

**KETAKUTAN GENERASI Z DALAM MENGHADAPI
KETIDAKPASTIAN MASA DEPAN DI ERA DISRUPSI
(Studi pada Mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu)**



SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
Dalam Bidang Bimbingan Dan Konseling Islam**

**OLEH:
SUCI SALSABILA
NIM. 2111320033**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI
SUKARNO BENGKULU**

2025

**ETAKUTAN GENERASI Z DALAM MENGHADAPI
KETIDAKPASTIAN MASA DEPAN DI ERA DISRUPSI
(Studi pada Mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu)**



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
Dalam Bidang Bimbingan Dan Konseling Islam

OLEH:

SUCI SALSABILA
NIM. 2111320033

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI
SUKARNO BENGKULU
2025**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU

Jalan Raden Fatah Pagar Dewa Kota Bengkulu 38211
Telepon (0736) 51276-51171-53879 Faksimili (0736) 51171-51172
Website: www.uinfasbengkulu.ac.id

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi atas nama: **Suci Salsabila, NIM: 2111320033** yang berjudul
"Ketakutan Generasi Z dalam Menghadapi Ketidakpastian Masa Depan di Era Disrupsi (Studi pada Mahasiswa Akhir UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu)". Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Skripsi ini telah diperiksa dan diperbaiki sesuai dengan saran pembimbing I dan pembimbing II. Maka skripsi ini telah memenuhi persyaratan ilmiah dan disetujui untuk diajukan dalam sidang munaqasyah Fakultas Ushuluddin, Adab Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Bengkulu, Oktober 2025

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Asniti Karni, M.Pd., Kons

NIP. 197203122000032003


Asti Haryati, M.Pd

NIP. 199108252023212050

Mengetahui

An. Dekan Fuad

Ketua Jurusan Dakwah


Dr. Wira Hadikusuma, M.S.I

NIP. 198601012011011012



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU

Jalan Raden Fatah Pagar Dewa Kota Bengkulu 38211
Telepon (0736) 51276-51171-53879 Faksimili (0736) 51171-51172
Website: www.uinfasbengkulu.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi atas nama Suci Salsabila, NIM: 2111320033 yang berjudul
"Ketakutan Generasi Z dalam Menghadapi Ketidakpastian Masa Depan di Era Disrupsi (Studi pada Mahasiswa Akhir UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu)" telah diujikan dan dipertahankan di depan tim sidang Munaqasyah Jurusan Dakwah, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno (UIN FAS) Bengkulu pada:

Hari : Kamis

Tanggal : 6 November 2025

Dengan ini dinyatakan LULUS, dapat diterima dan disahkan sebagai syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.

Bengkulu,
Dekan

Desember 2025


Dr. Aan Supian, M. Ag
NIP.196906151997031003

Tim Sidang

Ketua

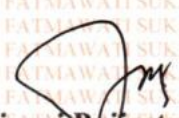
Sekretaris

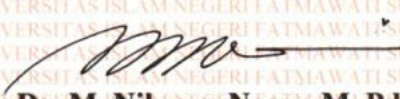

Dr. Asniti Karni, M.Pd., Kons
NIP. 197203122000032003


Asti Haryati, M.Pd
NIP. 199108252023212050

Penguji I

Penguji II


Dr. Triyani Pujiastuti, MA. Si
NIP. 198202102005012003


Dr. M. Nikman Naser, M. Pd
NIP. 199301292023211019

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan ini menyatakan:

1. Skripsi dengan judul “Ketakutan Generasi Z dalam Menghadapi Ketidakpastian Masa Depan di Era Disrupsi (Studi Pada Mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu).” Adalah asli dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar, baik di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, pemikiran dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan yang tidak sah dari pihak lain kecuali arahan dari Tim Pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak dapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau diterbitkan orang lain, selain kutipan yang dirujuk yang disebutkan dalam nama penulis dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar sarjana, serta sanksi lainnya dengan norma dan ketentuan berlaku.

Bengkulu, September 2025

Penulis,



Suci Salsabila

NIM. 2111320033

MOTTO

وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيًّا

“Dan aku belum pernah kecewa dalam berdoa kepada-Mu, ya Tuhanku.”

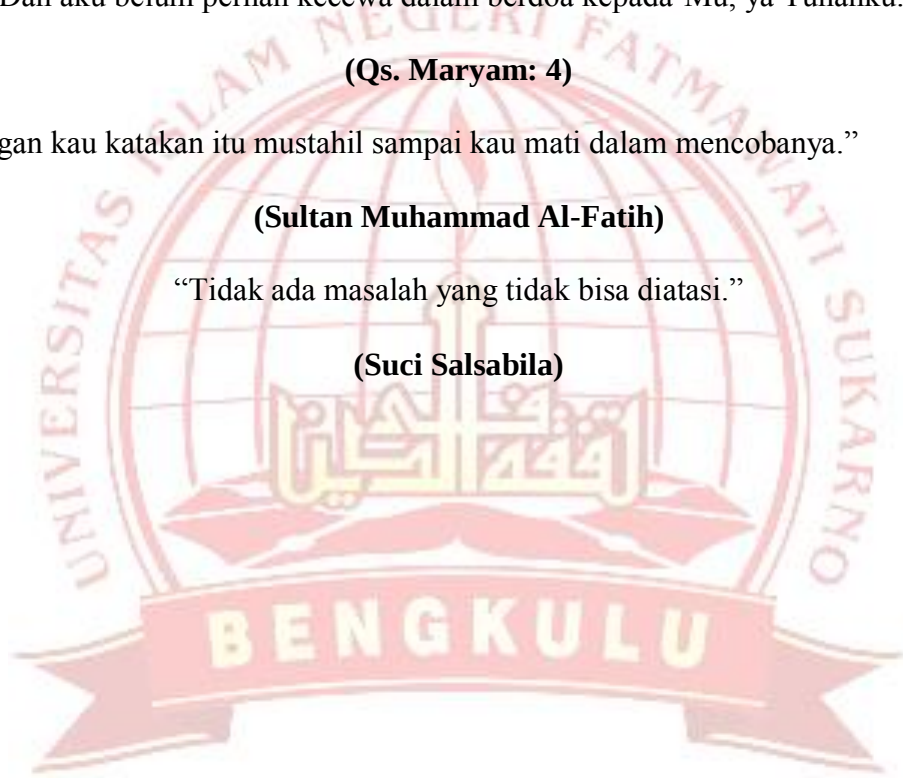
(Qs. Maryam: 4)

“Jangan kau katakan itu mustahil sampai kau mati dalam mencobanya.”

(Sultan Muhammad Al-Fatih)

“Tidak ada masalah yang tidak bisa diatasi.”

(Suci Salsabila)



PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan Penguasa alam semesta, atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya yang tiada henti mengiringi setiap langkah penulis. Shalawat dan salam semoga selalu tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang syafaatnya senantiasa kita nantikan pada hari kemudian. terselesaikannya penulisan skripsi ini tentu tidak terlepas dari dukungan, bantuan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh hormat dan rasa terima kasih yang tulus, penulis menyampaikan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Abahku Fadlil Husaini dan Umiku Efi Mardalena, Ribuan bahkan tak terhingga ucapan terima kasihku atas segala hal baik yang telah kalian hadirkan untukku. Terima kasih banyak telah memberikan banyak cinta, telah mengusahakan semuanya, serta lantunan doa yang tidak pernah putus untukku. Serta permohonan maaf yang sebesar-besarnya atas semua hal yang menyakiti kalian. Atas semua perjuangan itu,

Alhamdulillah dapat terselesaikannya skripsi ini, serta aku persembahkan karya ini untuk kalian berdua. Tolong hidup lebih lama, umi, abah.

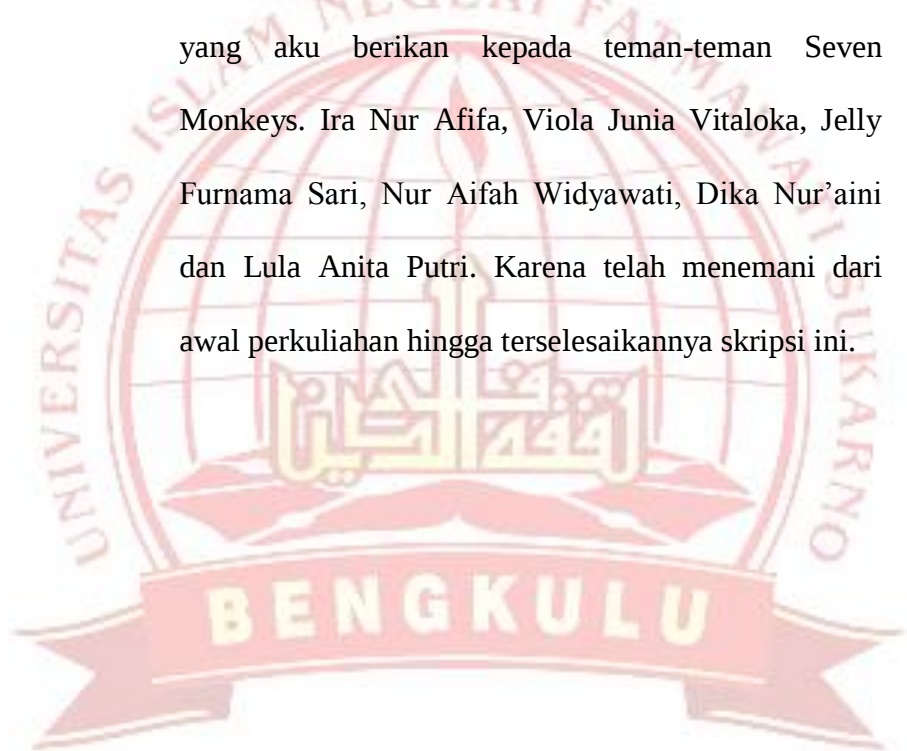
2. Neknangku, Alm H. Abdul Kohar, Terima kasih banyak atas semua hal-hal baik yang telah engkau perkenalkan kepadaku, terima kasih banyak atas pondasi agama dan semua sudut pandang akan dunia yang telah engkau ajarkan kepadaku. Terima kasih banyak karena telah sabar dalam mendidikku, dan tidak akan pernah ada sedikitpun penyesalan dari diriku karena telah menjadi cucumu.
3. Ucapan terima kasih kepada kakek nenekku, Alm H. Abdul Kohar, Almh Hj. Toiya, Alm Isnin, dan Almh Siti Aisyah. Terima kasih banyak karena telah melahirkan orang-orang terhebat sedunia, yaitu Umi dan Abahku.
4. Keluarga besarku, uwak, bibik, paman, para sepupu serta keponakan-keponakanku yang tidak dapat aku sebutkan satu persatu baik dari pihak umi maupun abah. Terima kasih banyak atas segala doa, dukungan,

dan cinta yang telah kalian hadirkan kepadaku. Kehadiran kalian menjadi salah satu alasan untuk terus maju.

5. Karya sederhana ini juga kupersembahkan untuk seluruh guru yang telah mendidik dan membimbingku sejak kecil hingga kini. Terima kasih atas ilmu, kasih sayang, dan keteladanan yang telah menjadi cahaya dalam setiap langkah perjalananku. Semoga Allah membalas semua kebaikan dan keikhlasan kalian dengan pahala yang tidak pernah putus.
6. Dosen pembimbingku, Ibu Dr. Asniti Karni, M.Pd., Kons dan Ibu Asti Haryati, M.Pd. Terima kasih banyak atas semua kesabaran, bimbingan, arahan serta waktu yang telah kalian berikan kepadaku. Kesediaan dan ketulusan dalam membimbingku menjadi kunci yang sangat penting sampai akhirnya karya ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Sahabatku Annisa Febrianti, Ucapan terima kasih yang tulus karena telah menemaniku dari kecil, mendoakan, serta memberikan semangat kepadaku.

Semoga persahabatan ini Allah jaga dan Bertahan sampai selamanya.

8. Teman-teman seperjuanganku yang telah banyak membantu, menemani, memberikan dukungan dan ada dalam keadaan suka maupun duka. Penghargaan besar yang aku berikan kepada teman-teman Seven Monkeys. Ira Nur Afifa, Viola Junia Vitaloka, Jelly Furnama Sari, Nur Aifah Widyawati, Dika Nur'aini dan Lula Anita Putri. Karena telah menemani dari awal perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini.



ABSTRAK

SUCI SALSABILA, NIM:2111320033, Ketakutan Generasi Z dalam Menghadapi Ketidakpastian Masa Depan di Era Disrupsi (Studi Pada Mahasiswa Akhir Bimbingan Konseling Islam UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu).

Penelitian ini fokus pada pemahaman ketakutan Generasi Z dalam menghadapi ketidakpastian masa depan di era disrupsi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi ketakutan tersebut, memahami dampak psikologis yang ditimbulkan, serta mengungkap strategi yang digunakan mahasiswa dalam menghadapinya. Subjek penelitian adalah tujuh mahasiswa akhir Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketakutan Generasi Z dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti tuntutan sosial, ketidakjelasan prospek karier, tekanan finansial, serta kekhawatiran terhadap hubungan dan masa depan pribadi. Dampaknya terlihat pada kesehatan mental berupa kecemasan, dan tekanan psikologis lainnya. Adapun strategi yang digunakan mahasiswa dalam menghadapi ketakutan tersebut meliputi mencari dukungan sosial, mendekatkan diri kepada Allah, serta mengalihkan diri pada aktivitas positif. Kebaruan pada penelitian ini terletak pada fokusnya yang menyoroti pengalaman ketakutan eksistensial mahasiswa Generasi Z di era disrupsi, dengan menekankan integrasi faktor penyebab, dampak, serta strategi *coping* dalam satu kerangka kajian.

Temuan ini memperluas pemahaman bahwa ketakutan tidak hanya menjadi kelemahan, melainkan juga potensi untuk membangun ketahanan diri.

Kata Kunci: *Ketakutan, Generasi Z, Masa Depan, Era Disrupsi.*

ABSTRACT

SUCI SALSABILA, NIM: 2111320033, The Fear of Generation Z in Facing Future Uncertainty in the Disruption Era (A Study on Final Year Students in the Islamic Guidance and Counseling Program at UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu).

This study focuses on understanding the fears experienced by Generation Z in facing the uncertainty of their future in the disruption era. The purpose of this research is to identify the factors that influence these fears, examine the psychological impacts that arise, and reveal the strategies used by students to cope with them. The subjects of this study were seven final-year students of the Islamic Guidance and Counseling Program at UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu. This research employed a qualitative method through observation, interviews, and documentation. The findings indicate that the fears experienced by Generation Z are influenced by several factors, including social expectations, unclear career prospects, financial pressure, as well as concerns related to relationships and personal future stability. The impacts of these fears are reflected in mental health issues such as anxiety, and other psychological pressures. The strategies used by students to cope with these fears seeking social support, include religious approaches, and engaging in positive distracting activities. The novelty of this research lies in its focus on highlighting the existential fears experienced by Generation Z in the disruption era by integrating contributing factors, psychological impacts, and coping strategies into a single analytical framework. These findings broaden the understanding that fear is not merely a weakness but can also be a potential foundation for building resilience.

Keywords: *Fear, Generation Z, Future, Disruption Era.*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Ketakutan Generasi Z Dalam Menghadapi Ketidakpastian Masa Depan di Era Disrupsi (Studi Pada Mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu)”**, Dapat terselesaikan. Shalawat beserta salam kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah memberikan keteladanan bagi seluruh umat, terutama pada bidang penyuluhan. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah.

Semoga skripsi ini bisa memberikan pengetahuan dan wawasan yang lebih luas kepada pembaca agar menjadi sumbangan pemikiran untuk dijadikan rujukan dalam pembuatan karya ilmiah selanjutnya. Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan arahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Zulkarnain, M.Pd, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
2. Dr. Aan Supian, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
3. Dr. Wira Hadikusuma, M.Si, selaku Ketua Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
4. Dilla Astarini, M.Pd., selaku Koordinator Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
5. Dr. Asniti Karni, M.Pd., Kons, Asti Haryati, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama proses pengerjaan skripsi.
6. Seluruh Dosen yang telah memberikan pengajaran yang begitu berdampak pada peneliti untuk masa depan.
7. Seluruh Staf Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu yang telah memberikan pelayanan dengan baik dalam hal administrasi.

8. Orang tua, saudara-saudara, keluarga besar serta teman-teman yang ikut serta dalam mendoakan dan memberi semangat maka skripsi ini dapat terselesaikan.
9. Teman-teman seperjuangan Prodi Bimbingan dan Konseling Islam terkhusus Angkatan 2021 yang sudah membantu serta mendukung dalam mengerjakan skripsi ini, terutama BKI 21 kelas A.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan baik dari segi penulisan, isi, penyajian dan lainnya. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala bentuk saran maupun kritik yang bersifat membangun dari berbagai pihak guna menyempurnakan segala kekurangan dalam skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak.

Bengkulu, September 2025
Penulis

Suci Salsabila
NIM. 2111320033

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PERSETUJUAN..... ii

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI iii

PERNYATAAN KEASLIAN iv

MOTTOv

PERSEMBAHAN..... vi

ABSTRAKx

ABSTRACT xi

KATA PENGANTAR..... xii

DAFTAR ISI.....xv

DAFTAR TABEL..... xviii

BAB I PENDAHULUAN.....1

A. Latar Belakang1

B. Rumusan Masalah10

C. Tujuan Penelitian11

D. Batasan Masalah.....12

E. Manfaat Penelitian12

F. Kajian Terdahulu.....13

G. Sistematika Penelitian18

BAB II LANDASAN TEORI21

A. Ketakutan21

1. Definisi Ketakutan.....21

2. Jenis-Jenis Ketakutan	24
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Munculnya Ketakutan	27
4. Dampak Ketakutan.....	29
5. Strategi Generasi Z dalam Menghadapi Ketakutan	33
B. Generasi Z	38
1. Definisi Generasi Z	38
2. Karakteristik dan Ciri Generasi Z	40
3. Psikologi Sosial Generasi Z	42
4. Perbandingan Generasi Z dengan Generasi Milenial (Y).....	45
C. Ketidakpastian Masa Depan.....	47
1. Definisi Ketidakpastian Masa Depan.....	47
2. Dampak Psikologis Ketidakpastian Masa Depan..	50
D. Era Disrupsi.....	52
1. Definisi Era Disrupsi.....	52
2. Dampak Era Disrupsi	52
BAB III METODE PENELITIAN	57
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	57
B. Tempat Penelitian.....	58
C. Informan Penelitian.....	59
D. Sumber Penelitian	61
E. Teknik Pengumpulan Data.....	62
F. Teknik Keabsahan Data	65
G. Teknik Analisis Data.....	66

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....69

A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....69

B. Deskripsi Informan Penelitian.....77

C. Hasil Temuan Penelitian81

D. Pembahasan Hasil Penelitian134

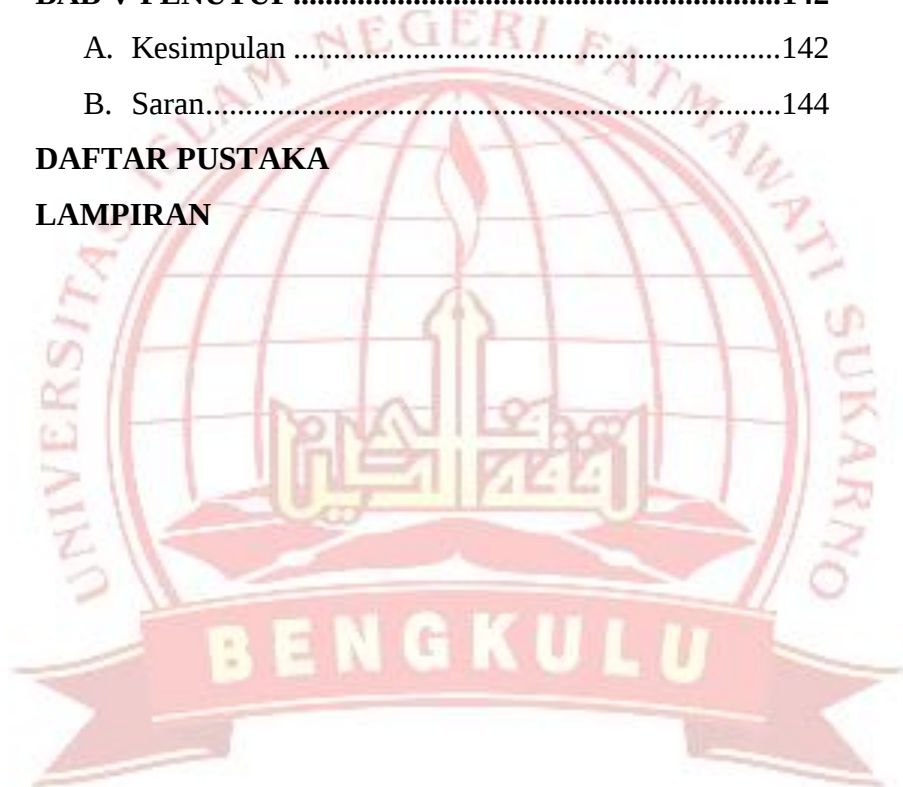
BAB V PENUTUP.....142

A. Kesimpulan142

B. Saran.....144

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Fasilitas Kampus	75
Tabel 4.2 Data Informan.....	80
Tabel 4.3 Hasil Penelitian.....	129

