

## **RADHITYA : SEBUAH KISAH *QUARTER LIFE CRISIS* DALAM BALUTAN SANDIWARA RADIO**

**Andre Josua Ch. Sagala<sup>1)</sup>, Kartika Satya Putri<sup>2)</sup>, Renissa Alifa<sup>3)</sup>,**

<sup>1)2)3)</sup>Institut Komunikasi dan Bisnis LSPR Jakarta

E-mail : *andre.jcs@lspr.edu*

### **ABSTRAK**

*Quarter-life crisis* merupakan suatu krisis emosional pada fase *emerging adulthood* atau dewasa muda yang dihadapi oleh individu di rentang usia 18 – 29 Tahun dalam bentuk perasaan cemas, gelisah, khawatir, serta kebingungan akan masa depan, karir, dan hubungan. Sandiwara radio “Radhitya: Sebuah Cerita Kehidupan” mengangkat tema utama mengenai *quarter-life crisis* yang dikemas dalam format podcast bertujuan untuk menginformasikan kepada pendengar mengenai *quarter-life crisis* serta membangun kesadaran pada masyarakat dengan cara bercerita lewat sebuah sandiwara dengan durasi 21 menit yang kemudian akan dibagi menjadi 3 episode berkelanjutan dengan target pendengar dalam pembuatan sandiwara radio ini adalah pria dan wanita usia 18 – 25 Tahun. Teori yang digunakan dalam karya ini adalah paradigma naratif dan komunikasi interpersonal.

**Kata Kunci:** *komunikasi; quarter-life crisis; sandiwara radio.*

### **PENDAHULUAN**

Perkembangan merupakan suatu hal yang harus dilewati manusia di dalam rentang kehidupan. Mulai dari lahir menjadi bayi, tumbuh menjadi anak-anak, lalu remaja, dan kemudian dewasa. Pada tiap lintasan perkembangannya, setiap individu akan dihadapi dengan masalah karakteristik dan peristiwa yang berbeda (Papalia & Martorell, 2020:8). Perkembangan juga merupakan sebuah perubahan di mana terjadinya suatu proses yang tiap individunya mempunyai proses yang berbeda-beda, ada yang cepat, sedang, ataupun lambat. Setiap individu yang melewati perkembangan juga dituntut untuk menyelesaikan tugasnya masing-masing (Sutirna, 2014:56).

Seperti salah satunya dalam tahap perkembangan terdapat masa dewasa atau *adulthood* yang dibagi menjadi tiga yaitu dewasa muda, tengah, dan tua (Prisca Nova, wawancara pra penelitian, 14 Desember, 2020). Pada satu sisi, individu akan merasakan bagaimana menyenangkannya hal tersebut serta fase ini menjadi waktu yang tepat bagi individu untuk memiliki sebuah harapan yang tinggi dan impian yang besar. Namun, di sisi lainnya fase ini akan menjadi masa kecemasan bagi mereka yang tidak tahu ke arah mana eksplorasinya, serta akan dirasakannya sebuah ketidakpastian terhadap masing-masing individu. Fase inilah yang disebut dengan *emerging adulthood* (Arnett, 2014:20). Dalam hal ini, *emerging* juga menjadi sebuah istilah yang tepat untuk mendeskripsikan sebuah kualitas periode eksplorasi, tidak stabil, dan tidak pasti (Arnett, 2014:22-23).

Berbicara mengenai tahapan perkembangan, fase *emerging adulthood* merupakan sebuah fase di mana individu akan dihadapi berbagai krisis yang dinamakan *quarter-life crisis*. Atwood & Scholtz (2008, dalam Agustin, 2012) menjelaskan bahwa

*quarter-life crisis* terjadi pada individu di 20-an tahun yang memiliki sebuah kondisi dalam bentuk krisis emosional, di mana kondisi ini mencakup perasaan tak berdaya, terisolasi, ragu pada kemampuan diri sendiri, dan takutnya akan kegagalan.

Menurut Alexandra Robbins dan Abby Willner (2001) dalam Jurnal Kajian Resiliensi pada Mahasiswa Bandung yang Mengalami *Quarter-life crisis* (Balzarie & Nawangsih, 2019), *quarter-life crisis* merupakan respon terhadap perubahan yang konstan pada individu di rentang usia 18 hingga 29 tahun akibat terlalu banyaknya pilihan-pilihan dalam hidup, rasa panik, dan tidak berdaya sehingga menjadikan kehidupannya mencapai puncak ketidakstabilan.

Sedangkan Robinson (dalam Robinson, 2018:2) mengatakan bahwa *quarter-life crisis* cenderung terjadi kepada individu yang bertujuan untuk keluar dari tahap *emerging adulthood*. Berdasarkan 3 pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *quarter-life crisis* merupakan krisis emosional dalam bentuk perasaan gelisah, takut, panik, dan ketidakstabilan hidup pada individu di rentang 18 – 29 tahun yang sedang beralih dari fase *emerging adulthood*.

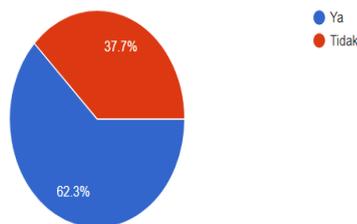
Sebuah survei terhadap 1.023 orang di Inggris menunjukkan bahwa lebih dari 70% orang berusia 30-an mengatakan bahwa mereka mengalami krisis hidup besar di usia 20-an. Dari mereka yang berusia di atas 40, 35% di antaranya juga mengalami krisis seperti itu di usia 20-an (Robinson & Wright, 2013). Hasil survei juga memperlihatkan bahwa beberapa masalah yang paling umum dari *quarter-life crisis* yang dialami wanita dan pria di usia seperempat abad adalah seputar putusannya hubungan, hutang, konflik dengan orang tua, perasaan terjebak dalam pekerjaan yang tidak memuaskan, pengangguran, dan tekanan pekerjaan (Robinson & Wright, 2013). Jika individu melewatinya

dengan baik, maka individu mengalami *quarter-life crisis* dengan waktu yang singkat, begitu juga sebaliknya, jika individu tidak melewatinya dengan baik, maka individu tersebut akan mengalami *quarter-life crisis* dengan rentang waktu yang lama. (Prischa Nova, wawancara pra penelitian, 14 Desember, 2020)

Melalui proses menyebarkan kuisioner sebagai bagian pra-penelitian terhadap individu laki-laki dan perempuan di rentang usia 18 – 25 tahun dengan total 53 responden, diketahui bahwa 62.3% responden merasakan atau pernah mengalami *quarter-life crisis* yang disebabkan oleh masalah finansial, karir, perkuliahan, dan hubungan. 58,5% responden juga mengatakan bahwa dalam kesehariannya, mereka merasakan kecemasan, kegelisahan, serta ketakutan yang berlebihan dengan masalah yang disebabkan oleh masa depan, perkuliahan, karir, serta pernikahan.(Pra riset, 2020)

Apakah anda pernah merasakan atau mengalami Quarter Life Crisis?

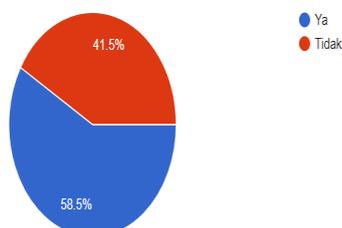
53 responses



Gambar 1. Kuisioner Pra Riset

Dalam keseharian, apakah anda sering merasakan kecemasan, kegelisahan, dan ketakutan yang berlebihan?

53 responses



Gambar 2. Kuisioner Pra Riset

Perasaan cemas, gelisah, serta ketakutan berlebihan yang disebabkan oleh *quarter-life crisis* yang kemudian tidak dilewati dengan baik oleh individu dapat berdampak pada kesehatan mental seseorang, salah satunya depresi dan gangguan

psikologis lainnya (Agustin, 2012). Berdasarkan tinjauan studi Epidemiologi di Amerika Serikat, dalam prevalensi 12 bulan ada lebih dari 40% orang berusia 18 - 29 tahun yang mengalami gangguan kejiwaan. Hal ini lebih tinggi dibandingkan orang dalam rentang usia lain, terutama untuk gangguan kecemasan, gangguan mood, dan penyalahgunaan obat-obatan (Arnett, Žukauskienė & Sugimura, 2014).

Memasuki era digital, mulai banyak masyarakat Indonesia yang beralih dari media tradisional seperti radio, televisi, surat kabar, ke media digital yang memiliki beragam bentuk atau format seperti podcast untuk mendapatkan informasi dan hiburan. Secara rinci, 22,1% responden yang mendengarkan podcast berusia 15 - 19 tahun. Sebanyak 22,2% pendengar podcast lainnya berusia 20 - 24 tahun. Jakpat melakukan survei terhadap 2.368 responden pada 5 Oktober - 11 Desember 2020. Daftar kuesioner disebarkan melalui aplikasi Jakpat. (JakPat, 2021). Salah satu *platform* untuk mendengarkan podcast adalah Spotify. Mengacu dari pra-penelitian yang sudah dilakukan, Spotify menjadi salah satu media teratas yang digunakan para responden untuk mencari informasi dan hiburan. Spotify menduduki posisi pertama sebagai *platform* untuk mendengarkan podcast, dengan jumlah 52,02%. Sedangkan di posisi kedua ada Soundcloud dengan 46,25%, dan diikuti Google Podcast di urutan ketiga dengan 41,25% (Pandamsari, 2020).

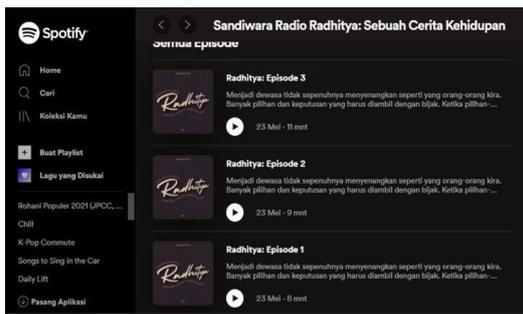
Mengacu kepada data diatas, maka sebuah karya atau konten podcast berjumlah 3 episode berjudul Radhitya : Sebuah Cerita Kehidupan sudah diunggah ke platform spotify, mengangkat cerita dari kehidupan nyata yang dialami dewasa muda di usia 25 tahun yang mengangkat isu kehidupan sehari hari yang kemudian bermuara pada *quarter life crisis*. Melalui konten podcast ini, diharapkan para pendenger bisa memahami apa itu *quarter life crisis* serta bisa menyikapi fase tersebut dengan bijak, tanpa harus menjadi frustrasi, sedih, depresi atau hal hal lain yang mungkin bisa memiliki dampak buruk bagi Kesehatan fisik dan Mental.

## METODE

Metode yang digunakan adalah metode non-skripsi atau pembuatan karya dengan mengedepankan metode *storytelling* untuk dapat meningkatkan *theatre of mind* dari pendengar dan meningkatkan pemahaman seputar *Quarter Life Crisis* dengan pendekatan yang berbeda, penggunaan metode ini menghasilkan 3 karya dengan judul Radhitya : Sebuah Cerita Kehidupan pada platform spotify.

## Gambar 3. Tampilan Karya Radhitya

Adapun pembuatan karya ini juga dihasilkan dari hasil pra penelitian seputar *quarter life crisis* yang



sudah dibuat terlebih dahulu dengan menyasar responden laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 18-25 tahun, yang berada dalam fase *emerging adulthood*. Pembuatan karya ini juga dipicu dari kenaikan pendengar atau pengguna podcast yang memanfaatkan ragam platform podcast untuk mencari informasi dan hiburan. Pada tahun 2006, PEW Research Center (Madden, 2006 dalam Zellatiffanny, 2020) menunjukkan bahwa orang yang mendengarkan podcast hanya sebesar 11%, hingga pada tahun 2019 terdapat peningkatan jumlah pendengar yang signifikan menjadi sebesar 51%, hal ini menunjukkan bahwa masyarakat telah menjadikan podcast sebagai media alternatif dalam mengakses konten audio. Kehadiran podcast ini diharapkan dapat pula melengkapi kekurangan yang terdapat pada radio siaran. (Zellatiffanny, 2020). Karya ini juga dibuat berdasarkan beberapa referensi karya sebelumnya seperti Sandiwara Radio Catatan Bima – Setulus Hati Bening yang diproduksi oleh Komisi Pemberantas Korupsi (KPK), Podcast Pengantar Tidur by Wellness Project, serta Podcast Menjadi Manusia.

Konten podcast ini dibuat dalam kemasan drama sandiwara radio, yang merupakan dalam bahasa Inggris berasal dari kata Yunani "dran" yang berarti "melakukan". Drama merupakan sebuah cerita yang dibawakan atau dilakukan oleh aktor di atas panggung, radio, film, ataupun televisi. Sebuah drama merupakan sebuah cerita yang dibalut dalam sebuah rangkaian peristiwa di mana terdapat satu individu atau lebih yang terlibat. (De Fossard, 2015:134). Drama merupakan representasi dari sebuah cerita atau peristiwa, tempat, seseorang atau efek emosional (Hand, Traynor, 2011:33). Drama memiliki kecenderungan besar untuk menceritakan kepada khalayak mengenai kehidupan sehari-hari yang nyata (Hand, Traynor, 2011:81). Pembuatan karya juga menjadikan teori paradigma naratif yang dikemukakan oleh Walter Fisher sebagai landasan utama. Paradigma naratif menyatakan keyakinan tentang bagaimana manusia adalah seorang pencerita dan bahwa pertimbangan akan nilai, emosi, dan estetika, menjadi dasar keyakinan dan perilaku seseorang. Dengan kata lain, sebuah cerita yang bagus lebih dapat membujuk seseorang dibandingkan dengan sebuah argumen yang baik (Sobur, 2014). Griffin, Ledbetter, and Sparks (2018) memparafrasekan definisi narasi dari Fisher bahwa:

*“Narration is communication rooted in time and space. It covers every aspect of our lives and the lives of others in regard to character, motive, and action. The term also refers to every verbal or nonverbal bid for a person to believe or act in a certain way. Even when a message seems abstract—devoid of imagery—it is narration because it is embedded in the speaker’s ongoing story that has a beginning, middle, and end, and it invites listeners to interpret its meaning and assess its value for their own lives.”*

(Narasi adalah komunikasi yang berakar pada ruang dan waktu. Ini mencakup setiap aspek kehidupan kita dan kehidupan orang lain dalam hal karakter, motif, dan tindakan. Istilah ini juga mengacu pada setiap tawaran verbal atau nonverbal bagi seseorang untuk percaya atau bertindak dengan cara tertentu. Bahkan ketika sebuah pesan tampak abstrak — tanpa citra — itu adalah narasi karena tertanam dalam cerita berkelanjutan pembicara yang memiliki awal, tengah, dan akhir, dan mengundang pendengar untuk menafsirkan maknanya dan menilai nilainya bagi kehidupan mereka sendiri)

Narasi juga menjadi sebuah tindakan simbolik dalam bentuk kata atau perbuatan yang memiliki urutan dan makna bagi individu yang hidup, menciptakan, atau menafsirkannya. (Griffin et al., 2018:299). Metode pembuatan karya juga mengikuti metode pembuatan sebuah program radio, yang mencakup pra produksi, produksi dan pasca produksi (Romli, 2016:51) yang mencakup kepada aktifitas persiapan sampai dengan pendistribusian materi karya pada platform *spotify*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Karya ini dikemas dalam bentuk sandiwara radio dengan total durasi 25 menit secara keseluruhan, kemudian akan dibagi menjadi 3 episode terpisah dengan durasi 7 - 10 menit per episode. Hasil akhir dari produksi sandiwara radio ini akan diunggah ke salah satu *platform* mendengarkan musik yaitu *spotify*.

Pada tiap episode dalam cerita sandiwara radio “Radhitya: Sebuah Cerita Kehidupan” akan diawali dengan sebuah intro yang berupa pengenalan karakter utama yang berusia 27 Tahun. Kemudian untuk dua episode pertama akan diakhiri dengan sebuah closing dari karakter utama yang akan mengajak kembali pendengar untuk mendengarkan episode selanjutnya. Sedangkan untuk episode terakhir akan diakhiri dengan closing berupa iklan layanan masyarakat dari seorang psikolog.

Episode pertama akan menceritakan tentang sebuah awal cerita dari kegelisahan karakter utama bernama Radhitya yang berusia 22 Tahun akan masa depannya. Dilanjutkan oleh episode kedua yang mulai

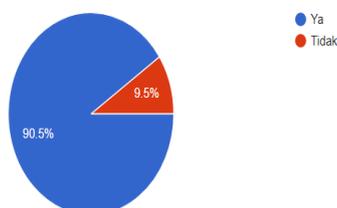
memasuki konflik eksternal dan internal mengenai keresahan dan kegelisahan Radhitya terhadap keseharian dalam hidupnya terutama mengenai pekerjaannya. Kemudian cerita akan berakhir pada episode ketiga yang akan menjadi sebuah resolusi terhadap konflik atau masalah yang dihadapi oleh Radhitya di usia 22 Tahun.

Proses produksi sandiwara radio ini dilaksanakan selama kurang lebih enam bulan, dari bulan desember sampai bulan mei 2021. Sandiwara radio ini dibuat melalui tahapan pra produksi, produksi, dan diakhiri dengan pasca produksi. Pasca produksi juga meliputi proses penyebaran kuisioner penelitian, untuk melihat respon pendengar terhadap karya yang dihasilkan dan lebih lagi terkait dengan topik Quarter Life Crisis yang menjadi bahasan utama dari karya yang dibuat.

Pembuat karya mendapatkan respon dari 21 anak muda di rentang usia 18-25 tahun, dimana hanya 9,5% responden tidak merasakan hal yang sama (*Quarter Life Crisis*) dengan Radhitya sebagai tokoh utama, yang menjadi dasar bahwa pendengar juga melakukan pemeriksaan terhadap diri sendiri dengan situasi yang dialami atau dijalani dalam kehidupan sehari hari.

Apakah setelah mendengar sandiwara radio Radhitya: Sebuah Cerita Kehidupan, anda pernah atau sedang merasakan hal yang sama dengan Radhitya?

21 responses

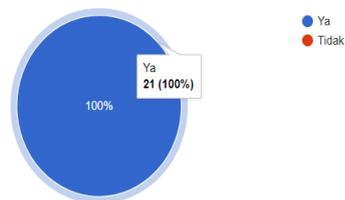


Gambar 4. Evaluasi Karya

21 responden menyatakan bahwa karya yang dibuat dan dibagi dalam 3 episode memberikan gambaran yang baik terkait dengan Quarter Life Crisis yang bisa dirasakan oleh mereka yang ada di usia 18-25 tahun yang rata rata berprofesi sebagai siswa di tingkat SMA/ SMK dan mahasiswa serta para pekerja yang merupakan lulusan muda.

Apakah sandiwara radio Radhitya: Sebuah Cerita Kehidupan memberikan gambaran jelas mengenai quarter-life crisis di usia muda?

21 responses



Gambar 5. Evaluasi Karya

## KESIMPULAN

Dengan dinamika kehidupan yang dijalani oleh masing masing orang, khususnya mereka yang masih dala usia 18-25 tahun, *Quarter Life Crisis* mungkin saja terjadi dan dialami dengan ragam penyebab yang memicu timbulnya perasaan gelisah, cemas dan tidak percaya diri seperti masalah pendidikan di sekolah atau perguruan tinggi, hubungan antara anak dan orang tua, teman sejawat, sahabat, pasangan sampai masalah ekonomi dan sosial lainnya.

Walaupun begitu, *Quarter Life Crisis* merupakan sebuah fase yang hampir pasti dilewati oleh mereka yang ada di usia 18-25 tahun, yang merupakan bentuk dari proses pendewasaan yang harus dijalani dan dilewati. Pertolongan orang orang terdekat dan professional seperti psikolog bisa menjadi solusi untuk mereka yang merasa berat dalam melewati fase *Quarter Life Crisis*. Selain itu, keterbukaan dan mudahnya akses informasi saat ini juga bisa menjadi jawaban dan solusi bagi mereka yang merasakan efek dari *Quarter Life Crisis* yang bila tidak diatasi atau disikapi dengan baik bisa berujung kepada depresi dan gangguan mental lainnya yang akan sangat mempengaruhi kehidupan.

Perkembangan teknologi informasi juga bisa dimanfaatkan untuk memberikan hal hal positif dan informasi berguna tidak terkecuali untuk persoalan persoalan yang memiliki hubungan dengan kesehatan mental seperti *Quarter Life Crisis*. Dengan harapan, tidak hanya sekedar mengejar mimpi untuk menjadi 'content creator' atau 'podcaster' untuk mendulang keuntungan, namun dapat memanfaatkan dan memaksimalkan kehadiran teknologi dan ragam media yang terus berkembang untuk memberikan beragam informasi dan membuka wawasan banyak orang.

'Pendekatan' yang berbeda juga bisa menjadi kunci untuk menarik perhatian khalayak untuk dapat mendengarkan dan mencerna informasi yang kita berikan. Jeli untuk melihat, menentukan dan melakukan riset terhadap audiens juga menjadi kata kunci utama untuk mendapatkan atensi dan menyerap khalayak masuk dalam dimensi informasi yang ingin diberikan, dengan mengenal siapa audiens kita maka kesempatan untuk membuat sebuah karya yang sesuai

dengan kebutuhan audiens semakin terbuka lebar dan kemungkinan informasi yang kita berikan melalui ragam media seperti podcast juga akan dikonsumsi dan memberikan nilai tambah bagi mereka yang menikmati atau mendengarkan konten yang secara spesifik kita persembahkan untuk audiens yang ingin kita tuju.

## REFERENSI

- Agustin, I. (2012). *Terapi Dengan Pendekatan Solution Focused Pada Individu Yang Mengalami Quarter Life Crisis*. Tesis Pasca Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Amarilisya, A. (2020, November 09). *Berdasar laporan Nielsen, pada awal 2020 tercatat bahwa jumlah pendengar podcast tumbuh lebih dari 3,6 juta*. Retrieved from Brilio.net: <https://www.brilio.net/serius/podcast-wadah-berkarya-bagi-generasi-milenial-saat-pandemi-201109y.html#>
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging Adulthood : The Winding Road From The Late Teens Through The Twenties (2nd ed.)*. USA: Oxford University Press.
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: implications for mental health. *Adolescent mental health* 3, 569-576.
- Balzarié, E. N., & Nawangsih, E. (2019). Kajian Resiliensi pada Mahasiswa Bandung yang Mengalami Quarter Life Crisis. *Prosiding Psikologi*, 494-500.
- Bayu, Dimas J. (2021, Februari 22). *Anak Muda Dominasi Jumlah Pendengar Podcast di Indonesia*. Retrieved from Databoks: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/03/10/anak-muda-dominasi-jumlah-pendengar-podcast-di-indonesiapendengar-podcast-di-indonesia-didominasi-anak-muda#:~:text=Hasil%20survei%20Jakarta%20menunjukkan%2C%20jumlah,lainnya%20berusia%2020%2D24%20tahun>
- Braithwaite, D. O., & Schrodtt, P. (2014). *Engaging Theories in Interpersonal Communication Multiple Perspective (2nd ed.)*. London: SAGE Publication.
- DeVito, J. (2012). *The Interpersonal Communication (13th ed.)*. USA: Pearson Education Inc.
- Fadilah, E., Yudhapramesti, P., & Aristi, N. (2017). Podcast sebagai Alternatif Distribusi Konten Audio. *Jurnal Kajian Jurnalisme*, 1(1), 90-104
- Fontichiario, Kristin. (2013). *Speak Out. Creating Podcasts and Other Audio Recordings*. USA: Cherry Lake Publishing
- Gamble, T. K., & Gamble, M. W. (2013). *Interpersonal Communication Book: Building Connection Together*. USA: SAGE Publication.
- Griffin, E., Ledbetter, A., & Sparks, G. (2018). *A First Look at Communication Theory (10th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education.
- Pandamsari, A. P. (2020, March 1). *Podcast, berkembang dan mulai menghasilkan uang*. Retrieved from Lokadata: <https://lokadata.id/artikel/podcast-berkembang-dan-mulai-menghasilkan-uang>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2020). *Experience Human Development (14th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education.
- Robinson, O. C., & Wright, G. R. (2013). The Prevalence, Types and Perceived Outcome of Crisis Episodes in Early Adulthood and Midlife: A Structured Retrospective-Autobiographical Study. *International Journal of Behavioral Development* 37(5), 407- 416.
- Sobur, A. (2014). *Komunikasi Narasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Zellatifanny, Cut .(2020). Tren Diseminasi Konten Audio on Demand melalui Podcast : Sebuah Peluang dan Tantangan di Indonesia. *Jurnal Pekommas*, 5(2), 117-132.

## Podcast

Sandiwara Radio Catatan Bima -Setulus Hati Bening – Kanal KPK Radio (2019)

Podcast Pengantar tidur – Wellness project (2020)

Podcast Surat Untuk Diriku di Masa Depan – Menjadi Manusia (2020)