

***QUARTER LIFE CRISIS* DITINJAU DARI HARAPAN AKAN
MASA DEPAN DAN DUKUNGAN KELUARGA PADA
DEWASA AWAL**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2023**

***QUARTER LIFE CRISIS* DITINJAU DARI HARAPAN AKAN
MASA DEPAN DAN DUKUNGAN KELUARGA PADA
DEWASA AWAL**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2023**

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.

Pada tanggal: 1 Maret 2023

Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Muria Kudus

Dekan



Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Ridwan Budi Pramono, S.Psi., M.A.

2. Latifah Nur Ahyani, S.Psi., M.A.

3. Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si.

HALAMAN PERSETUJUAN

***QUARTER LIFE CRISIS* DITINJAU DARI HARAPAN AKAN MASA
DEPAN DAN DUKUNGAN KELUARGA PADA DEWASA AWAL**


Yang diajukan oleh

LUTFIANA FAHMI

NIM. 2018.60.018

Telah disetujui oleh:

Pembimbing Utama


Ridwan Budi Pramono, S.Psi., M.A.

Tanggal 1 Maret 2023

MOTTO

“Despite of anything. In the end, this too shall pass and we’ll be okay”

(Zulika Citraning)

*“Our works is to be kind, loving and generous, but our work is not to take on
what is not ours to transform”*

(Unknown)

“Pada akhirnya yang memperjuangkanmu adalah dirimu sendiri”

(Lutfiana Fahmi)



PERSEMBAHAN

Dengan segenap kasih, doa dan rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karya sederhana ini saya persembahkan untuk orang-orang terdekat yang selama ini sudah hadir dan memberikan warna serta kasih sayangnya dalam hidup saya.

Terima kasih untuk kedua orang tua, kakak, adik dan keluarga besar, serta sahabat-sahabat saya atas dukungan, doa dan cinta yang sudah kalian berikan.

Semua proses dan perjuangan yang saya capai hingga titik ini, saya persembahkan untuk yang sangat berjasa dalam hidup saya, almamaterku Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.



PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena dengan rahmat dan hidayah yang telah diberikan penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “*Quarter Life Crisis Ditinjau Dari Harapan Akan Masa Depan dan Dukungan Keluarga Pada Dewasa Awal*” untuk memenuhi syarat menyelesaikan program sarjana (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus. Penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam berbagai bentuk untuk menyelesaikan penyusunan skripsi. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
2. Ibu Latifah Nur Ahyani, S.Psi., M.A selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
3. Bapak Ridwan Budi Pramono, S.Psi, M.A selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, bantuan, saran, masukan, semangat, motivasi, serta telah meluangkan banyak waktu kepada penulis.
4. Ibu Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan kepada penulis selama awal hingga akhir perkuliahan.
5. Ibu RR. Dwi Astuti, S.Psi., M.Psi yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membantu penulis melewati masa-masa sulit.
6. Ibu Tinon Citraning Harisuci, S.Psi., M.Psi yang telah memotivasi penulis selama masa perkuliahan.
7. Bapak, ibu, kakak dan adik yang selalu memberikan dukungan material maupun non material, doa, dan kasih sayangnya selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi kepada penulis.
8. Alfi Syahrin dan Amilia Tunisa terima kasih untuk 8 tahun yang luar biasa!
9. Kak Aulia dan Waryanti, terima kasih telah mengizinkan penulis mengadopsi skala penelitiannya.

10. Teman-teman BEM Fakultas Psikologi 2019/2020, Joint Summer Program Bali 2019, KPT Insight 2020/2021, dan Beswan Djarum Kudus 36, terima kasih untuk kenangan, pembelajaran, pengalaman dan inspirasi yang kalian berikan selama kita bersama.
11. Teman-teman responden penelitian dimanapun kalian berada yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
12. Orang-orang tersayang dan yang menyayangi penulis yang tak bisa disebutkan satu per satu.
13. *Last but not least, I want to thank me for all this hard work, for not giving up, for being there for me, and for being me at all the times.*

Semua bantuan yang kalian berikan selama proses pembuatan skripsi ini, penulis ucapkan terima kasih. Semoga kebaikan yang bapak, ibu, saudara, teman dan sahabat berikan mendapat balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari jika penulisan dan penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Kritik dan saran dari pembaca sangat penulis harapkan dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

Kudus, 20 Januari 2023

Penulis

Lutfiana Fahmi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	ii
MOTTO	iii
PERSEMBAHAN.....	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	9
C. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI	
A. <i>Quarter Life Crisis</i>	11
1. Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i>	11
2. Faktor-faktor <i>Quarter Life Crisis</i>	12
3. Aspek-aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	15
B. Harapan.....	18
1. Pengertian Harapan	18
2. Komponen Harapan	19
C. Dukungan Keluarga	20
1. Pengertian Dukungan Keluarga	20
2. Aspek-aspek Dukungan Keluarga.....	20
D. <i>Quarter Life Crisis</i> ditinjau dari harapan dan dukungan keluarga	22
E. Hipotesis	25

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel	27
B. Definisi Operasional Variabel	27
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	29
D. Metode Pengumpulan Data.....	30
E. Validitas dan Realibilitas	32
F. Teknik Analisis Data	36

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan Penelitian	38
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	39
1. Persiapan Alat Pengumpulan Data.....	39
2. Pelaksanaan Penelitian.....	41
C. Perhitungan Validitas dan Realibilitas	41
1. Perhitungan Validitas	42
2. Perhitungan Realibilitas	44
D. Analisis Data.....	44
1. Uji Normalitas.....	45
2. Uji Linieritas	45
3. Uji Hipotesis	46
E. Pembahasan	48

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	53
B. Saran	53

DAFTAR PUSTAKA.....	55
----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	31
Tabel 3. 2	Skala Harapan	32
Tabel 3. 3	Skala Dukungan Keluarga	32
Tabel 4. 1	Sebaran Item Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	40
Tabel 4. 2	Sebaran Item Skala Harapan	40
Tabel 4. 3	Sebaran Item Skala Dukungan Keluarga	41
Tabel 4. 4	Sebaran Item Skala <i>Quarter Life Crisis</i> yang Valid dan Gugur	42
Tabel 4. 5	Sebaran Item Skala Harapan yang Valid dan Gugur	43
Tabel 4. 6	Sebaran Item Skala Dukungan Keluarga yang Valid dan Gugur	44
Tabel 4. 7	Hasil Uji Normalitas	45
Tabel 4. 8	Hasil Uji Linieritas antara Harapan dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	46
Tabel 4. 9	Hasil Uji Linieritas antara Dukungan Keluarga dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	46
Tabel 4. 10	Hasil Uji Hipotesis Mayor	47
Tabel 4. 11	Hasil Analisis Korelasi Harapan dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	47
Tabel 4. 12	Hasil Analisis Korelasi Dukungan Keluarga dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. SKALA PENELITIAN

- A-1 Skala Penelitian *Quarter Life Crisis*
- A-2 Skala Penelitian Harapan
- A-3 Skala Penelitian Dukungan Keluarga

Lampiran B. DATA ANGKA KASAR

- B-1 Data Kasar *Quarter Life Crisis*
- B-2 Data Kasar Harapan
- B-3 Data Kasar Dukungan Keluarga

LAMPIRAN C. HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

- C-1 Hasil Validitas dan Reliabilitas *Quarter Life Crisis*
- C-2 Hasil Validitas dan Reliabilitas Harapan
- C-3 Hasil Validitas dan Reliabilitas Dukungan Keluarga

LAMPIRAN D. DATA PENELITIAN

- D-1 Data Penelitian Fix *Quarter Life Crisis*
- D-2 Data Penelitian Fix Harapan
- D-3 Data Penelitian Fix Dukungan Keluarga
- D-4 Data Analisis Hubungan

LAMPIRAN E. UJI ASUMSI

- E-1 Uji Normalitas
- E-2 Uji Linieritas
- E-3 Uji Analisa Regresi

LAMPIRAN F. KATEGORISASI

- F-1 Kategorisasi Standar Deviasi *Quarter Life Crisis*
- F-2 Kategorisasi Standar Deviasi Harapan
- F-3 Kategorisasi Standar Deviasi Dukungan Keluarga

LAMPIRAN G. PERIZINAN ADOPSI SKALA

- G-1 Perizinan Adopsi Skala *Quarter Life Crisis* dan Harapan
- G-2 Perizinan Adopsi Skala Dukungan Keluarga

LAMPIRAN H. SCREENING JUDUL, FORM A, FORM B

QUARTER LIFE CRISIS IN TERM OF HOPE AND FAMILIY SUPPORT

ABSTRACT

This study aims to determine quarter life crisis in term of hope and family support. The subjects of this study were 81 young adults who are not married yet and aged 20-29 years old in Kudus Regency, Central Java Province. The sampling technique in this study used a purposive sampling technique. The measuring tools used to obtain the data are the quarter life crisis scale, hope scale, and family support scale. The correlation coefficient of the three variables is 0.457 with p of 0.000 ($p < 0.01$), meaning that there is a very significant relationship between hope and family support with quarter life crisis. Thus the major hypothesis in this study is accepted. The results of the correlation coefficient between hope and quarter life crisis r , of -0.457 with a significance of p 0.000 ($p < 0.01$) this means that there is a very significant negative relationship between hope and quarter life crisis in young adult, thus the hypothesis proposed in this study is accepted. While the correlation coefficient between family support and quarter life crisis, r is -0.234 with a significant level of p of 0.018 ($p < 0.05$), this indicates that there is significant negative relationship between family support and quarter life crisis, thus the hypothesis proposed in this study is accepted. The effective contribution of the independent variable to the dependent variable is 20.9%, while the other 79.1% is influenced by other factors, for example, according to Herawati and Hidayat (2020) stating that other factors that affect quarter life crisis include gender, status and occupation.

Keywords: quarter life crisis, hope, family support

***QUARTER LIFE CRISIS* DITINJAU DARI HARAPAN DAN DUKUNGAN KELUARGA**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *quarter life crisis* ditinjau dari harapan dan dukungan keluarga. Subyek penelitian ini adalah 81 dewasa muda dengan status belum menikah dan berusia 20-29 tahun di Kabupaten Kudus. Teknik pengambilan data penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data adalah skala *quarter life crisis*, skala harapan dan skala dukungan keluarga. Diperoleh hasil koefisien korelasi dari ketiga variabel sebesar 0,457 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,01$) ini berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara harapan dan dukungan keluarga dengan *quarter life crisis*. Dengan demikian hipotesis mayor dalam penelitian ini diterima. Hasil koefisien korelasi antara harapan dengan *quarter life crisis* r , sebesar -457 dengan signifikansi $p < 0,01$ ($p < 0,01$) ini berarti ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara harapan dengan *quarter life crisis* pada dewasa muda, dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Sedangkan koefisien korelasi antara dukungan keluarga dengan *quarter life crisis* r , sebesar -234 dengan p sebesar 0,018 ($p < 0,05$), hal ini menyatakan ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan keluarga dengan *quarter life crisis*, dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Sumbangan efektif variabel bebas terhadap variabel terikat sebesar 20,9% sedangkan 79,1% lainnya misalnya menurut Herawati & Hidayat (2020) menyatakan bahwa faktor lain yang mempengaruhi *quarter life crisis* meliputi jenis kelamin, status dan pekerjaan.

Kata kunci: quarter life crisis, harapan, dukungan keluarga