are valued within one or more cultural*", artinya Kecerdasan adalah kemampuan untuk memecahkan masalah atau untuk menciptakan produk, yang dinilai dalam

---

<sup>13</sup> Abuddin Nata, *Manajemen Pendidikan Mengatasi Kelemahan Pendidikan Islam di Indonesia*, (Jakarta: Kencana, 2010), h. 38

satu atau lebih budaya.<sup>14</sup>

Berdasarkan pemaparan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa kecerdasan merupakan kemampuan dalam menyelesaikan masalah dan menghasilkan suatu produk yang bernilai berdasarkan akal, kepandaian, dan ketajaman pemikiran individu.

## 2. Pengertian Kecerdasan Intrapersonal

Sebelum merumuskan kecerdasan intrapersonal, Gardner mengenalkan kecerdasan personal. Perkembangan selanjutnya Gardner menjelaskan bahwa kecerdasan personal terdiri dari kecerdasan intrapersonal dan kecerdasan interpersonal. Kecerdasan intrapersonal menurut Gardner sebagai suatu kemampuan untuk mengenal perasaan-perasaan yang ada pada diri sendiri, seperti perasaan senang ataupun sedih.<sup>15</sup> Dengan demikian, orang yang memiliki kecerdasan intrapersonal akan mudah mengenal perasaan yang timbul dalam dirinya.

Sedangkan menurut Thomas Amstrong kecerdasan intrapersonal merupakan pengetahuan diri dan kemampuan untuk bertindak secara adaptif berdasarkan pengetahuan tersebut. Kecerdasan ini memiliki gambaran yang akurat tentang diri sendiri (kekuatan dan keterbatasan individu) kesadaran terhadap suasana hati dan batin, maksud motivasi,

---

<sup>14</sup> Howard Gardner, *Frames Of Mind (The Theory of Multiple Intelligences)*, (NewYork: Basicbooks, 1983), h. 10

<sup>15</sup> Gardner, H. (1993) *Multiple Intelligences: The Theory in Practice*. Basic Book, New York hal.7

<sup>16</sup> Thomas Amstrong, *Kecerdasan Multipel di dalam Kelas*, (Jakarta: PT Indeks, 2013),

temperamen, dan keinginan serta kemampuan untuk mendisiplinkan diri, pemahaman diri, dan harga diri.<sup>16</sup>

Kemudian menurut Shoimatul Kecerdasan intrapersonal merupakan kecerdasan dalam diri sendiri yang mana merupakan kecerdasan dan kemampuan untuk mengerti diri sendiri, apa yang harus dilakukan, apa yang harus dihindari serta apa saja yang dapat meningkatkan kemampuan.<sup>17</sup>

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa kecerdasan intrapersonal adalah kemampuan dalam memahami perasaan diri sendiri, memiliki pengetahuan perihal kekuatan dan kelemahan diri, mampu membedakan emosi, serta mampu memilah dan mengontrol apa yang semestinya dihindari dan yang semestinya dilakukan demi tercapainya tujuan hidup.

### 3. Kecerdasan Intrapersonal Dalam *Multiple Intelligences*

Kecerdasan Intrapersonal merupakan salah satu dari Sembilan kecerdasan yang dikemukakan oleh Howard Gardner, seorang pakar psikologi dan professor pendidikan Harvard University. Kesembilan komponen kecerdasan tersebut dinamakan *multiple intelligences*. Adapun komponen dari *multiple intelligences* tersebut adalah kecerdasan *linguistik*, kecerdasan *matematis-logis*, kecerdasan *spasial-visual*, kecerdasan *kinestetik-badani*, kecerdasan *naturalistic*, dan kecerdasan *eksistensial*.<sup>18</sup>

<sup>17</sup> Shoimatul Ula, *Revolusi Belajar Optimalisasi Intelegensi Melalui Pembelajaran Berbasis Intelegensi Majemuk*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2013), hal. 97

<sup>18</sup> Chatib Munif dan Alamsyah Said, *Sekolah Anak-Anak Juara: Berbasis Kecerdasan Jamak dan Pendidikan Berkeadilan*, (Bandung: Kaifa, 2012), hal.79

Kecerdasan intrapersonal berkaitan dengan aspek internal dalam diri seseorang, seperti, perasaan hidup, rentang emosi, kemampuan untuk membedakan emosi-emosi, menandainya, dan menggunakannya untuk memahami dan membimbing tingkah laku sendiri.<sup>19</sup> Individu dengan kecerdasan intrapersonal yang baik: (1) terlihat lebih mandiri, (2) memiliki kemauan yang keras, (3) penuh percaya diri, (4) memiliki tujuan-tujuan tertentu, (5) tidak mengalami masalah ketika dibiarkan “bekerja sendiri karena mereka cenderung memiliki gaya “belajar” tersendiri, (6) suka menyendiri dan merenung.<sup>20</sup>

Individu yang cerdas dalam intrapersonal, walaupun memiliki kemauan kuat tetapi mereka mampu mengubah target ketika target awal gagal. Ia mampu belajar dari kegagalan dan memahami kekuatan serta kelemahan mereka sendiri. Oleh karena itu, ia dapat dengan tepat mengungkapkan perasaannya.<sup>21</sup> Selain itu, ia juga mampu menghargai diri sendiri dan memiliki kemampuan untuk berkreasi dan berhubungan secara dekat.

---

<sup>18</sup> Chatib Munif dan Alamsyah Said, *Sekolah Anak-Anak Juara: Berbasis Kecerdasan Jamak dan Pendidikan Berkeadilan*, (Bandung: Kaifa, 2012), hal.79

<sup>19</sup> Gardner, Howard. 1993. *Multiple Intelligence: The Theory in Practice A Reader*.USA: Basic Book.

<sup>20</sup> Armstrong, Thomas. 2002. *Setiap Anak Cerdas*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

<sup>21</sup> Armstrong, N.A., & James, K.C., 1996, *Pharmaceutical Experimental Design and Interpretation*, Taylor & Francis Publiser, London.

#### 4. Karakteristik Kecerdasan Intrapersonal

Pada umumnya individu yang memiliki kecerdasan intrapersonal tinggi ia cenderung lebih mandiri, tidak mudah bergantung pada orang lain, yakin dengan pendapat diri tentang hal-hal yang kontroversial, memiliki rasa percaya diri yang tinggi serta senang bekerja berdasarkan program sendiri dan dilakukan dengan sendirian.<sup>22</sup>

Beberapa karakteristik individu yang mempunyai kecerdasan intrapersonal diantaranya yakni:

1. Dapat menyadari dan mengerti kondisi emosi, pikiran, perasaan, motivasi dan tujuan diri sendiri.
2. Mampu bekerja secara mandiri.
3. Mampu mengungkapkan dan mengekspresikan pikiran dan perasaannya sendiri.
4. Mampu menyusun dan mencapai visi, misi dan tujuan pribadi.
5. Mampu mengembangkan konsep diri dan sistem nilai yang dianut dalam kehidupan sehari-hari.
6. Memiliki kapasitas memahami hubungan antara diri sendiri dan orang lain.<sup>23</sup>

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki kecerdasan intrapersonal yang tinggi kebanyakan ialah seorang yang cenderung pemikir, ia memikirkan sebab-akibat dari setiap

---

<sup>22</sup> Julia jasmin, *Metode Mengajar Multiple Intelligencess (Terjemahan Purwanto)*, (Bandung: Nusa Cendekia, 2012), hal.27

<sup>23</sup> Kelly Estalita, *Kecerdasan Interpersonal dan Kecerdasan Intrapersonal dengan Sikap Multikultural Pada Mahasiswa Malang*, (Fakultas Psikologi UYP: 2015, Vol. III, No 1) hlm.48

tindakan yang dilakukan, ia memikirkan konsekuensi apa yang ia dapat bila melakukan sesuatu dan juga memikirkan konsekuensi dari tidaknya melakukan sesuatu. Ciri utama yang dimiliki individu yang memiliki kecerdasan yang tinggi ialah penuh percaya diri dan mandiri, disiplin dan sangat berhati-hati dalam memahami emosinya.

#### 5. Komponen Kecerdasan Intrapersonal

Kecerdasan Intrapersonal adalah kemampuan memahami diri sendiri dan bertindak berdasarkan pemahaman tersebut. Komponen inti dari kecerdasan intrapersonal ini meliputi kemampuan memahami kekuatan dan keterbatasan diri serta kecerdasan akan suasana hati, maksud, motivasi, temperamen, dan keinginan serta kemampuan berdisiplin diri, memahami dan menghargai diri. Kemampuan menghargai diri sendiri berarti mengetahui siapa dirinya, apa yang dapat dilakukan, bagaimana reaksi diri terhadap situasi tertentu, dan menyikapinya, serta kemampuan mengarahkan dan mengintrospeksi diri.<sup>24</sup>

Kecerdasan intrapersonal merupakan kecerdasan yang termasuk dalam domain introspektif. Kecerdasan introspeksi ini dapat dicapai melalui proses afektif secara ilmiah. Artinya diperlukan keterlibatan aspek emosional untuk melihat sesuatu lebih dalam dari sekedar memandang, tetapi mampu membuat hubungan emosional antara apa yang sedang dipelajari dengan pengalaman masa lalu. Intrapersonal atau intrapribadi memiliki lima sub bagian, yaitu sebagai berikut:

---

<sup>24</sup> Muhammad Yaumi, Pembelajaran berbasis Multiple Intelligences, (Jakarta: PT Dian Rakyat, 2012), hal.20

1. Kesadaran diri, yaitu kemampuan untuk mengenal dan memilah-milah perasaan, memahami hal yang dirasakan, mengerti alasan mengapa hal tersebut dirasakan, dan mengetahui penyebab munculnya perasaan itu dirasakan, serta pengaruh perilakunya terhadap orang lain.
2. Sikap asertif, yaitu kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan, membela diri dan mempertahankan pendapat. Sikap asertif memiliki tiga komponen dasar, yaitu kemampuan mengungkapkan perasaan, kemampuan mengungkapkan keyakinan dan pemikiran secara terbuka, dan kemampuan untuk mempertahankan hak-hak pribadi.
3. Kemandirian, yaitu kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri sendiri dalam berfikir dan bertindak, serta tidak merasa bergantung pada orang lain secara emosional.
4. Penghargaan diri, yaitu kemampuan untuk mengenali kekuatan dan kelemahan diri serta kemampuan untuk menghormati dan menerima diri sendiri sebagai pribadi yang pada dasarnya baik.
5. Akulturasi diri, yaitu kemampuan mewujudkan potensi dan berjuang untuk memperolehnya. Berjuang mewujudkan potensi yang dimiliki berarti mengembangkan aneka kegiatan yang dapat menyenangkan dan bermakna.<sup>25</sup>

---

<sup>25</sup> Hamzah B. uno, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2010), hal. 77

Dari pemaparan diatas dapat diketahui bahwasanya kecerdasan intrapersonal merupakan suatu kecerdasan dalam diri individu yang berupa kemampuan dalam memahami perasaanya sendiri, memiliki pengetahuan tentang kekuatan dan kelemahan diri, serta mampu menempatkan emosinya demi terlaksananya tujuan hidup. Kecerdasan intrapersonal ini masuk kedalam multiple intelligences (kecerdasan matematis, visual, kinestetik, musik, naturalistik, eksistensial, verbal, intrapersonal, interpersonal). Kecerdasan ini memiliki 5 sub bagian yang sangat penting, diantaranya:

- a. Kemampuan mengenal dan menghargai diri sendiri.
- b. Kemampuan untuk mandiri.
- c. Kemampuan untuk mengendalikan emosi.
- d. Kemampuan bersikap asertif.
- e. Kemampuan mengaktualisasi diri.

Dengan demikian salah satu upaya untuk mengetahui bagaimana kecedasan intrapersonal individu bisa dilihat melalui bagaimana ia memerankan 5 subbagian tersebut.

## **B. *Quarter-Life Crisis***

### **1. Pengertian *Quarter-Life Crisis***

*Quarter life crisis* atau QLC merupakan sebuah kondisi dimana individu mulai mempertanyakan apa tujuan hidupnya, dan mulai berpikir berlebihan atau over thinking terhadap suatu pilihan atau suatu siklus dalam hidupnya. Biasanya, QLC terjadi pada individu yang sedang



menjalani transisi ke masa kedewasaan seperti, mereka yang berusia 20 tahun hingga awal 30-an. Hal ini kerap terjadi karena, pada fase tersebut biasanya individu akan mengalami perubahan siklus kehidupan, dari lingkungan perkuliahan ke lingkungan pekerjaan, atau bahkan ke jenjang pernikahan dan berkeluarga.<sup>26</sup>

## 2. Karakteristik *Quarter Life Crisis*

### a) Merasa kalah

Perasaan kalah, ditambah dengan selalu ingin memiliki tanggung jawab yang lebih merupakan salah satu ciri dari *quarter life crisis*. Pada masa ini individu seringkali merasa belum memperoleh apa yang ia harapkan dalam hidupnya, yang mana hal ini menyebabkan individu merasa tidak percaya akan kemampuan yang dimilikinya.

### b) Merasa terkurung

Usia 20-an adalah peralihan dari remaja akhir menuju dewasa awal. Saat melihat ke diri sendiri, individu merasa bahwa ia memiliki terlalu banyak tanggung jawab di usia yang terlalu muda. Hal inilah yang memicu perasaan individu tersebut merasa masih terlalu muda untuk terlalu banyak beban yang ia tanggung.

### c) Bimbang dengan rencana jangka panjang

Pada usia 20-an individu merasa bahwa sulit untuk meraih cita-citanya. Bahkan, individu bisa merasa bahwa tujuan-tujuan hidupnya merupakan tujuan yang tidak realistis. Selain itu, ia juga mulai ingin

<sup>26</sup> <https://greatdayhr.com/id-id/blog/mengenal-quarter-life-crisis/>

pekerjaannya mempunyai dampak yang baik pada lingkungan, bukan hanya menjadi tempat mencari uang.

d) Kelebihan dan kekurangan semakin nyata

Saat *quarter life crisis*, individu merasa percaya diri akan berbagai kelebihan yang ia punya. Akan tetapi, apabila harus menyelesaikan tugas yang sulit, maka ia akan semakin menyadari berbagai kekurangan yang ia punya.

3. Dimensi *Quarter-Life Crisis*

Terdapat tujuh dimensi dalam *Quarter life crisis*, hal ini dikemukakan oleh Robbins dan Wilner.<sup>27</sup> Dimensi tersebut adalah sebagai berikut:

1. Kebimbangan dalam Pengambilan Keputusan

Masa remaja akhir menuju dewasa awal merupakan masa transisi yang menuntut individu untuk menjadi mandiri, utamanya dalam mengambil keputusan. Semakin banyaknya pilihan dalam hidup semakin memunculkan ketakutan dan kebingungan tersendiri bagi individu dalam memutuskan pilihan mana yang diharapkan untuk masa depannya. Individu lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan, karena masa ini pilihan saat ini merupakan keputusan untuk masa depannya.

---

<sup>27</sup> Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarter life crisis : The unique challenges of life in your twenties*. Penguin Putnam.

## 2. Putus Asa

Kegagalan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan individu menyerah dalam mendapatkan apa yang ia inginkan. Menganggap dirinya tidak mampu bahkan menganggap usaha yang ia lakukan adalah sia-sia karena tidak mendapatkan keberhasilan pada diri. Hal ini merupakan indikasi dari *Quarter life crisis* yang mana individu putus asa akan apa yang telah ia lakukan.

## 3. Penilaian Diri yang Negatif

Kecemasan menjadi dewasa, kegagalan, kesalahan dalam membuat keputusan penting, dan masalah identitas diri membuat individu tertekan karena semua hal tersebut merupakan hal yang tidak diharapkan. Individu mulai menanyakan dirinya dan kemampuannya apakah sanggup untuk melewati tantangan-tantangan tersebut. Individu ragu akan dirinya sendiri dan merasa bahwa hanya dirinya yang mengalami hal sulit tersebut walaupun pada kenyataannya banyak orang pada seusianya juga mengalami hal yang sama dengan dirinya, sehingga individu yang mengalami *quarter life crisis* acapkali membandingkan dirinya dengan orang lain dan memandang dirinya lebih rendah dari yang lain.

## 4. Terjebak dalam Situasi yang Sulit

Lingkungan yang menjadi tempat individu beraktifitas merupakan tempat yang memberikan pengaruh besar pada pikiran dan tindakan yang dijalani. Hal ini tidak jarang membawa individu pada situasi yang

berat untuk memilih satu keputusan tapi juga tidak bisa meninggalkan keputusan yang lain. Situasi demikian ini sebenarnya bisa membuat individu mencari suatu pernyataan mendasar tentang siapa dirinya, apa yang bisa dilakukannya, dan mengapa terjadi situasi seperti ini. Terkadang individu seperti tahu apa yang harus dilakukannya untuk menghadapi kesulitan tersebut namun di sisi lain dirinya tidak tahu bagaimana caranya untuk memulainya.

#### 5. Perasaan Cemas

Semakin bertambahnya usia dan besarnya tuntutan yang ada membuat individu dihantui perasaan khawatir jika semua itu tidak memberikan hasil yang memuaskannya. Individu menuntut dirinya untuk bisa sempurna dalam melakukan sesuatu dan enggan menghadapi kegagalan yang bisa menimpa dirinya. Kekhawatiran ini membuat individu merasa bahwa apa yang dilakukannya selalu membuat tidak nyaman karena cemas akan kegagalan yang ia alami.

#### 6. Tertekan

Masalah yang dihadapi individu semakin terasa berat, belum lagi kecemasan yang individu alami, ketakutan-ketakutan akan berbagai hal membuat kehidupannya semakin terasa berat dan tertekan. kemudian terganggu dan tidak berjalan dengan maksimal. Ada individu yang merasa bahwa masalah selalu hadir dalam hidupnya. Membebaninya dalam banyak hal yang semestinya bisa dilakukan dengan efektif.

Terlebih pandangan masyarakat terhadap mahasiswa dalam tuntutan yang harus mencapai target atau lebih sukses.

#### 7. Khawatir Terhadap Relasi Interpersonal yang Akan dan Sedang Dibangun

Salah satu hal yang sangat dikhawatirkan oleh individu pada masa ini adalah terkait hubungannya dengan lawan jenisnya maupun dengan keluarganya. Apakah bisa individu menyeimbangkan antara hubungannya dengan teman, keluarga, pasangan, dan karirnya.

#### 4. Faktor Yang Mempengaruhi *Quarter-Life Crisis*

*Quarter life crisis* pada individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik muncul dari dalam diri individu (internal) maupun luar diri individu (eksternal).<sup>28</sup> yaitu:

##### a) Faktor Internal

##### 1) *Identity Exploration*

Dimana proses eksplorasi individu menuju kedewasaan dimulai. Individu mencari dan mengeksplorasi identitas dirinya. Selain itu individu juga mulai merenungkan hal-hal yang belum terpikirkan secara serius sebelumnya. Timbul pertanyaan seperti “untuk apa hidup?”, sudah melakukan apa sampai saat ini,” dan lain sebagainya. Melalui pertanyaan-pertanyaan ini proses pencarian identitas mulai membuat individu merasa kebingungan dan kecemasan, sehingga pada akhirnya identitas

<sup>28</sup> Jeffrey Jensen Arnett, *Emerging Adulthood: The Winding Road From The Late Teens Through The Twenties*. New York: Oxford University Press. hlm. 8.

diri akan membangun kesadaran pada pilihan hidupnya. Kondisi yang seperti ini membuat individu rentan akan *Quarter life crisis*.

*a Instability*

Pada tahap *emerging adulthood* individu akan mengalami perubahan yang terus-menerus. Perubahan ini disebabkan oleh berbagai hal, seperti masuk ke dunia kerja, akan menikah, dan telah menyelesaikan sekolah. Perubahan-perubahan tersebut kemudian menuntut individu untuk selalu siap pada berbagai keadaan yang tidak sesuai dengan apa yang direncanakannya.

*b Being Self-Focused*

Individu mulai berusaha untuk menjadi mandiri, mulai belajar membuat keputusannya sendiri dan bertanggung jawab atas pilihannya, sampai juga mulai membangun pondasi untuk masa dewasa. Banyak keputusan sulit yang harus diambil yang nantinya akan berpengaruh untuk masa depannya.

*c The Age of Possibilities*

Individu mengalami berbagai kemungkinan dan kesempatan baik tentang pekerjaan maupun pasangan hidup. Tahap ini dipenuhi dengan harapan yang luar biasa akan masa depannya hingga muncul kekhawatiran tidak tercapainya harapan dan mimpi tersebut.

*d Feeling in between*

Adalah masa individu berada pada keadaan antara dewasa dan remaja, dimana individu harus memenuhi beberapa kriteria untuk menjadi dewasa karena dirinya masih belum dewasa secara penuh. Terkadang individu akan merasa bahwa dirinya bukan lagi remaja, namun di waktu lain dirinya juga merasa belum memenuhi kriteria dewasa, seperti bertanggung jawab penuh atas dirinya sendiri, mampu membuat keputusannya sendiri, juga sudah mandiri secara finansial.

b) Faktor Eksternal

a. Relasi (keluarga, percintaan, teman)

Individu mulai mempertanyakan relasi yang sedang dan akan dibangun. Seperti relasi dengan keluarga, apakah individu mampu hidup mandiri tanpa membebani orang tua sehingga timbul keinginan untuk mandiri. Meskipun disisi lain dirinya belum cukup mampu mandiri secara finansial. Begitupun terhadap relasi dengan lawan jenis juga teman. Yang mana individu mulai merasa khawatir bersama siapa ia akan menikah dan mana teman yang benar-benar mampu dianggap sebagai teman sejati.

b. Pekerjaan dan Karir

Individu mulai memikirkan bahwa bangku sekolah saja tidak mampu membantu dan mempersiapkan individu di dunia kerja. Dunia kerja yang penuh dengan persaingan dan tekanan akan menuntut individu untuk cepat beradaptasi sehingga

menimbulkan stress bahkan depresi. Selain itu muncul kebingungan dalam diri individu yakni antara memilih pekerjaan yang sesuai dengan minat dan potensi dirinya, atau pekerjaan yang hanya sebagai tuntutan kebutuhan.

c. Tantangan Di bidang Akademis

Individu dalam perjalanan akademisnya merasa tidak sesuai dengan bidang yang diminatinya. Karena menurut Nash dan Murray pada tahap *Quarter life crisis* individu akan semakin bertanya tentang hal-hal yang lebih “menantang” sehingga akan muncul keraguan-keraguan tentang akademik yang ditempuh.<sup>29</sup>

Dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *Quarter life crisis* dibagi menjadi dua yaitu faktor internal yang berasal dari dalam individu, yang meliputi *identity exploration, instability, being self-focused, feeling in between, the age of possibilities*. Sedangkan faktor eksternal yang berasal dari luar individu mencakup relasi, kehidupan pekerjaan dan karir, serta tantangan di bidang akademis.

**C. Hubungan Antara Kecerdasan Intrapersonal dan *Quarter Life Crisis***

*Quarter life crisis* ialah fenomena yang dialami oleh individu sebagai respons terhadap munculnya ketidakstabilan, perubahan yang terus menerus, banyaknya pilihan, dan juga rasa tidak berdaya.<sup>30</sup> Ketidakstabilan tersebut yang seringkali menyebabkan individu merasa menjadi bukan dirinya sendiri.

<sup>29</sup> Nash, R.J., & Murray, M.C. (2010). *Helping college students find purpose: The campus guide to meaning-making*. San Francisco, CA: Jossey-Bass

<sup>30</sup> Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife Crisis: The Unique Challenge Of Live in Your Twentie*. Penguin Putnam.



Hal yang paling nyata dirasakan orang yang mengalami *Quarter life crisis* adalah kekhawatiran berlebihan tentang masa depan, bingung dengan kehidupan yang terasa monoton, serta mempertanyakan kembali mengenai keputusan hidup yang sudah diambil.

Individu lahir dengan berbagai bakat dan kemampuan yang ada yang ia miliki, namun kesemua hal tersebut tidak dapat dimanfaatkan secara optimal jika tidak dikembangkan dan asah dengan maksimal dengan belajar dan juga memperoleh berbagai pengalaman dari hidupnya. Oleh karenanya setiap individu memiliki kecerdasan masing-masing. Salah satunya individu dapat memiliki kecerdasan intrapersonal. Menurut Thomas Amstrong kecerdasan intrapersonal merupakan pengetahuan diri dan kemampuan untuk bertindak secara adaptif berdasarkan pengetahuan tersebut. Kecerdasan ini memiliki gambaran yang akurat tentang diri sendiri (kekuatan dan keterbatasan individu) kesadaran terhadap suasana hati dan batin, maksud motivasi, temperamen, dan keinginan serta kemampuan untuk mendisiplinkan diri, pemahaman diri, dan harga diri.<sup>31</sup>

Setiap individu memiliki tingkat kecerdasan intrapersonal dan *Quarter life crisis* yang berbeda-beda tinggi, sedang, atau rendah yang nantinya berpengaruh terhadap pandangan individu atas dirinya sendiri. Individu dengan tingkat kecerdasan intrapersonal tinggi ia lebih mudah dalam membawa dan mengontrol dirinya sendiri. Ia tidak terlalu terpengaruh terhadap stimulus yang berasal dari luar dirinya yang akan berdampak buruk

---

<sup>31</sup> Thomas Amstrong, *Kecerdasan Multipel di dalam Kelas*, (Jakarta: PT Indeks, 2013), hal.7

kepadanya, dan ia akan lebih mudah dalam menerima setiap yang menjadi kekurangannya tanpa adanya rasa minder atau berkecil hati. Dan sebaliknya santri yang tingkat kecerdasan intrapersonalnya rendah ia akan tersibukkan dengan kekurangan yang ada pada dirinya, ia kurang memahami atas dirinya sendiri, tidak tahu apa yang bisa dan tidak bisa dilakukannya dan ia kurang bisa menghargai dirinya sendiri.

