

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Quarter Life Crisis (QLC) merupakan suatu fase yang dialami oleh manusia ketika menginjak usia remaja, terutama remaja akhir yang berusia 25 – 30 tahun. QLC terjadi akibat ketidakmampuan remaja untuk menangani perasaan khawatir dalam dirinya karena ketidakpastian dalam hidupnya seperti karir, percintaan dan kecemasan akan masa depan. Dalam melalui fase QLC seorang individu akan melakukan komunikasi interpersonal dalam membantunya melalui fase QLC, penentuan lawan bicara tersebut diputuskan berdasarkan teori penetrasi sosial dan akan melalui tahap orientasi, pertukaran penjabakan afektif, pertukaran afektif, dan tahap pertukaran stabil

Bentuk komunikasi yang dilakukan oleh komunikator dan komunikan tersebut tergolong dalam komunikasi psikologi, karena hasil dari komunikasi yang dilakukan memengaruhi tindakan yang akan diambil (teori social kognitif), yang nantinya akan membentuk konsep diri yang positif bagi mereka yang sedang mengalami fase *Quarter Life Crisis (QLC)*. Konsep diri yang positif tersebut terbentuk dan dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya yaitu, pengetahuan, harapan, dan penilaian positif dari individu terhadap permasalahan QLC yang dihadapi.

5.2 Saran

Setelah melakukan penelitian, peneliti memberikan beberap saran yaitu:

1. Kepada mereka yang sedang mengalami QLC, yaitu coba temukan seseorang yang dianggap dapat mengerti dan membantumu ketika melalui QLC, karena sejatinya manusia adalah manusia merupakan makhluk sosial yang akan membutuhkan orang lain, untuk bercerita, berkeluh kesah, dan betukar pendapat.
2. Kepada orang yang dipercaya dalam menghadapi QLC (komunikan), saudara/i merupakan orang yang sudah dipercayai oleh teman/kerabat saudara dalam menghadapi QLC, bantulah mereka (teman/kerabat) sesuai dengan kemampuan saudara sesuai dengan kemampuan saudara sebagai wujud sebuah hubungan yang baik.

