

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN *QUARTER*
LIFE CRISIS PADA MAHASISWA PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

OLEH :

NATASYA RODIAH AZIZI

19.860.0159



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN**

2023

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 12/10/23

Access From (repository.uma.ac.id)12/10/23

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN *QUARTER*
LIFE CRISIS PADA MAHASISWA PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area



Oleh :

NATASYA RODIAH AZIZI

19.860.0159

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

MEDAN

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan *Quarter Life Crisis*
Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area
Nama : Natasya Rodiah Azizi
NPM : 198600159
Fakultas : Psikologi

Disetujui Oleh,
Komisi Pembimbing

Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi
Pembimbing



Jaili Alfita, S.Psi, M.M., M.Psi, Psikolog
Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian,
dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Tanggal Lulus : 27 September 2023

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi - sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:


Nama : Natasya Rodiah Azizi
NPM : 198600159
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**"HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS*
PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA "**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan
Pada Tanggal : 01 Oktober 2023
Yang Menyatakan :


Natasya Rodiah Azizi
198600159

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Natasya Rodiah Azizi lahir di Kecamatan Tanjung Morawa, Provinsi Sumatera Utara pada tanggal 03 Juli 2001. Putri pertama dari Bapak Iyan Yuslan Syahputra dan Ibu Sri Winarsih. Penulis merupakan anak Sulung dari tiga bersaudara dan memiliki adik perempuan bernama Inayah Dwi Ramadhani dan adik laki-laki bernama Rasydan Assafi.

Penulis memulai pendidikan formal di MIS Al-Mukhlisin pada tahun 2007 dan lulus pada tahun 2013. Kemudian ditahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan ke Mts Al-Washliyah dan lulus pada tahun 2016. Setelah itu ditahun yang sama pula, penulis melanjutkan pendidikan ketingkat Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri Lubuk Pakam dan lulus pada tahun 2019. Pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan ke Universitas Medan Area dan terdaftar sebagai mahasiswa S1 UMA dengan Prodi Psikologi. Sampai dengan penulisan skripsi ini, penulis masih terdaftar sebagai salah satu mahasiswa program pendidikan S1 Psikologi Universitas Medan Area.

Berkat Izin dari Allah SWT serta usaha, perjuangan, kesabaran dan dukungan dari orang-orang terdekat menguatkan penulis untuk terus berjuang dan berusaha, Alhamduulillah penulis telah berhasil menyelesaikan tugas akhir skripsi ini mampu memberikan kontribusi yang positif untuk dunia pendidikan.

ABSTRAK

Quarterlife Crisis merupakan bentuk krisis emosional yang terjadi pada individu di usia 20-an tahun mencakup perasaan tak berdaya, terisolasi, ragu akan kemampuan diri sendiri dan takut akan kegagalan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kecerdasan emosi dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan *quarter life crisis*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area sebanyak 341 mahasiswa dan sampel yang didapat dari *screening* tes sebanyak 103 mahasiswa. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penyebaran skala kecerdasan emosi dengan *quarter life crisis* menggunakan skala Likert. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Korelasi Product Moment. Berdasarkan perhitungan analisis r Product Moment dengan nilai koefisien (r_{xy}) = -0,507 dan koefisien (r_2) = 0,257 dengan $p = 0,000 > 0,05$. Hasil ini menunjukkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan *quarter life crisis*. Artinya semakin rendah kecerdasan emosional maka *Quarter Life Crisis* nya semakin tinggi pula. Hasil lain yang diperoleh dari penelitian ini adalah bahwa kecerdasan emosi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area terindikasi rendah dengan nilai rata-rata empirik yang diperoleh yaitu 48,95 sedangkan *quarter life crisis* terindikasi tinggi dengan nilai empirik yang diperoleh 86,08. Hal ini dibuktikan melalui perhitungan koefisien determinan (r^2) = 0,257

Kata Kunci: Kecerdasan Emosi, Mahasiswa, Psikologi, *Quarter Life Crisis*

ABSTRACT

Quarter life Crisis is a form of emotional crisis that occurs in individuals in their 20s, including feelings of helplessness, isolation, doubt about one's own abilities and fear of failure. This research aims to see the relationship between emotional intelligence and quarter life crisis in final year students. The hypothesis proposed is that there is a negative relationship between emotional intelligence and quarter life crisis. The population in this study was 341 Psychology students at Medan Area University and the sample obtained from the screening test was 103 students. The method in this research uses quantitative methods. Distribution of the emotional intelligence scale with quarter life crisis using a Likert scale. The data analysis method used in this research is Product Moment Correlation. Based on the calculation of r Product Moment analysis with coefficient value (r_{xy}) = -0.507 and coefficient (r^2) = 0.257 with $p = 0.000 > 0.05$. These results show that the hypothesis proposed in this research is accepted, namely that there is a negative relationship between emotional intelligence and quarter life crisis. This means that the lower the emotional intelligence, the higher the Quarter Life Crisis. Another result obtained from this research is that the emotional intelligence of students at the Faculty of Psychology, Medan Area University is indicated to be low with the average empirical value obtained being 48.95, while the quarter life crisis is indicated to be high with the empirical value obtained at 86.08. This is proven by calculating the determinant coefficient (r^2) = 0.257

Keywords: *Emotional Intelligence, Psychology, Quarter Lise Crisis ,Student.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian ini ialah *quarter life crisis* dengan judul “Hubungan Kecerdasan Emosi dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area.

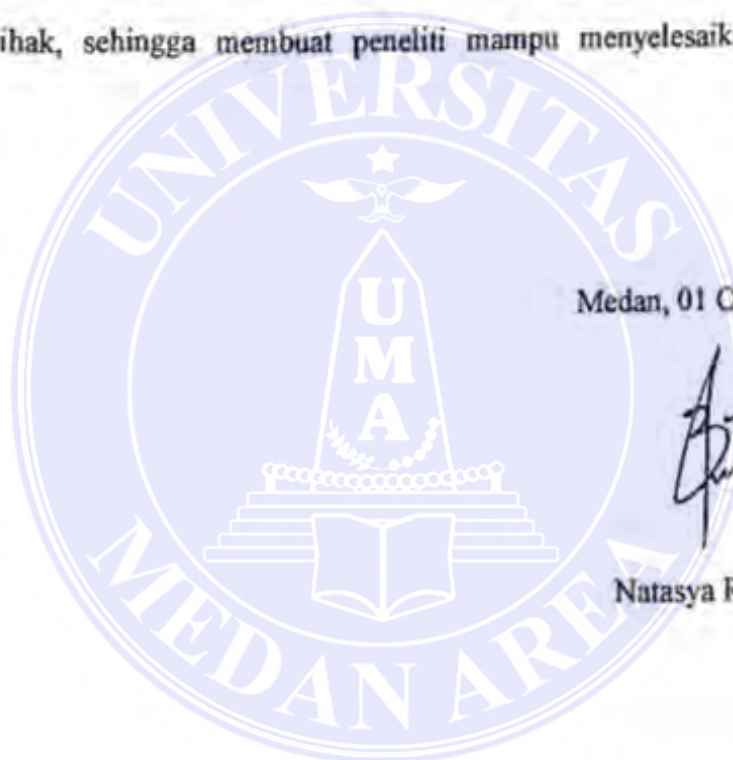
Terima kasih peneliti sampaikan kepada Ibu Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran dan banyak membantu peneliti dalam mengerjakan skripsi. Di samping itu penghargaan peneliti sampaikan kepada Ibu Endang Haryati, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing dalam Seminar peneliti dan terima kasih juga kepada Ibu Dinda Permata Sari Harahap, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Kepala Bidang Psikologi Perkembangan Universitas Medan Area serta selaku sekretaris dalam seminar peneliti dan terima kasih juga kepada Bapak Azhar Azis, S.Psi, MA sebagai ketua penguji dalam sidang meja hijau peneliti.

Ungkapan terima kasih juga saya sampaikan kepada Orang Tua tersayang, Ibu Sri Winarsih dan Ayah Iyan Yuslan Syahputra yang selalu memberi semangat dan mendukung peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini, saya ucapkan terima kasih juga kepada adik-adik tersayang adik Inayah Dwi Ramadhani dan Adik Rasydan Assafi.

Kepada Radha, Sindy, Charly, Lia, Fathia, Mira, Beti, Sidqi, Ika dan Saudara Anhar Sukron Hanif yang sudah banyak membantu peneliti dan menghibur peneliti dalam mengerjakan skripsi ini, serta seluruh keluarga dan semua pihak yang tidak disebutkan namanya, terima kasih atas doa dan dukungannya.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat baik untuk kalangan pendidikan maupun masyarakat. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Dalam menyusun skripsi ini tidak sedikit hambatan dan kesulitan yang penulis alami, namun berkat dukungan, dorongan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga membuat peneliti mampu menyelesaikannya tepat waktu.



Medan, 01 Oktober 2023

Natasya Rodiah Azizi

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1.Latar Belakang Masalah	1
1.2.Rumusan Masalah	7
1.3.Tujuan Penelitian	7
1.4.Hipotesis	7
1.5.Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 <i>Quarter Life Crisis</i>	9
2.1.1 Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i>	9
2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i>	10
2.1.3 Aspek-aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	12
2.1.4 Fase <i>Quarter Life Crisis</i>	14
2.1.5 Gejala <i>Quarter Life Crisis</i>	15
2.1.6 Ciri-Ciri <i>Quarter Life Crisis</i>	17
2.2 Kecerdasan Emosi.....	19
2.2.1 Definisi Kecerdasan Emosi.....	19
2.2.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi	20
2.2.3 Aspek- aspek Kecerdasan Emosi.....	21

2.3 Mahasiswa.....	24
2.4 Hubungan Kecerdasan Emosi dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	27
2.5 Kerangka Konseptual.....	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	31
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian	31
3.1.1 Waktu Penelitian.....	31
3.2 Bahan dan Alat.....	30
3.3 Metodologi Penelitian.....	32
3.3.1 Metode Pengumpulan Data.....	33
3.3.2 Metode Uji Coba Alat Ukur	34
3.3.3 Metode Analisis Data	35
3.4 Populasi dan Sampel.....	36
3.4.1 Populasi	36
3.4.2 Sampel	36
3.5 Prosedur Kerja	37
3.5.1 Persiapan Penelitian.....	37
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian.....	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
4.1 Hasil Analisis Data	40
4.2 Pembahasan	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	54
5.1 Kesimpulan	54
5.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA.....	57
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Pertanyaan	34
Tabel 4.1 Skala Kecerdasan Emosi Setelah Uji Coba.....	40
Tabel 4.2 Skala <i>Quarter Life Crisis</i> Setelah Uji Coba.....	42
Tabel 4.3 Rangkuman Hasil Uji Normalitas	44
Tabel 4.4 Rangkuman Hasil Uji Linearitas.....	45
Tabel 4.5 Rangkuman Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	45
Tabel 4.6 Perbandingan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empirik	48



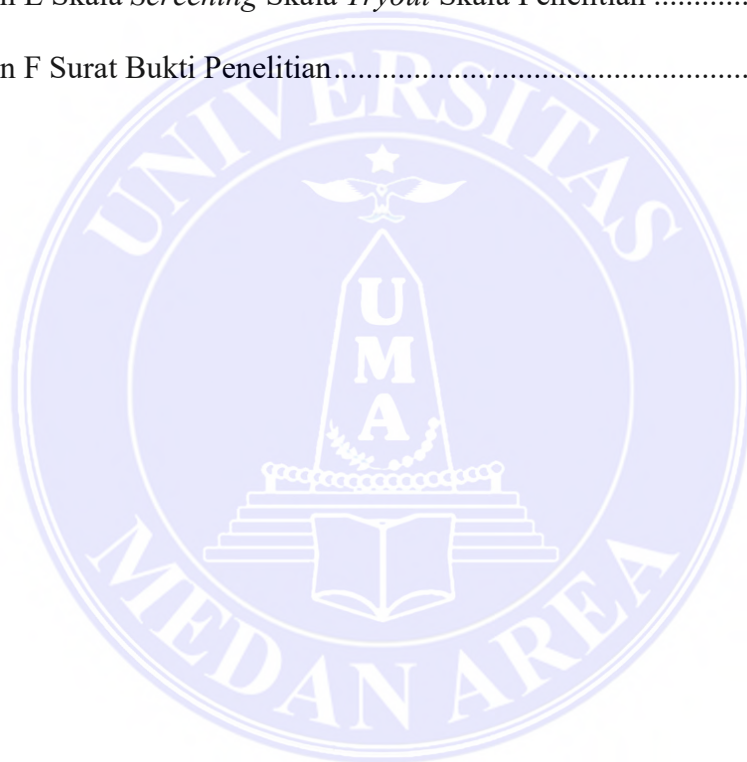
DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Kurva Normal Variabel Kecerdasan Emosi	48
Gambar 4.2 Kurva Normal Variabel <i>Quarter Life Crisis</i>	49



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Data <i>Tryout</i> Data Penelitian.....	61
Lampiran B Validitas Dan Reliabilitas Data <i>Tryout</i> Validitas Dan Reliabilitas Data Penelitian	73
Lampiran C Uji Asumsi (Uji Normalitas Dan Uji Linearitas).....	81
Lampiran D Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	85
Lampiran E Skala <i>Screening</i> Skala <i>Tryout</i> Skala Penelitian	87
Lampiran F Surat Bukti Penelitian.....	99



BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Bagi kebanyakan orang, kedewasaan adalah transisi yang panjang. Baru- baru ini, peralihan dari masa remaja ke masa dewasa disebut sebagai masa dewasa baru, yang terjadi antara usia 18 dan 25 tahun (Santrock 2012). Masa dewasa awal (*emerging adulthood*) merupakan masa ketika seseorang yang telah mampu melepaskan ketergantungan dari orang tua di masa remaja, namun belum memasuki masa menjalankan tanggung jawab yang umum dijumpai pada masa dewasa. Masa peralihan ini sangat penting bagi individu. Hal ini dikarenakan pada masa peralihan orang tersebut mulai mendalami masalah-masalah yang lebih dalam seperti: eksplorasi dalam bidang pendidikan, pekerjaan, hidup mandiri dari orang tua, mengembangkan sistem nilai atau peran sosial, dalam bentuk hubungan lawan jenis. Luasnya area eksplorasi menghadapkan individu pada banyaknya perubahan-perubahan yang mempengaruhi internal seseorang sehingga dapat menyebabkan ketidakstabilan emosi (Arnet,2020; Papalia & Feldman, 2014; dalam Rosalinda & Michael, 2019).

Salah satu masa yang di anggap penting serta menjadi perhatian adalah masa peralihan dari remaja menuju dewasa (Gordon et al., 2013). Pada permulaan tahun masa dewasa awal, individu sering kali menghadapi masalah baru yang menuntut individu tersebut agar dapat bertanggung jawab.

Pada tahap ini, orang dewasa awal belajar bagaimana cara berinteraksi secara lebih mendalam dengan orang lain. Krisis perkembangan pada usia ini karena munculnya konflik antara keintiman atau keakraban vs ketersaingan atau kesendirian (Krismawati, 2018). Biasanya pada masa dewasa awal, banyak orang yang mengalami perubahan fisik dan perilaku psikologis seperti perubahan penampilan, perubahan minat, dan sikap, serta tertekan karena lingkungannya bagi individu. Menjadi dewasa awal salah satu tugas yang harus dijalani yaitu siap menghadapi dunia.

Kondisi ini disebut dengan *Quarter life crisis*. *Quarter life crisis* merupakan istilah baru yang berkaitan dengan tahap perkembangan sosioemosional. Robins dan Wilner mendefinisikan *quarter life crisis* sebagai masa krisis yang di alami oleh individu yang berumur 20 tahunan yang di tandai dengan sebuah respon terhadap ketidakstabilan yang luar biasa, perubahan secara terus menerus, terlalu banyak pilihan dan rasa panik karena tidak berdaya (Duara et al., 2022). Masa *Quarter life crisis* memiliki tantangan kehidupan yang cukup dimana emosi menjadi dan berfikir menjadi suatu yang kompleks. Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Black (2010), penduduk Indonesia yang berusia 20-30 tahun berjumlah sekitar 43 juta orang. Maka dapat disimpulkan sekitar 16% penduduk Indonesia berpotensi mengalami *Quarter life crisis*. Mahasiswa adalah salah satu yang terkena dampak *quarter life crisis* karena mahasiswa sedang dalam proses memasuki usia dewasa yaitu berusia antara 18-25 tahun, pada saat ini mahasiswa harus bertanggung jawab terhadap kehidupan dewasanya dan juga mahasiswa tentu sangat berbeda dengan siswa, sebagai seorang yang menyandang gelar mahasiswa tentu akan di tuntutan untuk lebih mandiri dan bertanggung jawab

baik di lingkungan kampus maupun di luar lingkungan kampus. Ekspektasi dan *stereotype* yang di berikan masyarakat kepada mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir, memperparah dampak yang ditimbulkan saat melalui fase *quarter-life crisis* ini. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Afnan, Fauzia & Tanau (2020) yang dilakukan pada 125 mahasiswa yang mengalami *quarter life crisis* dari total responden didapatkan 9,6% dengan skor tinggi, 88,8% dengan skor sedang dan 1,6 skor rendah.

Stigma masyarakat yang menganggap bahwa mahasiswa ataupun lulusan perguruan tinggi sebagai wakil perubahan, yang mana banyak menuntut untuk bisa membawa perubahan lebih baik terhadap dirinya sendiri maupun masyarakat, mampu bertanggung jawab atas hidup dan keluarganya, serta tuntutan pilihan karier yang harus sepadan dengan pendidikan yang telah mereka tempuh menjadi tantangan besar yang dihadapi setiap mahasiswa ataupun lulus perguruan tinggi.

Menurut Thouless (2000) pada faktor internal yang dianggap berkontribusi terhadap *quarter life crisis* adalah moral, faktor kecerdasan emosi dan efikasi, serta faktor kapasitas intelektual, sedangkan faktor eksternalnya adalah kondisi sosial dan lingkungan, tingkat pendidikan, tradisi budaya serta tuntutan kehidupan sehari-hari. *Quarter life crisis* dapat dialami siapa saja yang memasuki masa *emerging adulthood* yakni pada sekitar usia 18-29 tahun, khususnya mahasiswa tingkat akhir disebabkan oleh berbagai kesulitan seperti mencari judul skripsi, dana terbatas, kecemasan dalam menghadapi pembimbing, revisi yang terus menerus, serta tuntutan menyelesaikan pendidikan dalam waktu tertentu, kekhawatiran karier, serta tuntutan lain setelah lulus. Saat berada di tingkat akhir, mahasiswa juga dihadapkan pada berbagai pilihan antara melanjutkan studi ke

jenjang yang lebih tinggi, mencari pekerjaan, hubungan asmara, serta peran sosial kepada orang lain.

Fenomena tersebut mengindikasikan adanya mahasiswa psikologi di Universitas Medan Area yang sedang merasakan berada di fase *quarter life crisis* ini. Berdasarkan hasil *screening* yang dilakukan pada populasi sejumlah 341 mahasiswa yang telah peneliti lakukan, peneliti menemukan mahasiswa angkatan 2019 yang sudah semester akhir dan sedang mengerjakan tugas akhir yang memiliki kecemasan dan keresahan akan masa depannya. Ini sesuai dengan yang di dapat dari hasil *screening* sejumlah 103 mahasiswa.

Salah satu faktor yang mempengaruhi dari *quarter life crisis* adalah kecerdasan emosi yaitu individu yang tidak memiliki kecerdasan emosi yang tinggi sehingga menyebabkan individu merasa tertekan. Individu dapat melangkah lebih maju untuk membantu mendapatkan perspektif tentang kehidupan terutama saat individu yang mempelajari tentang kemampuannya sendiri, mengembangkan kepercayaan pada dirinya hal ini sama dengan memiliki kecerdasan emosi yang tinggi. (Cahya et al., 2021).

(Baron, 2006) mengemukakan bahwa kecerdasan emosi adalah suatu kemampuan sosial yang mempengaruhi seseorang untuk memahami diri sendiri dan orang lain serta keberhasilan dalam mengatasi tuntutan, tantangan dan tekanan sehari-hari. (Baron 2006) juga mengatakan bahwa dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih optimis, fleksibel, lebih realistis dan mampu mengatasi masalah serta menghadapi tekanan.

Salah satu kemampuan yang dimiliki untuk bertahan dalam adalah kecerdasan emosi. María et al., (2006) menemukan bahwa seseorang dengan kecerdasan

emosional yang tinggi memiliki kapasitas yang lebih kuat untuk mengatasi stres dan situasi yang penuh tantangan. Bahwa kecerdasan emosi yang tinggi akan dapat membantu individu menjaga keharmonisan dalam dirinya, sehingga lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan hidup.

Kecerdasan emosional yang tinggi cenderung juga lebih optimis, fleksibel, lebih realistis, dan mampu mengatasi masalah serta menghadapi tekanan. Kecerdasan seseorang dengan kecerdasan emosional yang baik akan mampu mengelola emosi menjadi suatu kekuatan yang lebih positif. Keterampilan mengatur emosi akan memungkinkan orang menjadi terampil dalam menghilangkan emosi negatif, sehingga dapat menangani masalah dalam hidup dengan baik, dan membantu keluar dari tekanan atau situasi yang tidak menyenangkan (Goleman, 2009). Kecerdasan emosional juga dapat membimbing individu untuk mengelola emosinya sehingga individu dapat memotivasi sehingga individu dapat memotivasi diri sendiri dan membangun hubungan dengan orang lain untuk mencapai kesuksesan yang diinginkan. Individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi akan melihat kesulitan sebagai tantangan yang harus dihadapi, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari, sehingga memungkinkan untuk mengatasi masalah yang dihadapi.

Oleh karena itu, kecerdasan emosional dapat menjadi komponen penting yang harus dimiliki dalam diri mahasiswa untuk merespon keadaan dalam diri individu pada fase *quarter life crisis*. Sehingga memungkinkan mahasiswa menjadi mengenali emosi yang ada di dalam dan di luar lingkungan sekitarnya. Kecerdasan emosional yang tinggi dapat membantu mahasiswa untuk mampu mengarahkan pikiran dan tindakan dalam bertindak menyesuaikan diri dengan

tuntutan-tuntutan yang ada selama *dalam fase quarter life*. Dengan demikian mahasiswa dapat terhindar dari perasaan yang tertekan seperti depresi dan stres selama berada dalam *fase quarter life crisis*.

Penelitian Salovey, Bedell, Detweiler dan Mayer (Magnano et al., 2016) menjelaskan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi mampu beradaptasi dengan situasi tekanan. Selain itu, dapat lebih baik menangani kebutuhan emosional dari keadaan stres dan penuh tekanan, mampu memahami dan mengevaluasi emosi serta memiliki kemampuan mengekspresikan emosi secara efektif. Sejalan dengan penelitian terdahulu yang di lakukan oleh (Urbayatun, n.d.) kecerdasan emosional berkaitan dengan kemampuan individu tersebut untuk beradaptasi dalam situasi sulit. Hal ini karena ketika seseorang dengan kecerdasan emosional yang baik sedang dalam keadaan stres, individu tersebut dapat berfungsi dan dapat menyesuaikan diri dengan keadaan. Kecerdasan emosi yang rendah juga sering dikaitkan beberapa gangguan. (Rusmawati, 2019) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa tingginya kecerdasan emosional individu akan diikuti dengan tingginya kecemasan yang dialami. Hal ini sebagaimana yang di ungkapkan oleh (Mayer, n.d.) bahwa orang yang dengan tinggi akan mampu mengatur emosinya sehingga dapat meminimalisir atau bahkan menghindari perasaan cemas tersebut. Kecerdasan emosional juga berfungsi untuk menurunkan tingkat kecemasan. Selain itu, orang dengan tingkat kecerdasan emosional tinggi juga dapat mengendalikan emosi negatif yang didasarkannya menjadi sesuatu hal yang positif.

Peneliti memahami bahwa masa dewasa awal merupakan masa sulit bagi mahasiswa terutama tekanan dari lingkungan sekitar dan pada diri sendiri yang di

tuntut harus menjadi orang yang mandiri serta bertanggung jawab. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui variabel kecerdasan emosi dapat digunakan untuk memprediksi tingkat *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Dengan menggunakan variabel kecerdasan emosi sebagai prediktor, diharapkan dapat mendorong peneliti lainnya memanfaatkan kecerdasan emosi sebagai sumber daya dalam menghadapi masa *quarter life crisis* dan tantangan lainnya dalam kehidupan mahasiswa tingkat akhir. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut dapat difokuskan pada upaya intervensi untuk mengatasi *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Selain itu, penelitian pada topik ini juga diharapkan dapat menjadi pendorong untuk merancang kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan kecerdasan emosi mahasiswa tingkat akhir sebagai salah satu cara untuk mengatasi *quarter life crisis*.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas adapun rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan kecerdasan emosi dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Medan Area?

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosi dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Medan Area.

1.4. Hipotesis

Berdasarkan landasan teori, maka hipotesis yang akan dikemukakan oleh peneliti yaitu terdapat “hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan *quarter life crisis*”. Dengan asumsi semakin tinggi *Quarter Life Crisis* maka semakin rendah kecerdasan emosi begitu juga sebaliknya semakin rendah *quarter life*

crisis maka semakin tinggi kecerdasan emosinya.

1.5. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini mampu bermanfaat bagi segi teoritis maupun segi praktis, sehingga dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini. Terdapat dua manfaat dalam penelitian ini yaitu manfaat teori dan manfaat praktis:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu dalam bidang Psikologi, khususnya bidang Psikologi Perkembangan yang terkait dengan kecerdasan emosi dengan *quarter-life crisis* yang di alami pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Medan Area. Selain itu, penelitian ini diharapkan nantinya dapat menambah bahan kepustakaan dan dapat dijadikan bahan acuan bagi peneliti selanjutnya pada masa- masa yang akan datang.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan khasana informasi bagi universitas Medan Area. Dan bagi dosen dapat memberikan masukan mengenai adanya hubungan kecerdasan emosi dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa. Masukan tersebut diharapkan menjadi acuan dalam melakukan bimbingan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Quarter Life Crisis*

2.1.1 Pengertian *Quarter Life Crisis*

Penyebutan kata *quarter life crisis* pertama kali dikemukakan oleh Robbins dan Wilner (2001) pada buku yang berjudul "*Quarter life crisis : The unique challenges of life in your twenties*". Robbins dan Wilner menjelaskan bahwa *quarter life crisis* ini terjadi akibat tidak adanya prediktabilitas yang mendorong individu pada fase dewasa awal untuk melakukan hal-hal yang tidak terduga, sehingga menjadi fase yang berat karena berasal dari perubahan besar dalam kehidupan.

Quarter life crisis adalah istilah dari krisis seperempat abad kehidupan berupa krisis emosional yang menyebabkan masalah psikososial yang terjadi pada fase transisi remaja ke dewasa atau *emerging adulthood* (Robbins & Wilner, n.d.). *Quarter life crisis* atau krisis seperempat abad kehidupan terjadi sebagai efek ataupun respon terhadap ketidakstabilan atas perubahan yang konstan, pilihan hidup yang banyak dan beragam yang menyebabkan individu tersebut rentan akan kecemasan.

Quarter life crisis merupakan respon individu ketika mencapai titik balik kehidupan yakni ketika berada pada fase transisi remaja menuju dewasa. *Quarter life crisis* terjadi pertengahan usia 20-an, ketika individu merasa tidak mencapai kepuasan dan kedamaian batin yang diharapkan. Perasaan ini dapat mulai dari

fase remaja akhir, saat individu mulai memasuki usia akhir tahun sekolah dan merencanakan kehidupan untuk memasuki “dunia nyata” terlepas dari apakah individu berada di sekolah menengah atau perguruan tinggi. Setelah menyelesaikan pendidikan dan dinyatakan lulus, beberapa individu akan mengalami kecemasan dan hal tersebut dapat memicu kepanikan terkait dengan masa depan. Sebagian individu mengalami *quarter life crisis* pada akhir usia dua atau awal tiga puluhan, di mana usia tersebut dipengaruhi oleh tuntutan masyarakat terhadap individu dewasa (Robbins & Wilner, n.d.)

Berdasarkan uraian diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa *quarter life crisis* adalah merupakan krisis emosional yang muncul ketika individu memasuki masa peralihan dari remaja menuju dewasa atau masa perkuliahan menuju dunia kerja atau dunia nyata yang disertai dengan munculnya rasa keputusasaan, kebingungan dan kecemasan karena ketidakpastian tentang masa depan yang terjadi sekitar rentang usia 20-30 tahun.

2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi *Quarter Life Crisis*

Menurut Thoules (2000) dan (Arnett, 2007) ada beberapa faktor *quarter life crisis* yang di kategorikan menjadi dua yaitu :

1. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu, adapun faktor tersebut meliputi pengalaman pribadi, moral, kasih sayang, kemampuan intelektual serta kecerdasan emosi.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu. Adapun faktor tersebut meliputi lingkungan sosial, kebutuhan sehari-hari, pendidikan serta budaya.

Menurut (Atwood & Scholtz, 2008) ada beberapa faktor yang mempengaruhi timbulnya *quarter life crisis* yaitu :

a. Faktor lingkungan

Seseorang yang sering mendapat pertanyaan yang menurutnya merupakan suatu hal sensitif seperti kapan lulus kuliah? Kapan menikah? Dsb., kondisi tersebut akan membuat seseorang tertekan dan berpikir lebih berat untuk mewujudkan harapan sosial.

b. Faktor internal

Konflik yang biasanya ada di dalam diri yaitu mengenai harapan atau ekspektasi yang tidak sesuai dengan realita.

c. Faktor Media Sosial

Adanya media sosial biasanya menjadi ajang untuk memamerkan kehidupan serta pencapaian-pencapaian, media sosial bisa membuat seseorang menjadi membandingkan kehidupan dirinya dengan pencapaian orang lain sehingga menimbulkan kecemasan dan kekhawatiran dengan yang terjadi di masa depan terhadap dirinya.

3. Faktor perubahan zaman

Seiring dengan perkembangan zaman menjadi salah satu pemicu *quarter life crisis*, individu yang mengalami *quarter life crisis* ingin terlihat fashionable, belanja barang bermerek agar terkesan sukses oleh orang lain.

4. Faktor sosial budaya

Tuntutan-tuntutan dan harapan sosial yang menekan terhadap dirinya terus menimbulkan perasaan frustrasi, kecemasan dan kekhawatiran.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti dapat menyimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* meliputi faktor internal dan eksternal. Adapun faktor internal meliputi dalam diri, pengalaman pribadi, kemampuan intelektual dan emosi.

Adapun faktor eksternal meliputi lingkungan, sosial budaya dan media sosial yang dapat bisa membuat seseorang menjadi membandingkan kehidupannya dengan pencapaian orang lain sehingga menimbulkan kecemasan dan kekhawatiran dengan yang terjadi di masa depan terhadap dirinya.

2.1.3 Aspek-aspek *Quarter Life Crisis*

Menurut Willner (2001) terdapat beberapa aspek *quarter life crisis* yaitu :

1. Kebimbangan dalam pengambilan keputusan

Banyaknya pilihan-pilihan yang dialami individu dewasa akan memunculkan harapan-harapan baru yang mengenai masa depan, sehingga menimbulkan kekhawatiran dan ketakutan dalam mengambil suatu keputusan, apalagi individu belum memiliki banyak pengalaman yang dimana takut mengalami kesalahan dalam pengambilan keputusan yang mungkin dapat berdampak jangka pendek maupun jangka panjang.

2. Khawatir terhadap hubungan interpersonal

Di Indonesia, yang memasuki dewasa diuntut untuk menjalin *quarter life crisis* akan merasa tertekan saat menghadapi masalah, perasaan tersebut akan mengakibatkan aktivitas individu terganggu dan tidak berjalan dengan maksimal, karena masalah yang di hadapinya selalu datang dan membebaninya.

3. Rasa cemas

Dalam fase perkembangan terdapat harapan-harapan yang ingin di penuhi namun merasa sulit untuk mewujudkan dan menghadapi kegagalan, individu ingin melakukan sesuatu dengan sebaik mungkin sehingga hal tersebut menimbulkan perasaan cemas dan tertekan karena hal tersebut mungkin saja tidak dialaminya.

4. Perasaan tertekan

Individu merasa semakin hari permasalahan yang dialaminya semakin berat sehingga ia merasa tertekan. Perasaan tersebut akan mengganggu individu untuk menjalani aktivitas sehari-hari.

5. Penilaian diri yang negatif

Dengan adanya penilaian negatif terhadap dirinya individu akan selalu merasa ragu terhadap kemampuan dirinya dalam melewati banyak hal dan individu akan merasa bahwa hanya dirinya saja yang mengalami kesulitan dan cenderung melihat dirinya lebih rendah di banding orang lain.

6. Perasaan terjebak dalam situasi sulit

Lingkungan dapat memberikan stimulus terhadap pola pikir dan tingkah laku individu, sehingga dapat membawa individu dalam kondisi atau situasi yang sulit terutama dalam setiap pengambilan keputusan dan membuat individu merasa kebingungan.

7. Perasaan putus asa

Perasaan putus asa dapat diakibatkan oleh ke tidak puasan atas usaha yang telah dilakukan serta kegagalan yang dialaminya, tidak tercapainya harapan dan impian serta menganggap semua yang dilakukannya sia-sia. Perasaan ini akan terus terjadi ketika individu mulai membandingkan dirinya dengan orang lain yang lebih sukses.

Berdasarkan uraian di atas mengenai aspek-aspek *quarter life crisis* yang sudah dipaparkan maka peneliti dapat menyimpulkan bahwasanya ada beberapa aspek-aspek *quarter life crisis* yaitu kebimbangan dalam pengambilan keputusan, perasaan cemas tentang masa depan, perasaan tertekan terhadap masalah yang dihadapi, perasaan putus asa, penilaian diri yang negatif seperti *insecure* dengan orang lain, mengkhawatirkan hubungan dengan orang lain dan perasaan putus asa.

2.1.4 Fase *Quarter Life Crisis*

Menurut Robbins (2001) terdapat lima fase yang dilalui oleh individu dalam *quarter life crisis* adapun fase lain antara lain :

1. Fase pertama adanya perasaan terjebak dengan berbagai macam pilihan serta merasa tidak mampu memutuskan apa yang harus dijalani dalam hidup.
2. Fase kedua, adanya dorongan yang kuat untuk menyelesaikan permasalahan
3. Fase ketiga, mulai melakukan tindakan-tindakan yang sifatnya sangat krusial, misalnya dari pekerjaan atau memutuskan suatu hubungan lalu mencoba hal-hal baru atau pengalaman baru
4. Fase keempat, membangun fondasi kehidupan baru yang memiliki arah dan tujuan kehidupannya

5. Fase kelima, membangun kehidupan baru yang lebih fokus terhadap hal-hal yang menjadi minat dan sesuai dengan nilai-nilai yang dianut oleh individu

Berdasarkan uraian di atas aspek dari *quarter life crisis* peneliti dapat menyimpulkan bahwasanya fase *quarter life crisis*, yaitu fase pertama individu akan merasa kesulitan atas konflik yang muncul pada dirinya. Fase kedua munculnya dorongan dalam diri untuk mengubah kondisi. Fase ketiga mulai membangun hidup yang baru. Fase keempat membangun fondasi dan mulai berkomitmen terhadap pilihan hidupnya, dan fase terakhir yaitu fase kelima membangun kehidupan baru yang membuat dirinya lebih fokus terhadap hal-hal yang akan dijalaninya.

2.1.5 Gejala *Quarter Life Crisis*

Menurut (Karpika & Segel, 2021) terdapat enam gejala yang dialami oleh individu dalam *quarter life crisis* adapun gejala-gejala tersebut antara lain :

1. Perilaku impulsif

Meskipun tidak selalu, impulsivitas kadang terlihat pada seseorang yang mengalami *quarter life crisis*. Misalnya, ketika seseorang menyadari bahwa ia sebenarnya membenci pekerjaannya saat ini, ia mungkin akan langsung berhenti tanpa melakukan hal yang lain yang disukainya, misalnya *travelling*.

2. Merasa terjebak dan membutuhkan perubahan

Seseorang yang mengalami *quarter life crisis* merasa bahwa ia berada pada situasi yang membuatnya sulit berkonsentrasi atau menemukan kesenangan. Ketika merasa hidup dengan autopilot seperti ini, ia mulai mendambakan dorongan

adrenalin yang membuatnya merasa gelisah dan terdesak untuk melakukan suatu perubahan, walaupun ia tidak tahu dengan pasti perubahan seperti apa yang dibutuhkannya.

3. Sulit mengambil keputusan

Dalam masa ini, tekanan untuk mengambil keputusan sering kali menjadi jauh lebih sulit. Seseorang mungkin mengeksplorasi banyak pilihan yang berbeda dan melakukan analisis yang berlebihan atas pro dan kontra dari berbagai pilihan. Sampai titik dimana sangat sulit untuk bergerak maju. Individu merasakan ketakutan yang berlebihan ketika dihadapkan dengan pilihan.

4. Merasa kesepian

Selama masa *quarter life crisis*, *self talk* yang negatif dapat memperburuk keadaan dan malah meyakinkan diri sendiri untuk menarik diri dari oranglain. *Self talk* negatif yang meyakinkan diri bahwa orang lain tidak menyukai dirinya, atau perasaan bahwa ialah satu-satunya orang yang masih berjuang, sedangkan semua orang telah mencapai kehidupan masing-masing mungkin membuat seseorang menjadi lebih sensitif dan mudah marah di depan orang lain. Akibatnya, tindakan ini mendorong dirinya dan semakin merasa kesepian.

5. Cemas dan depresi

Selama masa *quarter life crisis ini*, seluruh dunia terasa gelap dan tidak menyenangkan. Akan muncul perasaan cemas tentang garis waktu dan rencana kehidupannya di masa depan, serta pertanyaan apakah hal yang ia lakukan sudah benar dan cukup. Selain itu, perasaan putus asa dan kekurangan motivasi atau minat pada hal-hal yang pernah di minati dapat mengarahkepada gejala depresi.

6. *Insecure*

Salah satu gejala yang sering dialami pada masa *quarter life crisis* ini merupakan kecenderungan untuk membandingkan hidup dengan orang lain dan merasa bahwa kehidupan mereka lebih baik. Cenderung khawatir akan tertinggal dari teman-temannya yang sudah berhasil mencapai impiannya. Timbul perasaan bahwa apa yang ia miliki saat ini tidak cukup baik, misalnya dalam hal karier, pendapatan, penampilan, hingga hubungan romantis.

Berdasarkan uraian di atas gejala dari *quarter life crisis* peneliti dapat menyimpulkan bahwasanya gejala *quarter life crisis*, yaitu yang pertama perilaku impulsif, yang kedua merasa terjebak dan membutuhkan perubahan, yang ketiga sulit mengambil keputusan, yang keempat merasa kesepian, yang kelima cemas dan depresi dan yang terakhir *insecure*.

2.1.6 Ciri-Ciri *Quarter Life Crisis*

Dalam penelitian (Karpika & Segel, 2021) terdapat ciri-ciri individu yang mengalami *quarter life crisis*, sebagai berikut :

1. Khawatir dengan keadaan di masa depan. Pada usia 20-30 tahun, individu mulai melakukan berbagai cara agar masa depan mereka lebih baik.
2. Sering mempertanyakan tentang hidupnya. Seperti bertanya apakah hidup yang dijalani saat ini sudah tepat atau belum, yang kemudian menyebabkan individu tersebut merasa bimbang akan kehidupannya.

3. Khawatir dengan keadaan di masa depan. Pada usia 20-30 tahun, individu mulai melakukan berbagai cara agar masa depan mereka lebih baik.
4. Sering mempertanyakan tentang hidupnya. Seperti bertanya apakah hidup yang dijalani saat ini sudah tepat atau belum, yang kemudian menyebabkan individu tersebut merasa bimbang akan kehidupannya.
5. Berbeda pendapat dengan orang tua. Individu pasti memiliki tujuan sendiri, hal inilah yang kemudian memicu perbedaan pendapat antara individu & orang tua yang pada justru membuat individu bingung harus menuruti kemauan orang tua atau tujuan individu itu sendiri.
6. Sering kali merasa gagal serta kurang motivasi, karena kurangnya motivasi dalam diri yang kuat individu sering merasa gagal.
7. Merasa tertinggal dengan teman-temannya, individu mungkin berpikir mengapa teman-temannya sudah terlihat sukses sedangkan individu masih berkuat dengan kehidupannya yang mungkin tertinggal jauh.

Berdasarkan uraian di atas ciri-ciri dari *quarter life crisis* peneliti dapat menyimpulkan bahwasanya ciri-ciri *quarter life crisis* yang pertama, Khawatir dengan keadaan dimasa depan, yang kedua sering mempertanyakan tentang kehidupannya, yang ketiga berbeda pendapat dengan orang tua, yang keempat sering kali merasa gagal dan kurangnya motivasi dan yang kelima merasa tertinggal dengan teman-temannya.

2.2 Kecerdasan Emosi

2.2.1 Definisi Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi merupakan suatu kemampuan seseorang yang didalamnya terdiri dari berbagai kemampuan untuk dapat memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan *impulsive needs*, mampu mengatur *reactive needs*, menjaga agar bebas stress tidak melumpuhkan kemampuan berfikir dan kemampuan untuk berempati kepada orang lain, serta adanya prinsip berusaha sambil berdoa. Kecerdasan emosional merupakan sisi lain dari kecerdasan kognitif yang berperan dalam aktivitas manusia yang meliputi kesadaran diri dan kendali dorongan hati, ketekunan, semangat dan motivasi diri serta empati dan kecakapan sosial. Kecerdasan emosional ditunjukkan kepada upaya mengenali, memahami, dan mewujudkan emosi dalam porsi yang tepat dan upaya untuk mengelola emosi agar terkendali dan dapat memanfaatkan untuk memecahkan masalah kehidupan terutama yang terkait dengan antara hubungan dengan manusia (Goleman, 2009).

Dapat disimpulkan melalui uraian di atas bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan menuntut diri untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain dan untuk menanggapinya dengan tepat, menerapkan energi emosi, dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari, serta merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain(empati), dan kemampuan membina hubungan kerjasama dengan orang lain.

2.2.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi menurut Goleman (2009) ada dua faktor antara lain:

1. Faktor Internal

Faktor internal adalah apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan segi psikologis. Segi jasmani adalah faktor fisik dan kesehatan individu, apabila fisik dan kesehatan seseorang dapat terganggu dapat dimungkinkan mempengaruhi proses kecerdasan emosinya. Segi psikologis mencakup didalamnya pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi (Goleman, 2009).

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal menurut (Goleman 2009) adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosi berlangsung. Faktor eksternal meliputi :

1. Stimulus itu sendiri, kejenuhan stimulus merupakan faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi tanpa disortir.
2. Lingkungan atau situasi khususnya yang melatarbelakangi proses kecerdasan emosi. Objek lingkungan yang melatarbelakangi merupakan kebetulan yang sangat sulit dipisahkan.

Menurut Agustian (2007), faktor-faktor yang berpengaruh dalam peningkatan kecerdasan emosi, yaitu:

- a. Faktor Psikologis, Faktor psikologis merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu. Faktor internal ini akan membantu individu dalam mengelola, mengontrol, mengendalikan dan mengkoordinasikan keadaan emosi agar termanifestasi dalam perilaku secara efektif.
- b. Faktor Pelatihan Emosi, Kegiatan yang dilakukan secara berulang akan menjadi kebiasaan yang menghasilkan pengalaman. Reaksi emosional apabila diulang-ulang pun akan berkembang menjadi suatu kebiasaan. Pengendalian diri tidak muncul begitu saja tanpa dilatih.
- c. Faktor Pendidikan, Pendidikan dapat menjadi salah satu sarana belajar individu untuk mengembangkan kecerdasan emosi. Individu mulai dikenalkan dengan berbagai bentuk emosi dan bagaimana mengelolanya melalui pendidikan. Pendidikan tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga di lingkungan keluarga dan masyarakat.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi yaitu: faktor internal meliputi segi jasmani dan segi psikologis, dan faktor eksternal yaitu stimulus itu sendiri, lingkungan atau situasi yang melatarbelakangi proses kecerdasan emosional serta ada faktor psikologis, faktor pelatihan emosi dan Pendidikan.

2.2.3 Aspek- aspek Kecerdasan Emosi

Goleman (2015) menggambarkan kecerdasan emosi dalam 5 aspek kecerdasan Emosional menurut yaitu :

- 1) Kesadaran diri, kemampuan seseorang untuk mengetahui perasaan dalam dirinya dan efeknya serta menggunakannya untuk membuat keputusan bagi diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis, atau kemampuan diri dan mempunyai kepercayaan diri yang kuat lalu mengaitkannya dengan sumber penyebabnya.
- 2) *Self management* (manajemen diri), kemampuan menangani emosinya sendiri, mengekspresikan serta mengendalikan emosi, memiliki kepekaan terhadap kata hati, untuk digunakan dalam hubungan dan tindakan sehari-hari.
- 3) Motivasi, kemampuan menggunakan hasrat untuk setiap saat membangkitkan semangat dan tenaga untuk mencapai keadaan yang lebih baik serta mampu mengambil inisiatif dan bertindak secara efektif, mampu bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.
- 4) Empati (*social awareness*), kemampuan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif orang lain, dan dengan orang menimbulkan hubungan saling percaya serta menyelesaikan diri dengan berbagai tipe individu.
- 5) Membina hubungan merupakan kemampuan mengenai emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain.

Adapun terdapat 5 (lima) Aspek yang akan digunakan mengukur kecerdasan Emosional menurut Salovey dan Mayer (dalam Setyowati dkk, 2010) yaitu:

1. Mengenali emosi diri, kemampuan untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu dan kemampuan mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi.
2. Mengelola emosi, kemampuan untuk menguasai perasaannya sendiri agar perasaan tersebut dapat diungkapkan dengan tepat.
3. Memotivasi diri sendiri, kemampuan untuk menggerakkan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif .
4. Mengenali emosi orang lain (empati), Empati bukan hanya untuk mengetahui pikirannya saja melainkan juga perasaan orang lain.
5. Membina hubungan, kemampuan seseorang untuk membentuk hubungan, membina kedekatan hubungan, sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain.

Menurut Goleman (dalam Cahya dkk, 2021) aspek-aspek yang harus dimiliki oleh individu yang memiliki kecerdasan emosi (emotional intelligence) tinggi, meliputi : kemampuan individu untuk mengendalikan diri, memiliki daya tahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, motivasi diri, mampu mengatur suasana hati, kemampuan berempati dan mampu membina hubungan yang baik dengan orang lain.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat 5 aspek kecerdasan emosi yaitu: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

2.2.4 Ciri-ciri Kecerdasan Emosi Tinggi dan Rendah

Goleman (2009) dan (dalam juita dkk, 2019) mengemukakan karakteristik

individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi dan rendah sebagai berikut:

- a. Kecerdasan emosi yang tinggi yaitu mampu mengendalikan perasaan marah, tidak agresif dan memiliki kesabaran, memikirkan akibat sebelum bertindak, berusaha dan mempunyai daya tahan untuk mencapai tujuan hidupnya, menyadari perasaan diri sendiri dan orang lain, dapat berempati pada orang lain, dapat mengendalikan *mood* atau perasaan negatif, memiliki konsep diri yang positif, mudah menjalin persahabatan dengan orang lain, mahir dalam berkomunikasi, dan dapat menyelesaikan konflik sosial dengan cara damai.
- b. Kecerdasan emosi yang rendah yaitu bertindak mengikuti perasaan tanpa memikirkan akibatnya, pemarah, bertindak agresif dan tidak sabar, memiliki tujuan hidup dan bercita-cita tidak jelas, mudah putus asa, kurang peka terhadap perasaan sendiri dan orang lain, tidak dapat mengendalikan perasaan dan *mood* negatif, mudah terpengaruh oleh perasaan negatif, memiliki konsep diri yang negatif, tidak menjalin persahabatan yang baik dengan orang lain, tidak mampu berkomunikasi dengan baik, dan menyelesaikan konflik sosial dengan kekerasan.

2.3 Mahasiswa

2.3.1 Definisi Mahasiswa

Mahasiswa pada umumnya adalah individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, baik di universitas, institut maupun akademi. Menurut Siswono, mahasiswa dapat diartikan sebagai individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta, atau lembaga lain yang setingkat dengan universitas. Mahasiswa dianggap memiliki tingkat intelektual yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam

bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang memiliki kecenderungan melekat pada mahasiswa yang merupakan prinsip yang saling melengkapi. Hal ini tercermin dalam setiap kegiatan kuliah maupun kegiatan mahasiswa, khususnya belajar dan juga aktif di berbagai instansi (Zainuri,2021). Terdaftar sebagai mahasiswa pada suatu perguruan tinggi hanyalah syarat administratif untuk menjadi sarjana, namun menjadi mahasiswa mengandung makna yang lebih luas dari sub kata sarjana. Sedangkan mahasiswa sama-sama terbagi menjadi dua suku kata, yaitu maha yang artinya ter dan siswa yang artinya terpelajar maksudnya bahwa seorang mahasiswa tidak hanyalah mempelajari bidang yang digelutinya saja tetapi juga mengaplikasikan serta mampu menginovasi dan berkreaitivitas tinggi dalam bidang tersebut (Kurniawan, 2021).

Berdasarkan pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa adalah individu yang sedang menuntut ilmu di Perguruan Tinggi baik negeri maupun swasta. Namun sebagai mahasiswa tidak hanya mempelajari bidang yang di gelutinya saja tetapi juga mampu menginovasi dan berkreasi tinggi pada bidang tersebut karna itu mahasiswa tidak hanya belajar tetapi aktif juga di berbagai organisasi kampus.

2.3.2 Karakteristik Mahasiswa

Mahasiswa mempunyai karakteristik secara umum yaitu stabilitas dalam kepribadian yang mulai meningkat karena berkurangnya gejolak-gejolak yang ada dalam perasaan. Mahasiswa cenderung memantapkan dan berpikir dengan matang terhadap sesuatu yang akan diraihinya, sehingga mahasiswa memiliki pandangan yang realistis tentang diri sendiri dan lingkungannya. Selain itu, untuk saling

bertukar pikiran dan memberikan dukungan biasanya para mahasiswa akan cenderung lebih dekat dengan teman sebayanya, karena dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa berada jauh dari keluarganya. Karakteristik mahasiswa yang paling menonjol adalah mandiri dan memiliki prakiraan di masa depan, baik dalam hal karier mampu hubungan percintaan(Widyasturi, 2012).

2.3.3 Peran dan Fungsi Mahasiswa

Dalam artikel Kompasiana yang ditulis oleh Ramadhan (2015) terdapat lima peran dan fungsi mahasiswa, yaitu:

1. Mahasiswa sebagai *Iron Stock*

Sebagai mahasiswa diharapkan menjadi manusia yang memiliki kemampuan dan akhlak yang mulia, disini mahasiswa berperan sebagai pengganti generasi-generasi sebelumnya dan sebagai cikal bakal atau cadangan untuk masa depan yang akan memajukan bangsa.

2. Mahasiswa sebagai *Agent Of Change*

Sesuai dengan artinya yaitu agen perubahan, sebagai mahasiswa juga berperan sebagai agen perubahan untuk masyarakat. Dalam gelar para mahasiswa sebagai agen perubahan, mahasiswa harus bersungguh-sungguh dalam menuntut ilmu agar bisa mengaplikasikan gelar yang telah diberikan oleh masyarakat.

3. Mahasiswa sebagai *Guardian Of Value*

Sebagai *guardian of value* merupakan penjaga nilai-nilai, mahasiswa berperan untuk menjaga nilai-nilai kebaikan yang dapat membawa negara lebih maju. Mahasiswa telah dipercaya sebagai kalangan muda yang mampu menjaga dan mencari nilai-nilai kebaikan yang lebih baik lagi.

4. Mahasiswa sebagai *moral force*

Mahasiswa sebaiknya berperan sebagai kekuatan moral yaitu harus memiliki acuan dasar dalam berpikiran seperti menjaga perilaku, perkataan, perbuatan, cara bersikap dan lainnya sebagainya yang berhubungan dengan moral.

5. Mahasiswa sebagai *social control*

Mahasiswa harus berperan sebagai pengontrol kehidupan sosial yaitu dengan menjadi jembat antara masyarakat dengan pemerintah dengan menyampaikan aspirasi yang dikeluarkan oleh masyarakat kepada pemerintah. Mahasiswa juga sebagai gerakan yang mengkritisi kebutuhan politik ketika ada kebijakan yang diberikan oleh pemerintah yang tidak baik atau tidak bijak bagi masyarakat. Biasanya cara mahasiswa menyampaikan aspirasi dengan cara berdemonstrasi atau lewat media masa.

2.4 Hubungan Kecerdasan Emosi dengan *Quarter Life Crisis*

Quarter life crisis dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu kecerdasan emosi yang rendah. Individu yang memiliki kecerdasan emosi yang baik akan dapat merespon stimulus dengan tepat dan dapat mengontrol pikiranyadengan baik serta dapat bertindak rasional. Individu tersebut akan mampu berpikir secara objektif, memiliki empati dan toleransi yang baik terhadap berbagai hal. María et al., (2006) menemukan bahwa seseorang dengan kecerdasan emosional yang tinggi memiliki kapasitas yang lebih kuat untuk mengatasi stres dan situasi yang penuh tantangan. Bahwa kecerdasan emosi yang tinggi akan adapat membantu individu menjaga keharmonisan dalam dirinya, sehingga lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan hidup. Tingkat

kedewasaan individu yang matang secara emosi akan mencari cara tercepat untuk mencari jalan keluar dari masalahnya dan berusaha untuk segera menyelesaikan tanpa menunda. Individu yang memiliki kecerdasan yang tinggi, ketika ia mengalami *quarter life crisis* di prediksi akan mengalami *quarter life crisis* yang rendah. Sebaliknya apabila individu memiliki kecerdasan emosi yang rendah ia akan kecenderungan mengalami *quarter life crisis*.

Penelitian yang dilakukan oleh Afanan, Fauzia & Tanau (2020) yang dilakukan pada 125 mahasiswa yang mengalami *quarter life crisis* dari total responden didapatkan 9,6% dengan skor tinggi, 88,8% dengan skor sedang dan 1,6% dengan skor rendah. Penelitian ini juga menerangkan hasil bahwa respon emosional yang muncul selama fase *quarter life crisis* yang terjadi pada individu ialah rasa cemas, bimbang, frustrasi, gelisah pada mahasiswa. Respon emosional yang terjadi jika berlangsung dalam rentang waktu yang akan menyebabkan konsekuensi negatif terhadap kehidupannya seperti stres dan depresi. Karena banyaknya pilihan yang disajikan dan perubahan-perubahan dalam hidup pada fase *quarter life crisis* serta tuntutan dari dalam diri, keluarga, serta sosialnya yang dinilai individu sebagai suatu kondisi yang mengancam atau membayangkan yang dapat menyebabkan individu merasakan depresi dan stres (Cahya et al., 2021) Salah satu faktor yang menunjang kemampuan adaptasi yang baik untuk menghindari individu dari fase *quarter life crisis* adalah kecerdasan emosi. Kaitannya dengan kecerdasan emosi karena pada fase *quarter life crisis* individu mengalami krisis emosional yang akhirnya individu merasakan hal negatif pada dirinya seperti depresi dan stres. Individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi cenderung mampu untuk mengelola emosional yang baik, sedangkan

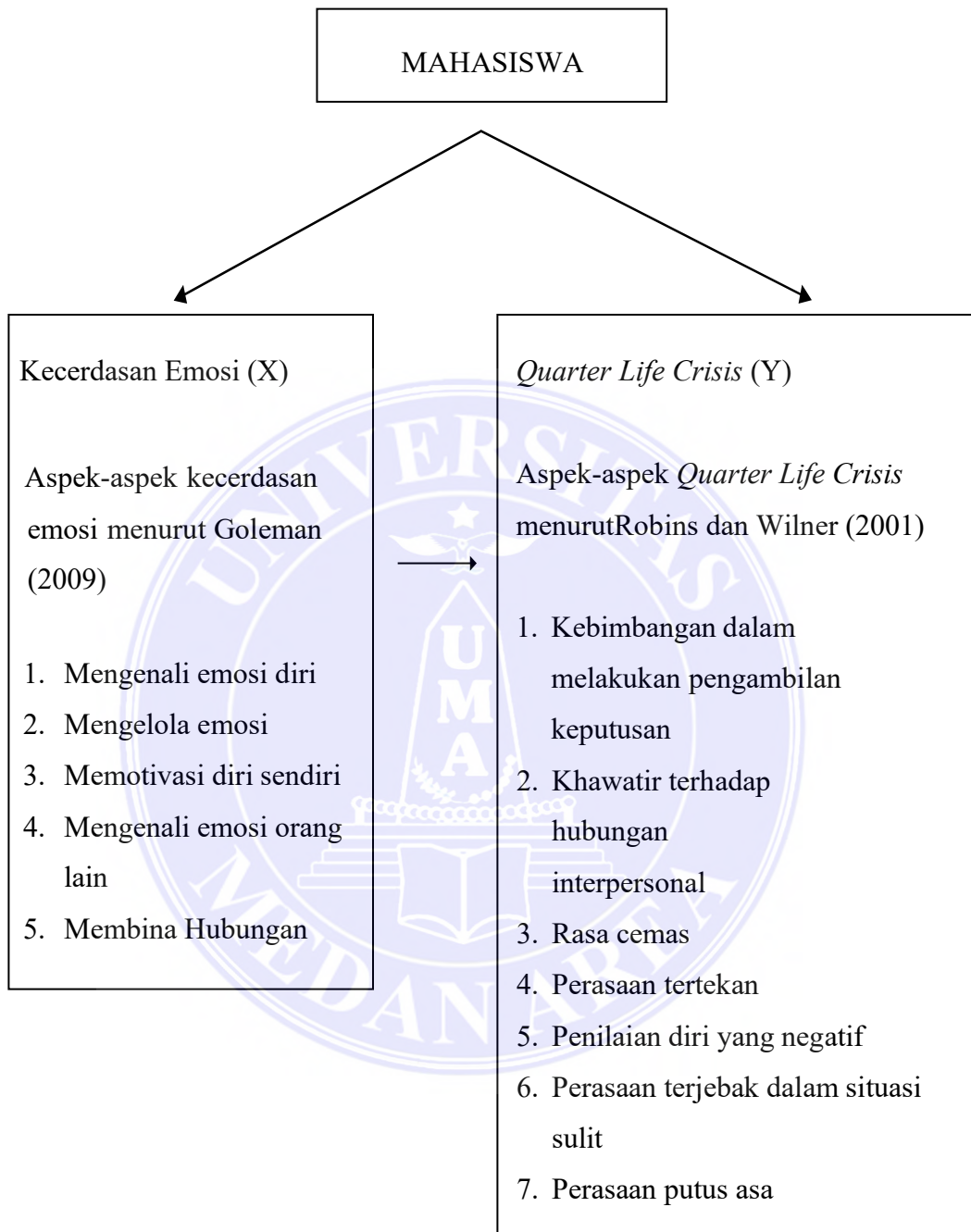
individu yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah cenderung dapat menyebabkan individu merasakan depresi (dalam Cahya dkk,2021).

Berdasarkan penelitian Cahya dkk (2021) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosi pada dewasa awal yang berada dalam fase *quarter life crisis*, Adapun sumbangan efektif kecerdasan emosional terhadap masa dewasa awal yang berada dalam fase *quarterlife crisis* sebesar 41,34% . Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Issom & April (dalam Cahya dkk, 2021) yang menyatakan terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara kecerdasan emosi sebesar -0,599.

Selanjutnya ada penelitian Marita & Hening (2008) menyatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh negatif terhadap stres kuliah pada mahasiswa, artinya jika kecerdasan emosional semakin meningkat mengakibatkan stres kuliah semakin menurun, begitu pula sebaliknya jika pada kecerdasan emosional semakin menurun maka stres kuliah akan semakin meningkat. Lalu, penelitian (Naranjo et al., 2016) menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dengan stres pada mahasiswa dengan hasil nilai korelasi sebesar -0,596.

Didukung oleh penelitian yang dilakukan (Forushani & Besharat, 2011) mengatakan bahwa individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi mampu menangani tuntutan lingkungan dengan lebih baik daripada individu dengan kecerdasan emosional yang lebih rendah. Karena individu dengan kecerdasan emosional yang lebih tinggi akan lebih menyadari emosinya dan mampu mengatur emosinya, sehingga hal-hal negatif seperti stres dan depresi yang dirasakan dapat berkurang dan meningkatkan kesejahteraan yang lebih baik.

2.5 Kerangka Konseptual



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

3.1.1 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 19 juni 2023 sampai dengan tanggal 29 Juni 2023, pada mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area. Mahasiswa yang ikut penelitian ini adalah mahasiswa yang sudah mengisi kuisisioner pada *screening* peneliti.

3.1.2 Tempat penelitian

Tempat penelitian ini dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Universitas Medan Area adalah perguruan tinggi swasta di kota Medan, Provinsi Sumatra Utara, Indonesia. Didirikan oleh Haji Agus Salim Siregar pada tahun 183. Rektor semenjak Februari 2018 adalah Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng., M.Sc, dan untuk Fakultas Psikologi memiliki Dekan yang bernama Prof. Hasanuddin Ph.D dan ada tiga wakil dekan yaitu wakil Dekan satu yang bernama Laili Alfita, S.Psi., MM., M.Psi, wakil Dekan dua bernama Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi, dan wakil Dekan tiga bernama Khairuddin, S.Psi., M.Psi.

Fakultas Psikologi Universitas Medan Area memiliki visi dan misi, yaitu :
Visi : Pada tahun 2035 menjadi Universitas yang unggul bidang akademik, ilmu pengetahuan dan teknologi dalam menghasilkan lulusan inovatif, profesional, dan berkepribadian.

Adapun misi dari Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yaitu:

- a. Menyelenggarakan pendidikan berbasis teknologi dan informasi dengan menerapkan pengetahuan terkini, keterampilan dan nilai-nilai kepribadian
- b. Mengembangkan, menciptakan dan/atau menyebarluaskan ilmu pengetahuan dan teknologi yang bermanfaat berdasarkan penelitian dan pengkajian pada tingkat Nasional dan Internasional.
- c. Mengembangkan keterampilan berwirausaha yang profesional
- d. Melaksanakan kerjasama dan pengabdian kepada masyarakat.

3.2 Bahan dan Alat

Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan kuisioner yang berupa skala dari variabel kecerdasan emosi dan variabel *quarter life crisis* yang digunakan sebagai alat pengumpulan data yang disebar kepada para responden. Dan alat yang digunakan pada penelitian ini berupa selembar kertas yang berisi skala dan sebuah pulpen.

3.3 Metodologi Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Metode penelitian penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono,2019). Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tipe penelitian kuantitatif korelasional. (Creswell & Creswell, 2018) mengemukakan bahwa tipe penelitian korelasional merupakan tipe penelitian

yang digunakan untuk mendeskripsikan dan mengukur tingkat hubungan (asosiasi) antara dua variabel atau lebih dengan menggunakan statistik kolerasional.

3.3.1 Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang dikumpulkan adalah metode Skala. Azwar (2012) menjelaskan bahwa skala merupakan alat ukur psikologi yang di pergunakan untuk mengungkapkan atribut tertentu. Selain itu skala juga merupakan suatu metode penelitian yang menggunakan daftar pertanyaan untuk memperoleh informasi dari subjek mengenai suatu hal.

Ada beberapa kelebihan dari metode skala yaitu :

- a. Individu yang menjadi subjek penelitian merupakan orang paling tahu tentang dirinya.
- b. Informasi tentang dirinya yang di berikan subjek kepada peneliti adalah benar dan dapat di percaya
- c. Interpretasi subjek penelitian mengenai pertanyaan-pertanyaan yang diajukan sama dengan maksud peneliti.

Adapun penyusunan skala ini didasari pada tabel spesifikasi dari variabel-variabel penelitian, yaitu variabel bebas (kecerdasan emosi) dan variabel terikat (*Quarter Life Crisis*). Variabel-variabel penelitian ini kemudian dijabarkan dalam sejumlah indikator yang kemudian dibuat butir-butir pernyataan untuk tiap indikator. Skala pada penelitian ini adalah skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu “sangat setuju”, “setuju”, “tidak setuju”. Berikut tabel penentuan skor untuk alternatif jawaban.

Tabel 3.1 Skor Pertanyaan

Kategori Jawaban	Favourable	Unfavourable
SS (Sangat Setuju)	4	1
S (Setuju)	3	2
TS (Tidak Setuju)	2	3
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala kecerdasan emosidan skala *quarter life crisis*.

3.3.2 Metode Uji Coba Alat Ukur

Mengacu pada pendapat sugiono(2016) berpendapat agar hasil penelitian valid, dan reliabel, butir-butir pernyataan dalam kuisisioner perlu dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

a. Uji Validitas

Validitas di definisikan sebagai suatu ukuran seberapa jauh ketepatan dan kecermatan alat ukur yang digunakan dalam menjalankan fungsi ukurnya. Suatu alat ukur dapat memiliki nilai validitas yang tinggi apabila menjalankan fungsi ukurannya dengan tepat sesuai dengan maksud tujuan dari penelitian (Azwar, 2012).

Uji validitas dan alat ukur dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari person yang dihitung dengan bantuan SPSS, dengan taraf signifikan sebesar 5%. Jika r dihitung $>$ r tabel berarti tabel valid, sebaliknya jika r dihitung $<$ r tabel berarti tabel tidak valid. Besarnya korelasi untuk dianggap sebagai suatu aitem yang yang valid adalah $r \geq 0,3$ (Sugiyono, 2016). Validitas

yang tinggi menandakan bahwa setiap aitem pada skala tersebut mengukur hal yang sama seperti aitem lain secara keseluruhan. Uji validitas ini akan menggunakan alat bantu uji statistik SPSS versi 23.0

b. Uji reliabilitas

Reliabilitas ini di definisikan sejauh mana alat ukur yang digunakan dapat dipercaya atau konsistensi dalam hasil penelitian ini dilakukan dengan mencari konsistensi internal aitem pada alat ukur dengan mencari konsistensi internal item pada alat ukur dengan teknik analisis *Alpha Cronbach* yang dilakukan menggunakan spss versi 23.0 *for windows*.

3.3.3 Metode Analisis Data

Data yang diperoleh akan di analisis secara statistik dengan menggunakan teknik analisis data, ini bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan peneliti. Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu teknik korelasi poin biserial dari Karl Person dengan bantuan analisis data program SPSS versi 23.0 (*Statistical Package For Social Sciences*). Alasan peneliti menggunakan teknik korelasi product moment yaitu karena pada penelitian ini ada satu variabel bebas yaitu kecerdasan emosi yang ingin dilihat hubungannya dengan variabel terikat yaitu *Quarter Life Crisis*. Sebelum dilakukan analisa data menggunakan teknik korelasi point biresial maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang bertujuan agar kesimpulan yang telah diperoleh tidak menyimpang dari tujuan penelitian maka dari itu terlebih dahulu dilakukan uji asumsi penelitian, yaitu sebagai berikut :

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah distribusi data penelitian dari telah menyebar secara normal, sehingga analisis dengan validitas, reliabilitas uji t, maupun regresi siap dilaksanakan (Azwar,2001).

b. Uji Linieritas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat . maksud dari hubungan yang linier yaitu ketika hubungan antar variabel memiliki nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05($p < 0.05$) hubungan linier memiliki arti yaitu bahwa kuantitas data variabel terikat akan meningkat atau menurun seiring dengan perubahan yang terjadi pada variabel bebas.

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016).Populasi dalam penelitian ini adaah mahasiswa Fakultas Psikologi stambuk/angkatan 2019 yang berjumlah 341 mahasiswa.

3.4.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan penelitian tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi. Apa

yang dipelajari dari sampel, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus benar representatif (Sugiyono, 2016).

Penentuan sampel penelitian dilakukan dengan cara melakukan *screening* pada mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area stambuk 2019 sejumlah 341 mahasiswa yang tersebar di semua kelas REG A1- REG C. *Screening* menggunakan skala dari ciri-ciri *quarter life crisis*. *Screening* dilakukan bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi pada *quarter life crisis* mahasiswa. Sampel yang terpilih akan dijadikan subjek penelitian merupakan mahasiswa psikologi yang memperoleh skor kriteria paling tinggi. Alasan kriteria penentuan pada skala *quarter life crisis* dengan skor tinggi mengacu kepada pemaknaan skor skala yang menunjukkan bahwa semakin tinggi skor skala *quarter life crisis* maka kecenderungan fase *quarter life crisis* pada mahasiswa semakin tinggi.

3.5 Prosedur Kerja

3.5.1 Persiapan Penelitian

Adapun yang menjadi persiapan yang akan peneliti lakukan dalam penelitian ini meliputi :

a. Persiapan Administrasi

Sebelum penelitian dilakukan, peneliti terlebih dahulu melakukan persiapan-persiapan yang berkaitan dengan administrasi penelitian, yaitu masalah perizinan yang meliputi perizinan dari pihak Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Langkah yang dilakukan mulai dari menghubungi secara informal bagian tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, guna meminta izin untuk

mengadakan penelitian. Fakultas Psikologi Universitas Medan Area mengeluarkan surat izin riset dengan nomor surat 1384/FPSI/0,1.10/VI/2023 pada tanggal 19 Juni 2023. Setelah ada persetujuan dari pihak Fakultas Psikologi Medan Area, selanjutnya mengurus surat perizinan untuk melakukan penelitian pada Mahasiswa Universitas Medan Area.

b. Persiapan Alat Ukur

Perispan yang dimaksud adalah mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan pada proses pengumpulan data. Alat ukur yang digunakan berupa skala kecerdasan emosi dan skala *quarter life crisis* yang peneliti buat berdasarkan aspek-aspek kedua variabel.

3.5.2 Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 19 Juni 2023. Pengisian skala berupa angket melalui kuesioner yang disebar ke 103 Mahasiswa angkatan 2019 yang sedang mengerjakan tugas akhir/skripsi Fakultas Psikologi Di Universitas Medan Area. Dengan meminta izin kepada pihak Fakultas Psikologi Universitas Medan Area untuk penyebaran angket skala, setelah diterima dan disetujui, peneliti melakukan penelitian mengambil data. Sebelum menyebarkan skala, peneliti memperkenalkan diri terlebih dahulu, dan memberikan instruksi serta mengarahkan untuk mendapatkan sampel sesuai kriteria dan penjelasan mengenai tata cara mengisi skala dengan benar.

Dan peneliti memberikan waktu selama 30 menit untuk waktu pengisian skala, setelah selesai melakukan pengisian skala subjek langsung mengembalikan skala yang sudah terjawab dan peneliti tidak lupa memberi buah tangan merupakan ucapan terimakasih kepada subjek. Setelah skala terkumpul, kemudian

peneliti melakukan scoring pada masing- masing variabel. Setelah itu diketahui nilai masing-masing variabel, langkah berikutnya memasukkan nilai yang diperoleh pada tiap variabel dalam Microsoft Excel, dan data tersebut menjadi induk penelitian.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berpedoman pada hasil dan pembahasan yang telah dibuat maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan *Quarter Life Crisis*. Hal ini terbukti dengan nilai koefisien -0, korelasi r_{xy} sebesar -0,507 dan $P = 0,004 < 0,050$, yang menunjukkan semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin tinggi juga tingkat fase *Quarter Life Crisis*, ataupun sebaliknya. Oleh karena itu, hipotesis dapat dinyatakan benar.
2. Variabel kecerdasan emosi berkontribusi sebesar 27,8% terhadap tingkat fase *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa tingkat akhir. Meskipun demikian, penelitian ini juga menunjukkan adanya faktor lain yang mempengaruhi *Quarter Life Crisis* sebesar 72,2%, namun faktor ini tidak diungkap dalam penelitian ini.
3. Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir mengalami fase *Quarter Life Crisis* yang tinggi dan kecerdasan emosi yang rendah. Hal ini terlihat dari nilai SD *Quarter Life Crisis* sebesar 12,14, nilai mean empirik *Quarter Life Crisis* sebesar 86,08 dan nilai hipotetik sebesar 67,5. Sedangkan itu nilai SD kecerdasan emosi sebesar 8,57, nilai mean empirik sebesar 48,95 dan nilai mean hipotetik sebesar 62,5.

5.2 Saran

1. Bagi Mahasiswa

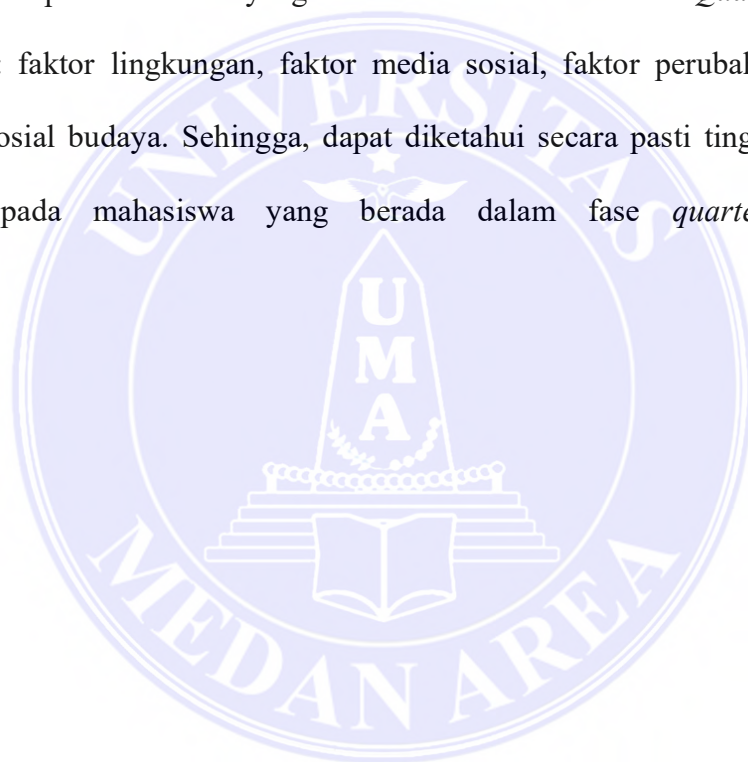
Berdasarkan temuan ini dengan hasil *Quarter Life Crisis* yang sedang mengarah ke tinggi diharapkan mahasiswa untuk selalu mencintai diri sendiri. Untuk dapat mengurangi fase *Quarter Life Crisis*, mahasiswa diharapkan dapat melakukan hal-hal yang positif seperti mencari referensi jurnal untuk skripsi, Bercerita dengan orang terdekat, Lakukan sesuatu yang berarti seperti mengerjakan skripsi bareng teman, tidak perlu membandingkan diri terhadap orang lain. Dalam hal ini mempunyai kecerdasan emosi terbukti nyata membantu individu dalam menghadapi permasalahan yang muncul seputar fase *quarter life crisis*, sehingga membantu mahasiswa terhindar dari kondisi tertekan yang berlebih pada masa dewasa awal yang berada dalam fase *quarter life crisis*.

2. Bagi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Dengan melakukan penelitian ini, menyadari bahwa banyak mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang mengalami fase *Quarter Life Crisis* dan mempunyai kecerdasan emosi yang rendah diharapkan Fakultas dapat memperluas pemahaman tentang hubungan kecerdasan emosi dengan *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa tingkat akhir, serta kepada Fakultas dan dosen untuk memberikan pelatihan atau bimbingan yang komprehensif seperti memberi bimbingan sambil konseling kepada mahasiswa tentang cara mengelola emosi dan cara untuk memiliki kecerdasan emosi yang tinggi saat mengalami fase *Quarter Life Crisis* sehingga dapat mengatasi fase tersebut dengan baik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya disarankan dapat mengembangkan penelitian tentang *Quarter Life Crisis* kepada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah, dapat memperbanyak jumlah sampel agar penelitiannya menjadi lebih konkret. Dan dapat melengkapi atau menambahkan teori-teori yang belum ada dalam penelitian ini agar dapat meneliti lebih rinci lagi terhadap faktor-faktor yang belum diteliti dari variabel *Quarter Life Crisis*, seperti : faktor lingkungan, faktor media sosial, faktor perubahan zaman dan faktor sosial budaya. Sehingga, dapat diketahui secara pasti tingkat kecerdasan emosi pada mahasiswa yang berada dalam fase *quarter life crisis*.



DAFTAR PUSTAKA

- Afnan, A., Fauzia, R., & Tanau, M. U. (2020). Hubungan efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam fase *quarter life crisis*. *Jurnal Kognisia: Jurnal Mahasiswa Psikologi Online*, 3(1), 23-29.
- Aderibigbe.(2018).No Title. *Energies*,6(1), 1–8.
- <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1120700020921110%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.reuma.2018.06.001%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.arth.2018.03.044%0Ahttps://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1063458420300078?token=C039B8B13922A2079230DC9AF11A333E295FCD8>
- Agustian, A. G. (2007). Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam. Arga Publishing.
- Arnett, J. J. (2007). Arnett-2007-Child_Development_Perspectives. *Journal of Adult Development*, 8(2), 68–73.
- Arsalan, Y. (2014). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Akhir Nasional pada Siswa Kelas 3 SMP di Kota Banda Aceh. ETD Unsyiah.
- Atwood, J. D., & Scholtz, C. (2008). The quarter-life time period: An age of indulgence, crisis or both? *Contemporary Family Therapy*, 30(4), 233–250. <https://doi.org/10.1007/s10591-008-9066-2>
- Baharuddin, M. I., Jufri, M., & Hamid, A. N. (2020). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan *Quarter Life Crisis* Pada Anggota Kepolisian Satuan Lalu Lintas Polrestabes Makassar. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 5(1), 67. <https://doi.org/10.26858/talenta.v5i1.10633>
- Baron, R. M. (2006). El modelo de Bar-On de Inteligencia Emocional-Social. *Psicothema*,18(1),13–25. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4679040&info=resumen&idioma=SPA>
- Black, A. S. (2010).“*Halfway between somewhere and nothing*”: A exploration of the quarter-life crisis and life satisfaction among graduate students. *University of Arkansas*.
- Cahya, F. D., Meiyuntariningsih, T., & Aristawati, A. R. (2021). Emotional Intelligence dengan Stress Pada Dewasa Awal yang Berada Dalam Fase QLC (*Quarter-Life Crisis*). *Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, 000*, 1–13. <http://repository.untag-sby.ac.id/id/eprint/8614>

- Creswell, W. J., & Creswell, J. D. (2018). Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). file:///C:/Users/Harrison/Downloads/John W. Creswell & J. David Creswell -Research Design_ Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches(2018).
- Duara, R., Hugh-Jones, S., & Madill, A. (2022). Photo-elicitation and time-lining to enhance the research interview: exploring the quarterlife crisis of young adults in India and the United Kingdom. *Qualitative Research in Psychology*, 19(1), 131–154. <https://doi.org/10.1080/14780887.2018.1545068>
- Fatchurrahmi, R., & Urbayatun, S. (n.d.). Peran Kecerdasan Emosi terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 2022(2), 102–113.
- Fikry, T. R. (2017). Kecerdasan Emosional dan Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Skripsi di Universitas Syiah Kuala. *Jurnal konseling Andi Matappa*, 1(2), 108-115.
- Forushani, N. Z., & Besharat, M. A. (2011). Relation between emotional intelligence and perceived stress among female students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1109–1112. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.216>
- Goleman, D., & Hermaya, T. (2009). Emotional Intelligence (Kecerdasan emosional): Mengapa EI lebih penting daripada IQ.
- Goleman, D. (2015). Emotional Intelligence. Gramedia Pustaka Utama.
- Gordon, R. T., The, J. A., & Oliver, C. (2013). *BIROn - Birkbeck Institutional Research Online The holistic phase model of early adult crisis*. 20(1), 27–37.
- Hayati, A. (2019). Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan quarterlife crisis: Studi deskriptif pada mahasiswi Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi semester VIII tahun 2019 (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).
- Kartika, C. D. 2015. Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. (Skripsi tidak dipublikasikan). Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Karpika, I. P., & Segel, N. W. W. (2021). Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia. *Widyadari*, 22(2), 513–527. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5550458>
- Krismawati, Y. (2018). Teori Psikologi Perkembangan Erik H. Erikson dan Manfaatnya Bagi Tugas Pendidikan Kristen Dewasa Ini. *Kurios*, 2(1), 46. <https://doi.org/10.30995/kur.v2i1.20>

- Magnano, P., Craparo, G., & Paolillo, A. (2016). Resilience and Emotional Intelligence: which role in achievement motivation Resiliencia e Inteligencia Emocional: qué rol tienen en la motivación al logro Resilience and emotional Intelligence. *Int.J.Psychol.Res*, 9(1), 9–20.
- María, J., Landa, A., Antoñana, R. M. De, & Pulido, M. (2006). 72709523. Mayer, M. De. (n.d.). *y la educación de las emociones*. 19(3), 63–93.
- Mutiara, Y. (2018). Quarterlife Crisis Mahasiswa BKI Tingkat Akhir. Skripsi. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.
- Naranjo, J., Fuad, H., Hakim, Z., Panchadria, P. A., Robbi, M. S., Yulianti, Y., Susanti, E., Sholeh, M., Teuku Fadjar Shadek, R. S., Kamil Arif, I., Gunadhi, E., Partono, P., Sampieri, R. H., & Pariyatin, Y. (2016). No Title. *Jurnal Algoritma*, 12(1), 579–587. <http://jurtek.akprind.ac.id/bib/rancang-bangun-website-penyediaan-layanan-weblog>
- Novia, L. A. C. (2019). Hubungan antara Jakarta : Airlangga. Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir. (Doctoral dissertation, Unika Soegijapranata Semarang).
- Robbins, A., & Wilner, A. (n.d.). ^{^^} §A Quart erlife Crisis The Unique Challenges of Life in Your Twenties.
- Santrock, J.W., 2012, LIFE-SPAN DEVELOPMENT: Perkembangan Masa- Hidup, Jilid II, Jakarta: Erlangga
- Saputra, V., A. (2013). Pengaruh Internal predictors of coping self-efficacy. Locus of Control dan Kecerdasan Emosi terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2).
- Schneider, T. R., Lyons, J. B., & Khazon, S. (2013). Emotional intelligence and resilience. *Personality and Individual Differences*, 55(8), 909-914.
- Sukma Hadi, F. D., & Rusmawati, D. (2019). Hubungan Antara Keharmonisan Keluarga Dengan Konsep Diri Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Demak. *Jurnal EMPATI*, 8(2), 361–367. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.24399>
- Sugiyono, 2016, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, Bandung: Alfabeta, cv
- Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, D. R. (2010). Resiliensi Pada Siswa Penghuni Rumah Damai. *Psikologi Undip*, 7(1), 67–77.





LAMPIRAN A

DATA *TRYOUT*

DATA PENELITIAN

Skala Kecerdasan Emosi (X)

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1	2	2	1	1	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	1	1	2	2	2
2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2
3	2	2	3	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	4	2	1	2	3	1	1	3	2
4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
5	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	1	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3
6	1	3	1	2	2	2	1	2	1	3	1	2	3	2	3	1	2	4	2	2	2	4	2	2	1	1	2	2	1	2
7	1	2	1	3	3	1	1	2	1	3	1	2	3	1	2	1	1	3	2	2	2	4	3	1	1	1	3	3	1	2
8	2	2	3	2	2	2	1	1	2	1	2	1	3	1	2	3	2	2	1	1	1	2	3	2	1	3	2	2	2	1
9	3	1	2	2	2	1	2	2	3	1	3	1	1	1	1	2	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	3	1
10	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	1	2	2	2	2	1
11	3	2	3	2	2	2	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	2	1	1	2	1	3	2	1	3	2	2	3	1
12	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2
13	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	4	2	2	2	4	1	2	2	1	2	2	1	2
14	3	2	3	2	2	2	2	3	3	1	3	2	3	2	2	3	3	1	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2
15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	1	2	2	2	4	3	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	3
16	3	2	3	1	1	2	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	1	1	3	3
17	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	3	2	1	2	2	3	1	1	1	3	3	1	2	2	1	1	2	1
18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	1
19	2	1	2	1	1	1	1	3	2	1	2	2	1	1	1	2	2	3	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2
20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2
21	2	2	2	3	3	2	2	3	2	1	2	3	3	3	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3
22	1	1	1	3	3	2	1	2	1	3	1	1	2	2	1	1	1	4	2	1	2	4	2	2	1	1	3	3	1	1
23	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2
24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
25	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	2	1	1	1	1	1	1

26	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	3	1	3	2	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	1	
27	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2
28	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	3	2	1	1	1	3	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	
29	2	3	3	2	2	1	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	1	2	3	2	2	3	3	
30	3	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	

Skala *Quarter Life Crisis* (Y)

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	
1	3	2	3	3	1	3	4	1	3	4	4	3	1	4	2	4	4	3	4	3	4	3	1	4	3	2	4	4	3	3	3	3	3	
2	3	2	3	4	2	3	2	1	3	2	2	2	1	3	2	2	3	2	1	3	3	2	4	2	1	1	3	4	2	2	4	2	2	
3	3	3	3	3	2	2	4	1	2	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	
4	4	2	4	4	2	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	1	3	3	4	1	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	
5	3	3	3	3	2	4	2	1	2	2	3	2	1	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3
6	4	2	2	4	2	2	3	1	2	3	2	3	1	2	3	3	4	1	2	3	4	2	2	3	4	4	4	4	2	3	4	2	2	
7	3	3	4	2	2	3	3	1	3	3	3	4	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	
8	4	2	1	1	2	2	3	1	2	3	2	3	1	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	1	2	3	4	2	1	
9	3	3	2	2	2	3	3	1	3	3	2	3	1	2	3	3	3	2	2	3	3	2	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	
10	2	2	2	3	2	3	3	1	3	3	3	4	1	4	2	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	
11	3	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	3	3	1	3	3	3	1	2	1	1	3	3	1	1	3	3	3	
12	2	4	3	2	2	4	3	1	3	3	3	2	1	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	2	4	3	2	4	3	
13	3	4	4	4	2	3	4	1	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	
14	4	3	4	4	2	2	3	1	2	2	4	1	1	4	3	2	4	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	4	2	3	4	3	4	
15	3	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	
16	2	1	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	
17	3	4	4	4	2	4	4	1	4	4	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3
18	4	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	3	1	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4

19	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	3	4	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	
20	4	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
21	3	2	3	3	2	3	2	1	1	2	4	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3
22	3	3	3	3	2	3	4	1	3	2	2	4	1	2	4	3	3	4	2	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	
23	3	2	2	2	2	3	3	1	4	3	1	3	1	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	
24	2	1	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	
25	4	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
26	3	1	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	3	4	2	3	2	2	3	2	1	2	2	1	3	4	2	2	2	3	1	1	
27	2	1	4	3	2	2	2	1	4	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	2	1	4	
28	4	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	2	2	3	2	3	4	3	3	
29	3	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	
30	4	2	2	4	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	1	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	4	3	2	3	



Skala Kecerdasan Emosi (X)

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
1	1	2	1	1	2	1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	3	2	1
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2
3	2	2	3	1	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	1	2	2
4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1
5	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2
6	2	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2
7	1	2	1	3	3	1	1	2	1	1	2	3	1	2	1	1	2	2	2	3	1	1	2	2	1
8	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	1	3	1	2	3	2	1	1	1	3	2	1	1	1	3
9	1	1	2	2	2	1	2	2	1	3	1	1	1	1	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	1
10	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2
11	2	2	3	2	2	2	1	1	2	3	1	3	1	2	3	3	1	1	2	3	2	1	1	1	2
12	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2
13	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2
14	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2
15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2
16	2	2	3	1	1	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2
17	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	3	2	1	2	2	1	1	1	3	1	2	2	1	1
18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2
19	1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	2	1	1	1	2	2	3	2	1	1	1	1	1	3	1
20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2
21	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2
22	2	1	1	3	3	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2
23	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2
24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

25	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2
26	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	1	3	2	3	3	3	3	1	2	3	2	2	2	3	2
27	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2
28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1
29	1	3	3	2	2	1	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	1
30	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2
31	2	1	1	3	3	2	2	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2
32	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2
33	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	1	1	2	3	3	3	2	2	1	2	2	2	3	2
34	2	2	3	3	3	2	1	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	1	1	3	2
35	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
36	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
37	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2
38	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2
39	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1
40	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2
41	2	2	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1
42	3	2	3	1	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3
43	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	1	1	2	1	1	3	2	2	1	2	2	2	3	2
44	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3
45	1	1	2	2	2	3	1	1	1	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	3	3	1	1	1	1
46	1	1	2	2	2	2	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	3	1	1
47	3	1	1	1	1	2	1	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	1	3	2	1	1	3	3
48	2	1	2	3	1	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1	3	1	1	1	2	2	1	2
49	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1	2	1	3	3	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2
50	3	1	1	1	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	1	2	3
51	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1
52	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1

53	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	3
54	2	3	3	3	3	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	3	2	2	1	2
55	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3	3	2	3
56	2	1	1	3	1	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	2	1	2
57	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
58	2	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2
59	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2
60	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2
61	1	2	2	2	2	3	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	3	3	3	2	1
62	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
63	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
64	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	3	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1
65	3	1	3	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	2	2	2	3
66	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	2	2	1	3
67	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1
68	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3
69	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2
70	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1
71	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	2	2	1	1	2	3	2	3	3	3	3	2	3
72	3	2	3	3	2	3	1	2	3	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	3	1	1	2	3
73	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	1	1	3	3	2	2	2	1	2	1	3	3	3	2	3
74	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3
75	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2
76	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	1	3
77	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2
78	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2
79	1	3	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1
80	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

81	2	1	2	2	2	3	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	3	2	2	2	2
82	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2
83	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2
84	1	2	2	2	3	2	3	2	1	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	1
85	1	1	2	2	3	1	2	2	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1
86	1	2	2	1	3	1	2	1	1	2	1	2	1	3	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1
87	2	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	1	3	2
88	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2
89	1	2	2	1	3	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1
90	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1
91	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2
92	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2
93	2	2	2	3	3	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2
94	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	3	2	2	2	2
95	2	1	2	1	3	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2
96	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1
97	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1
98	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2
99	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3
100	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2
101	1	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	1
102	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1
103	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	3

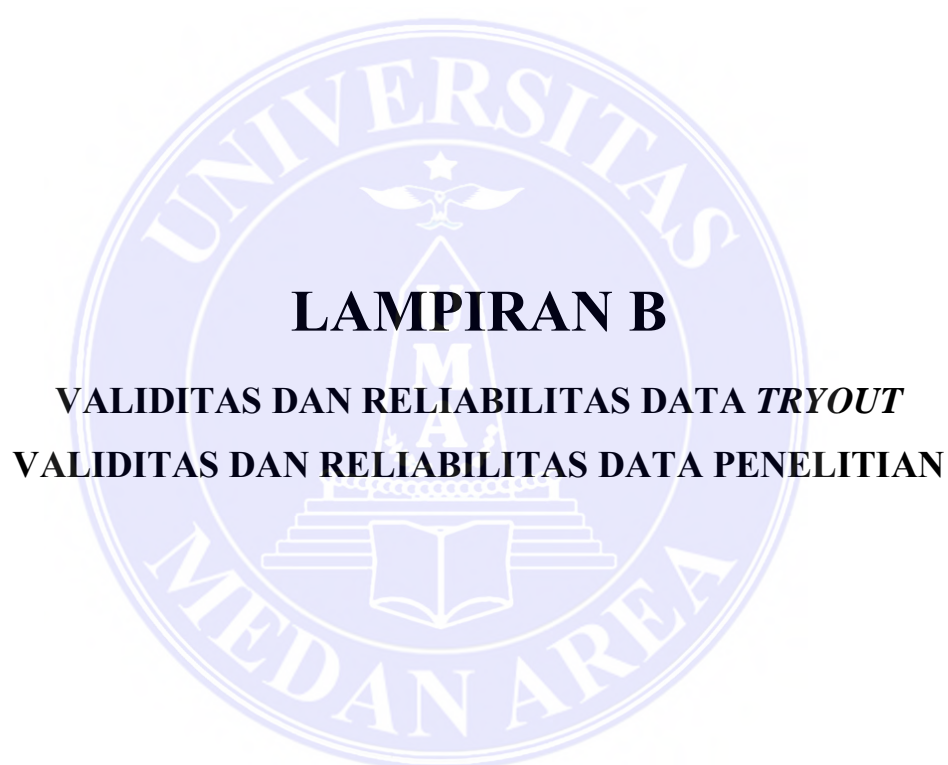
Skala *Quarter Life Crisis* (Y)

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
1	3	2	3	3	3	4	3	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	3	1	4	3	2	4	3	2	3	3
2	3	2	3	4	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	4	2	1	1	3	1	4	4	2
3	3	3	3	3	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4
4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	3	4	1	4	4	4	4	3	2	4	2
5	3	3	3	3	4	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
6	4	2	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	1	2	4	2	2	3	4	4	4	3	2	4	2
7	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3
8	4	2	1	1	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	2	1	4	4	2
9	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	3
10	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	2	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	4	2	2
11	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	1	3	1	3	3	1	3	3	1	2	1	1	3	1	2	3	3
12	2	4	3	2	4	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	2	4
13	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4
14	4	3	4	4	2	3	2	2	4	1	4	3	2	4	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3
15	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	3	4
16	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	1
17	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4
19	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1	2	4	4
21	3	2	3	3	3	2	1	2	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	4	3	3	2
22	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	2	4	3	3	4	2	3	4	2	4	2	3	3	2	4	3	3
23	3	2	2	2	3	3	4	3	1	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2
24	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	4	2	1

25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
26	3	1	1	2	2	2	3	1	2	2	3	4	2	3	2	2	2	1	2	2	1	3	4	2	3	3	1
27	2	1	4	3	2	2	4	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	3	3	3	4	3	2	1
28	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	2	2	3	2	4	3
29	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4
30	4	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2	1	4	2	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2	4	2
31	4	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	2	3	3	2	3	4	4
32	3	2	2	3	2	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	2
33	4	1	2	4	3	4	2	4	2	3	2	1	4	4	3	1	4	3	3	4	2	4	2	3	2	4	1
34	4	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	2
35	3	1	4	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	3	1
36	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3
37	4	1	4	3	3	4	4	4	3	2	3	4	4	4	3	2	4	3	2	4	2	3	4	3	4	4	1
38	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1
39	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	1	2	3	4	3	2
40	3	2	4	2	3	3	2	2	3	2	3	2	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	2	2	3	2
41	4	2	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	4	4	2	2	4	2	4	4	3	3	3	3	4	4	2
42	4	2	3	2	2	4	2	4	2	3	2	2	4	4	2	3	4	2	3	4	4	2	3	3	3	4	2
43	4	2	2	3	2	3	3	4	3	2	2	3	2	4	2	2	4	3	2	4	2	3	3	2	2	4	2
44	2	1	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	4	2	1
45	3	2	3	3	2	4	2	4	3	2	3	4	4	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2
46	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3
47	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	4	3	2	3	2	4	3	4	3	4	3
48	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	2
49	4	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2
50	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3
51	3	2	2	2	1	4	1	4	1	2	1	2	4	3	3	1	3	3	1	4	2	2	3	1	2	3	2
52	2	3	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	3	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	3

53	3	1	2	2	1	3	1	3	1	1	1	1	3	3	3	1	3	3	1	4	2	2	2	1	1	3	1	
54	4	3	3	3	4	4	4	4	1	3	1	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	1	4	4	3	
55	4	3	3	3	3	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	1	4	4	3		
56	3	2	4	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	3	1	3	2	
57	3	1	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	3	1	1	3	1	1	3	1	1	2	1	1	3	1	
58	4	2	3	3	1	2	1	2	1	3	1	3	2	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	2	
59	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
60	4	4	4	4	1	4	1	4	3	2	3	2	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	
61	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	1	4	3	2	4	3	3	3	4	
62	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	1	2	1	1	3	1	1	3	4
63	3	4	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	
64	3	4	3	3	4	3	1	2	1	1	3	3	3	3	3	4	3	4	1	4	4	4	4	3	2	3	4	
65	3	4	3	3	4	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	
66	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	1	2	3	4	4	4	3	4	3	3
67	4	3	4	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	4	3	1	3	3	2	4	4	2	3	2	4	4	3	
68	3	3	3	3	2	4	2	3	2	2	1	1	4	3	2	1	4	3	3	4	3	2	2	1	2	3	3	
69	4	2	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	4	2	
70	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	4	4	2	3	4	1	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	
71	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	1	2	1	1	3	1	1	2	3	
72	4	2	4	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	1	2	1	1	3	2	3	2	2	3	2	4	2	
73	3	3	3	1	2	3	1	1	1	3	3	2	3	3	3	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3
74	4	2	2	2	3	3	1	1	1	2	2	3	3	4	3	3	4	2	3	1	3	3	3	1	3	4	2	
75	2	3	2	2	3	3	1	4	4	4	2	3	3	2	2	2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	2	3	
76	2	2	1	3	1	1	2	2	4	1	2	2	1	2	3	2	2	3	1	3	1	1	2	3	3	2	2	
77	3	3	2	1	1	1	4	4	4	4	1	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
78	1	2	2	4	1	4	2	2	2	1	1	2	4	1	1	3	4	3	4	4	3	4	3	2	3	1	2	
79	4	3	3	4	2	2	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	2	1	1	3	1	2	3	1	1	4	3	
80	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	2	3	4	4	1	4	4	4	4	1	1	4	4	

81	1	4	4	2	2	2	2	2	1	1	4	4	2	1	1	1	3	2	1	3	2	1	3	1	1	1	4	
82	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	2	3	1	3	4	2	4	2	3	3	1	4	2	3	
83	3	4	4	4	4	4	1	2	1	2	3	3	4	3	3	3	3	1	1	3	1	1	2	1	1	3	4	
84	4	1	2	1	2	2	3	1	2	4	4	3	2	4	3	4	1	1	1	1	1	1	3	2	3	4	1	
85	2	4	4	4	4	4	1	3	1	1	1	1	4	2	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	
86	4	4	4	3	1	2	1	1	1	1	4	4	2	4	4	1	2	1	1	2	1	1	4	2	2	4	4	
87	3	2	1	3	3	1	4	4	4	4	1	2	1	3	2	1	1	1	2	2	3	2	3	3	3	3	2	
88	3	4	4	2	1	3	1	1	1	1	2	4	3	3	4	2	4	3	3	4	2	2	2	1	1	3	4	
89	3	2	3	1	1	1	2	2	3	2	1	1	1	3	1	1	3	4	4	4	4	4	4	1	4	3	2	
90	1	3	3	4	4	4	3	3	3	1	1	1	4	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	3	
91	4	2	2	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	1	1	3	2	4	4	2	
92	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2	1	3	1	2	2	1
93	1	4	4	3	3	3	4	3	4	1	3	2	3	1	1	2	4	3	1	4	2	1	2	1	1	1	4	
94	4	1	1	4	4	4	2	4	2	2	3	1	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	4	1	
95	3	1	1	2	1	1	2	4	2	1	4	4	1	3	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	
96	2	3	3	3	4	3	2	2	1	1	1	1	3	2	1	1	4	3	1	3	1	1	2	1	1	2	3	
97	4	4	4	2	2	4	1	1	1	1	4	1	4	4	4	2	4	3	1	4	1	1	4	1	1	4	4	
98	3	2	2	2	2	4	2	3	2	1	2	2	4	3	3	2	3	3	1	3	3	1	1	1	1	3	2	
99	4	4	3	1	2	2	1	4	1	1	2	1	2	4	3	1	3	3	1	1	1	1	2	1	1	4	4	
100	2	2	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	2	3	2	1	3	1	1	2	1	1	2	2	
101	1	1	2	2	2	3	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	4	2	1	4	1	2	3	2	2	1	1	
102	4	2	1	1	1	4	2	2	1	2	2	1	4	4	3	1	4	2	1	4	1	2	3	2	2	4	3	
103	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	2	3	4	



Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas *Tryout*

Skala Kecerdasan Emosi (X)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.882	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	57.5667	100.323	.451	.877
X2	57.8333	97.454	.676	.873
X3	57.6333	96.792	.657	.873
X4	57.7333	100.754	.435	.878
X5	57.7000	100.700	.456	.877
X6	57.9000	105.472	.182	.882
X7	58.0000	102.621	.454	.878
X8	57.5667	98.392	.592	.874
X9	57.6333	97.551	.604	.874
X10	58.0000	106.069	.023	.889
X11	57.6000	96.800	.681	.872
X12	57.8000	100.303	.476	.877
X13	57.3333	100.230	.426	.878
X14	57.8333	100.764	.468	.877
X15	57.8333	97.454	.676	.873
X16	57.6000	96.731	.686	.872
X17	57.5667	96.806	.710	.872
X18	57.1000	114.714	-.374	.903

X19	57.5000	97.500	.624	.873
X20	57.7333	100.616	.445	.878
X21	57.8333	98.213	.672	.873
X22	57.2333	107.771	-.077	.897
X23	57.3667	100.171	.435	.878
X24	57.9333	105.995	.115	.883
X25	58.0333	103.689	.334	.880
X26	57.6333	96.792	.657	.873
X27	57.7333	100.754	.435	.878
X28	57.7000	100.700	.456	.877
X29	57.6000	96.800	.681	.872
X30	57.8000	100.303	.476	.877

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
59.6667	107.264	10.35685	30

Skala *Quarter Life Crisis* (Y)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.938	33

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	89.9667	248.861	.449	.937
Y2	90.4000	235.903	.712	.934
Y3	90.1000	238.093	.686	.934
Y4	89.9667	243.206	.560	.936
Y5	91.0667	260.064	-.081	.939
Y6	90.1000	241.817	.639	.935
Y7	90.0333	234.447	.888	.932
Y8	92.0000	261.241	-.227	.940
Y9	90.1667	241.109	.610	.935
Y10	90.1667	234.282	.825	.933
Y11	90.2000	234.303	.754	.933
Y12	90.0333	243.206	.556	.936
Y13	91.8000	264.097	-.263	.942
Y14	90.0333	238.102	.715	.934
Y15	90.0667	246.064	.462	.937
Y16	90.1000	237.472	.738	.934
Y17	89.9000	247.128	.501	.936
Y18	90.2000	242.097	.620	.935
Y19	90.4000	248.869	.306	.939
Y20	90.0667	260.754	-.163	.939
Y21	89.9333	245.720	.576	.936
Y22	90.2000	245.131	.532	.936
Y23	90.3667	250.723	.237	.940
Y24	89.7667	247.564	.480	.937
Y25	90.2333	237.771	.709	.934
Y26	90.1667	240.213	.616	.935
Y27	90.0333	252.516	.281	.938
Y28	90.0000	243.724	.552	.936
Y29	90.1000	240.921	.674	.935
Y30	90.0667	236.064	.845	.933
Y31	89.9667	249.757	.408	.937
Y32	90.4000	237.007	.701	.934
Y33	90.1333	238.051	.703	.934

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
93.0667	259.444	16.10726	33



Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas *Tryout*

Skala Kecerdasan Emosi (X)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	103	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	103	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.890	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	47.0583	68.055	.491	.885
X2	47.0680	66.535	.564	.884
X3	46.8738	66.092	.586	.883
X4	46.8932	67.881	.415	.887
X5	46.9126	68.375	.380	.888
X6	47.0000	68.392	.437	.887
X7	47.1165	68.535	.453	.886
X8	46.9515	67.968	.471	.886
X9	47.0680	68.378	.453	.886
X10	46.9806	68.176	.501	.885
X11	47.0485	67.753	.485	.886
X12	46.8350	67.335	.438	.887
X13	46.9806	67.372	.485	.886
X14	46.9320	66.946	.530	.884
X15	46.9709	67.774	.535	.885
X16	46.9709	68.205	.506	.885

X17	46.9320	67.809	.474	.886
X18	47.0291	67.832	.475	.886
X19	47.1262	68.504	.452	.886
X20	46.8350	67.571	.427	.887
X21	47.0097	68.461	.425	.887
X22	47.1262	68.739	.427	.887
X23	47.1068	68.881	.408	.887
X24	46.9515	67.909	.464	.886
X25	47.0583	68.487	.410	.887

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
48.9515	73.360	8.56507	25

Skala *Quarter Life Crisis* (Y)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	103	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	103	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.906	27

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	70.6117	199.161	.493	.902
Y2	71.1456	198.792	.419	.904
Y3	70.8738	198.268	.467	.903
Y4	70.9223	197.484	.505	.902
Y5	71.0971	196.128	.501	.902
Y6	70.7670	197.063	.521	.902
Y7	71.1748	194.832	.543	.901
Y8	70.7767	196.881	.502	.902
Y9	71.2427	194.499	.528	.902
Y10	71.1845	193.328	.590	.900
Y11	71.1068	195.234	.537	.901
Y12	71.0777	196.857	.462	.903
Y13	70.7670	197.828	.480	.902
Y14	70.5922	198.401	.519	.902
Y15	70.9612	198.783	.478	.903
Y16	71.3592	197.840	.442	.903
Y17	70.5825	199.893	.455	.903
Y18	71.0000	199.667	.438	.903
Y19	71.4563	197.760	.431	.904
Y20	70.5146	200.527	.434	.903
Y21	71.1553	193.309	.585	.900
Y22	71.2330	192.396	.605	.900
Y23	70.7864	200.032	.499	.902
Y24	71.4369	199.170	.402	.904
Y25	71.1262	196.935	.440	.903
Y26	70.6117	199.828	.465	.903
Y27	71.1165	198.398	.429	.903

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
73.7184	212.087	14.56319	27

LAMPIRAN C

UJI ASUMSI

(UJI NORMALITAS DAN UJI LINEARITAS)



Hasil Uji Normalitas

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Kecerdasan Emosi	103	48.9515	8.56507	28.00	65.00
QLC	103	73.7184	14.56319	27.00	108.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Kecerdasan	
	Emosi	QLC
N	103	103
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	48.9515
	Std. Deviation	8.56507
Most Extreme Differences	Absolute	.054
	Positive	.049
	Negative	-.054
Test Statistic	.054	.046
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Hasil Uji Linearitas

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
QLC * Kecerdasan Emosi	103	100.0%	0	0.0%	103	100.0%

Report

QLC

Kecerdasan Emosi	Mean	N	Std. Deviation
28.00	71.0000	1	.
30.00	108.0000	1	.
32.00	83.0000	1	.
33.00	80.0000	1	.
34.00	71.5000	2	2.12132
37.00	66.0000	3	21.00000
38.00	27.0000	1	.
39.00	75.6667	3	13.61372
40.00	71.0000	4	21.61789
41.00	81.0000	1	.
42.00	77.3333	6	13.98094
43.00	70.3333	6	18.29390
44.00	69.6667	3	8.14453
45.00	67.6000	5	16.22652
46.00	77.0000	3	20.07486
47.00	67.6667	6	14.47296
48.00	79.0000	5	18.43909
49.00	75.0000	3	4.35890
50.00	72.4000	5	11.94990
51.00	77.7500	4	22.32151
52.00	80.3333	3	17.21434
53.00	88.0000	2	4.24264
54.00	76.4000	5	7.40270
55.00	75.7143	7	13.38798
56.00	76.0000	1	.
57.00	69.0000	1	.
58.00	66.5000	2	19.09188
59.00	72.0000	6	6.48074

60.00	84.0000	2	24.04163
61.00	59.0000	1	.
62.00	70.0000	1	.
63.00	62.0000	3	7.54983
64.00	86.0000	1	.
65.00	80.0000	4	5.94418
Total	73.7184	103	14.56319

ANOVA Table

			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
QLC *	Between	(Combined)	6542.056	33	198.244	.906	.614
Kecerdasan	Groups	Linearity	16.147	1	16.147	.074	.787
Emosi		Deviation from Linearity	6525.910	32	203.935	.932	.576
Within Groups			15090.779	69	218.707		
Total			21632.835	102			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
QLC * Kecerdasan Emosi	-.527	.278	.550	.302



LAMPIRAN D
HASIL UJI KORELASI *PRODUCT MOMENT*

Hasil Uji Korelasi

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kecerdasan Emosi	48.9515	8.56507	103
QLC	73.7184	14.56319	103

Correlations

		Kecerdasan Emosi	QLC
Kecerdasan Emosi	Pearson Correlation	1	-.527**
	Sig. (2-tailed)		.004
	N	103	103
QLC	Pearson Correlation	-.527**	1
	Sig. (2-tailed)	.004	
	N	103	103

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

LAMPIRAN E

SKALA SCREENING

SKALA TRYOUT

SKALA PENELITIAN



AITEM SKALA SCREENING

Nama/inisial :

NPM :

Kelas :

Usia :

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Saya merasa kesulitan saat mengerjakan skripsi.		
2	Sering sekali saya membandingkan progres yang saya lakukan dengan progres orang lain		
3	Saya sering sekali khawatir akan masa depan saya		
4	Saya khawatir dalam memilih antara mengikuti keinginan orang tua atau keinginan sendiri dalam menentukan pilihan ketika selesai <i>study/</i> kuliah saya		
5	Saya khawatir ketika saya tertinggal dari teman teman		
6	Saya merasa saat mengerjakan skripsi emosi saya tidak stabil		
7	Saya lebih mudah marah saat mengerjakan skripsi		
8	Saya merasa takut dengan pertanyaan-pertanyaan mengenai progres kripsi saya		
9	Saya merasa kekurangan motivasi saat mengerjakan skripsi		
10	Saya merasa khawatir apabila skripsi saya tidak selesai tepat waktu		

SKALA TRY OUT

LAMPIRAN TRY OUT
 HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS*
 PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA

Identitas Responden

Nama :

NPM :

Kelas :

Umur :

Jenis Kelamin :

FAKULTAS :

Jenis Kelamin :

 Laki-laki **Perempuan**

Stambuk :

Sedang mengerjakan skripsi :

 SEMPRO SEMHAS SIDANG

Medan.....2023

Responden

(.....)

Petunjuk Pengisian :

Berdasarkan atas pengalaman mahasiswa/mahasiswi, berilah **tanda centang** (√) pada salah satu jawaban yang tersedia dan yang paling sesuai dengan pendapat mahasiswa/mahasiswi. Apabila terjadi kesalahan dalam pengisian dan ingin memperbaikinya beri **tanda silang (X)**. dan kemudian **tanda centang** (√) pada jawaban yang baru. Kuisisioner ini terdiri dari 63 pernyataan dengan 4 jawaban yaitu jawaban SS, S, TS dan STS.

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

Skala Kecerdasan Emosi (X)

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu mengungkapkan perasaan yang sedang saya rasakan.				
2	Saya mencari apa penyebab dari masalah yang menimpa saya.				
3	Saya paham bagaimana mengendalikan diri ketika berada pada situasi sulit.				
4	Ketika saya tidak mendapatkan apa yang saya mau, saya menerimanya dengan ikhlas.				
5	Walaupun dalam keadaan lelah saya mampu menyelesaikan skripsi saya.				
6	Saya akan berusaha dengan gigih untuk memperoleh apa yang saya cita-citakan.				
7	Saya merasa iba dengan masalah yang menimpa teman saya.				
8	Saya senang ketika teman saya curhat kepada saya.				
9	Saya mampu memotivasi teman-teman untuk lebih bersemangat dalam belajar.				
10	Saya mampu sabar dalam situasi dan kondisi apapun.				
NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS

11	Saya langsung marah ketika saya tidak mendapatkan apa yang saya inginkan.				
12	Saya tidak suka mendengarkan curhatan/ masalah teman-teman saya.				
13	Ketika teman saya mendapat masalah, saya bersikap acuh tak acuh.				
14	Jika sedang bosan, saya langsung meninggalkan pekerjaan yang sedang saya lakukan.				
15	Saya mudah marah tanpa alasan yang jelas.				
16	Saya merasa khawatir untuk melakukan hal hal yang baru.				
17	Saya mudah bergaul dengan siapa saja.				
18	Saya mampu mengontrol sikap saya saat sedang marah pada orang lain.				
19	Saya tahu kapan saya sedih dan saya senang.				
20	Saya mampu memfokuskan pikiran saya ketika sedang mempunyai masalah.				
21	Saya tidak mampu memberi nasihat kepada teman-teman saya.				
22	Saya tidak tahu cara mengungkapkan emosi saya ketika saya marah.				
23	Saya tidak mampu memahami bagaimana perasaan orang lain terhadap saya.				
24	Saya langsung menyerah saat saya mengalami kegagalan.				
25	Saya merasa mampu mendorong diri saya agar rajin belajar.				
26	Saya yakin bahwa saya akan memperoleh hasil yang maksimal dengan potensi yang saya miliki.				
27	Saya suka mencoba hal-hal yang baru.				
28	Saya mampu memahami bagaimana perasaan orang lain terhadap saya.				
29	Saya gampang membuka pembicaraan dengan orang yang baru saya temui.				
NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
30	Saya tidak mampu untuk memulai pembicaraan dengan orang asing.				

Skala *Quarter Life Crisis* (Y)

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya memiliki beberapa impian dan mengetahui cara mewujudkannya.				
2	Saya takut ketika saya harus melakukan revisi terus menerus.				
3	Saya yakin semua keputusan yang telah saya ambil adalah keputusan terbaik.				
4	Saya merasa kesulitan saat mengerjakan skripsi karena saya merasa tidak mampu.				
5	Saya merasa mampu melewati berbagai tantangan dalam hidup saya.				
6	Saya merasa tertantang dalam mencari referensi saat mengerjakan skripsi.				
7	Saya merasa ragu ketika menghadapi pilihan-pilihan di kehidupan masa depan.				
8	Saya merasa khawatir setelah lulus kuliah tidak mendapatkan pekerjaan yang saya inginkan.				
9	Saya menghargai setiap proses yang terjadi.				
10	Saya tidak mengkhawatirkan masa depan saya.				
11	Saya merasa gelisah ketika memikirkan hubungan percintaan saya.				
12	Saya memiliki gambaran yang jelas mengenai masa depan saya.				
13	Saya tidak tahu apa yang saya lakukan setelah lulus dari perkuliahan.				
14	Saya merasa kehidupan saya akan berjalan dengan baik.				
15	Saya merasa puas dengan kehidupan saya saat ini				
NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
16	Saya merasa tidak sehebat teman saya dalam bidang akademis.				
17	Saya merasa takut tidak lulus kuliah tepat waktu.				
18	Saya merasa kehidupan saya tidak berjalan sesuai rencana				
19	Saya menemukan banyak kekurangan dalam diri saya dibandingkan kelebihan saya.				

20	Saya merasa tantangan pengerjaan skripsi saya lebih berat dibandingkan teman-teman saya.				
21	Saya khawatir setelah lulus kuliah akan sulit mendapatkan teman atau pasangan.				
22	Saya bingung harus mengikuti kata orang tua atau keinginan saya.				
23	Saya merasa saya akan lulus tepat waktu.				
24	Saya merasa percaya diri dalam mengambil keputusan.				
25	Saya yakin dapat segera menyelesaikan perkuliahan saya.				
26	Jika terjadi perselisihan dengan orang tua, saya mampu menyelesaikan permasalahannya.				
27	Saya merasa semakin dewasa, namun saya tidak mempunyai pengalaman apa-apa.				
28	Saya mulai membangun relasi sebanyak mungkin semasa kuliah				
29	Saya khawatir salah dalam memutuskan arah karier saya.				
30	Saya memiliki target dan menghargai setiap proses yang saya lakukan.				
31	Saya percaya bahwa usaha saya selama ini akan membuahkan hasil.				
32	Saya tidak tahu bagaimana cara mewujudkan impian saya.				
33	Saya merasa puas dengan kehidupan saya saat ini.				

SKALA PENELITIAN

LAMPIRAN KUISIONER PENELITIAN
HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS*
PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA

Identitas Responden

Nama :

NPM :

Kelas :

Umur :

Jenis Kelamin :

FAKULTAS :

Jenis Kelamin :

Laki-laki

Perempuan

Stambuk :

Sedang mengerjakan skripsi :

SEMPRO

SEMHAS

SIDANG

Medan.....2023

Responden

(.....)

Petunjuk Pengisian :

Berdasarkan atas pengalaman mahasiswa/mahasiswi, berilah **tanda centang** (√) pada salah satu jawaban yang tersedia dan yang paling sesuai dengan pendapat mahasiswa/mahasiswi. Apabila terjadi kesalahan dalam pengisian dan ingin memperbaikinya beri **tanda silang (X)**. dan kemudian **tanda centang** (√) pada jawaban yang baru. Kuisisioner ini terdiri dari 63 pernyataan dengan 4 jawaban yaitu jawaban SS, S, TS dan STS.

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

Skala *Quarter Life Crisis* (Y)

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya memiliki beberapa impian dan mengetahui cara mewujudkannya.				
2	Saya takut ketika saya harus melakukan revisi terus menerus.				
3	Saya yakin semua keputusan yang telah saya ambil adalah keputusan terbaik.				
4	Saya merasa kesulitan saat mengerjakan skripsi karena saya merasa tidak mampu .				
5	Saya merasa mampu melewati berbagai tantangan dalam hidup saya.				
6	Saya merasa tertantang dalam mencari referensi saat mengerjakan skripsi.				
7	Saya merasa ragu ketika menghadapi pilihan-pilihan di kehidupan masa depan.				
8	Saya menghargai setiap proses yang terjadi.				
9	Saya tidak mengkhawatirkan masa depan saya.				
NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS

10	Saya merasa gelisah ketika memikirkan hubungan percintaan saya, seperti putus dari kekasih atau ketidakmampuan memperoleh pasangan.				
11	Saya memiliki gambaran yang jelas mengenai masa depan saya.				
12	Saya merasa kehidupan saya akan berjalan dengan baik.				
13	Saya merasa puas dengan kehidupan saya saat ini				
14	Saya merasa tidak sehebat teman saya dalam bidang akademis.				
15	Saya merasa takut tidak lulus kuliah tepat waktu.				
16	Saya merasa kehidupan saya tidak berjalan sesuai rencana				
17	Saya menemukan banyak kekurangan dalam diri saya dibandingkan kelebihan saya.				
18	Saya khawatir setelah lulus kuliah akan sulit mendapatkan teman atau pasangan.				
19	Saya bingung harus mengikuti kata orang tua atau keinginan saya.				
20	Saya merasa saya akan lulus tepat waktu.				
21	Saya merasa percaya diri dalam mengambil keputusan.				
22	Saya yakin dapat segera menyelesaikan perkuliahan saya.				
23	Jika terjadi perselisihan dengan orang tua, saya mampu menyelesaikan permasalahannya.				
24	Saya mulai membangun relasi sebanyak mungkin semasa kuliah				
25	Saya khawatir salah dalam memutuskan arah karier saya.				
NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
26	Saya memiliki target dan menghargai setiap proses yang saya lakukan.				

27	Saya percaya bahwa usaha saya selama ini akan membuahkan hasil.				
28	Saya tidak tahu bagaimana cara mewujudkan impian saya.				
29	Saya merasa puas dengan kehidupan saya saat ini.				

Skala Kecerdasan Emosi (X)

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu mengungkapkan perasaan yang sedang saya rasakan.				
2	Saya mencari apa penyebab dari masalah yang menimpa saya.				
3	Saya paham bagaimana mengendalikan diri ketika berada pada situasi sulit.				
4	Ketika saya tidak mendapatkan apa yang saya mau, saya menerimanya dengan ikhlas.				
5	Walaupun dalam keadaan lelah saya mampu menyelesaikan skripsi saya.				
6	Saya merasa iba dengan masalah yang menimpa teman saya.				
7	Saya senang ketika teman saya curhat kepada saya.				
8	Saya mampu memotivasi teman-teman untuk lebih bersemangat dalam belajar.				
9	Saya langsung marah ketika saya tidak mendapatkan apa yang saya inginkan.				
10	Saya tidak suka mendengarkan curhatan/ masalah teman-teman saya				
NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
11	Ketika teman saya mendapat masalah, saya bersikap acuh tak acuh.				
12	Jika sedang bosan, saya langsung meninggalkan pekerjaan yang sedang saya lakukan.				

13	Saya mudah marah tanpa alasan yang jelas.				
14	Saya merasa khawatir untuk melakukan hal hal yang baru.				
15	Saya mudah bergaul dengan siapa saja.				
16	Saya tahu kapan saya sedih dan saya senang.				
17	Saya mampu memfokuskan pikiran saya ketika sedang mempunyai masalah.				
18	Saya tidak mampu memberi nasihat kepada teman-teman saya.				
19	Saya tidak mampu memahami bagaimana perasaan orang lain terhadap saya.				
20	Saya merasa mampu mendorong diri saya agar rajin belajar.				
21	Saya yakin bahwa saya akan memperoleh hasil yang maksimal dengan potensi yang saya miliki.				
22	Saya suka mencoa hal-hal yang baru.				
23	Saya mampu memahami bagaimana perasaan orang lain terhadap saya.				
24	Saya gampang membuka pembicaraan dengan orang yang baru saya temui.				
25	Saya tidak mampu untuk memulai pembicaraan dengan orang asing.				



LAMPIRAN F
SURAT BUKTI PENELITIAN



Nomor : 1384/FPSI/01.10/VI/2023
Lampiran : -
Hal : Penelitian

19 Juni 2023

Yth. Bapak/Ibu Wakil Rektor Bidang Pengembangan SDM dan
Administrasi Keuangan
Universitas Medan Area
di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Natasya Rodiah Azizi
NPM : 198600159
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Jl. Kolam Nomor 1 Medan Estate / Jl. Gedung PBSI, Medan 20223 guna penyusunan skripsi yang berjudul *"Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area"*.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Universitas yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian Dan
Kerjasama Dengan Masyarakat



Yusli Afifa, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip





UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
 Kampus II : Jalan Setaibudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 1121/UMA/B/01.7/VI/2023
 Lamp. : 1 (satu) Berkas
 Hal : Izin Penelitian Dan Pengambilan Data

26 Juni 2023

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
 Universitas Medan Area
 di - M e d a n

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor 1384/FPSI/01.10/VI/2023 tertanggal 19 Juni 2023 perihal Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data Tugas Akhir di Universitas Medan Area oleh mahasiswa :

Nama : Natasya Rodiah Azizi
No. Pokok Mahasiswa : 198600159
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan melaksanakan pengambilan data di Lingkungan Universitas Medan Area, untuk penunjang tugas akhir dengan judul Skripsi "**Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area.**" Dengan tetap mengikuti protokol Covid-19.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wakil Rektor Bidang Pengembangan
 Sistem dan Administrasi Keuangan,

 D. Kuswati, MP

Tembusan :
 1. Mahasiswa Ybs
 2. File





UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223

Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122

Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

SURAT KETERANGAN Nomor : 1212/UMA/B/01.7/VII/2023

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Natasya Rodiah Azizi
No. Pokok Mahasiswa : 198600159
Fakultas : Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area pada tanggal 19 sd 29 Juni 2023 dengan Judul skripsi judul “Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area”.

Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 07 Juli 2023.

An Rektor,

Wakil Rektor Bidang Pengembangan SDM dan

Manajemen Keuangan,


Sriwati, MP

Tembusan :

- Mahasiswa Ybs
- File



Dipindai dengan CamScanner

