HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA DEWASA AWAL DI LINGKUNGAN HAMPARAN PERAK

SKRIPSI

OLEH :

DIAJENG DIAH PRATIWI

20.860.0014

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

MEDAN

2024

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA DEWASA AWAL DI LINGKUNGAN HAMPARAN PERAK

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi

OLEH :

DIAJENG DIAH PRATIWI
20.860.0014

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2024

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan *Self Esteem* Dengan *Quarter Life Crisis* Pada Dewasa Awal Di Lingkungan Hamparan Perak
Nama : Diajeng Diah Pratiwi
NPM : 208600014
Fakultas : Psikologi

Disetujui Oleh
Komisi Pembimbing

Atika Mentari Nataya Nasution, S. Psi, M. Psi, Psikolog
Pembimbing

Dr. Siti Aisyah, S. Psi, M. Psi, Psikolog
Dekan

Faadhil, S. Psi, M. Psi, Psikolog
Ketua Prodi Psikologi

Tanggal disetujui : 12 September 2024

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

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 penelitian skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penelitian ilmiah.

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

Medan, 12 September 2024

Diajeng Diah Pratiwi
20.860.0014

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

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

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

Nama	: Diajeng Diah Pratiwi
NPM	: 20.860.0014
Program Studi	: Ilmu Psikologi
Fakultas	: Psikologi
Jenis Karya	: Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 12 September 2024

Yang menyatakan

Diajeng Diah Pratiwi
20.860.0014

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

ABSTRAK

HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA DEWASA AWAL DI LINGKUNGAN HAMPARAN PERAK

Diajeng Diah Pratiwi
20.860.0014
Email : diajengdp4292@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self esteem* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal di lingkungan Hamparan Perak. Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif, subjek penelitian ini adalah individu dewasa awal di lingkungan Hamparan Perak. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 100 individu dewasa awal. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala likert, dimana terdapat skala *Self Esteem* dan skala *Quarter Life Crisis*. Teknik analisis data menggunakan teknik *Korelasi Product Moment*. Berdasarkan hasil analisis *korelasi product moment* menunjukkan adanya hubungan negatif antara *self esteem* dan *quarter life crisis,* (r_{xy}) sebesar = -0,731 dengan signifikasi p=0,000 (p<0,05), artinya hipotesis penelitian **diterima** yaitu ada hubungan negatif. Koefisien determinan (r^2) yang memiliki nilai 0,535 atau setara dengan 53,5% maka *self esteem* memberikan kontribusi sebesar 53,5% terhadap *quarter life crisis*, sedangkan 46,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Kata Kunci: Dewasa Awal; *Self Esteem*; *Quarter Life Crisis.*

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN SELF-ESTEEM AND QUARTER-LIFE CRISIS IN EARLY ADULTHOOD IN THE HAMPARAN PERAK COMMUNITY

Diajeng Diah Pratiwi
20.860.0014
Email : diajengdp4292@gmail.com

This study aimed to examine the correlation between self-esteem and quarter-life crisis in early adulthood within the Hamparan Perak community. The research used a quantitative method, with early adulthood individuals in Hamparan Perak as the subjects. The sample consisted of 100 early adults, selected through purposive sampling. Data were collected using Likert scales, with a specific self- esteem scale and a quarter-life crisis scale. The data analysis was performed using the Product Moment Correlation technique. The results of the analysis revealed a negative correlation between self-esteem and quarter-life crisis, with an (r_{xy}) value of -0.731, meaning the research hypothesis was accepted, indicating a negative correlation. The coefficient of determination (r^2) was 0.535, indicating that self-esteem contributed 53.5% to the quarter-life crisis, while the remaining 46.5% was influenced by other factors.

Keywords: *Early Adulthood, Self-Esteem, Quarter-Life Crisis*

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Klambir Lima Kebun pada 19 Juni 2002 dari Bapaknya bernama Rahman, S.Pd dan Ibunya bernama Subiatik. Peneliti merupakan anak kedua dari dua bersaudara, kakak perempuannya bernama Dwiya Septy Pratiwi, S.AP.

Tahun 2020 peneliti lulus dari SMA Negeri 1 Hamparan Perak dan pada tahun 2020 terdaftar sebagai Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Peneliti merupakan guru BK di sekolah SMA Negeri 1 Hamparan Perak sejak tahun 2022 hingga saat ini peneliti masih bekerja di sekolah SMA Negeri 1 Hamparan Perak.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat serta pertolongan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta dan selalu tercurahkan kepada junjungan besar Nabi Muhammaad SAW yang dinanti-nantikan syafaatnya di yaumul qiyamah kelak.

Pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Atika Mentari Nataya Nasution, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing yang selalu bersedia meluangkan waktu untuk membantu, memberikan arahan, dan motivasi kepada peneliti. Ibu Yunita, M. Kos. M.Psi selaku ketua panitia, Ibu Fikriyah Iftinan Fauzi, S.Psi, M.Psi selaku sekretaris dan Ibu Ira Kesuma Dewi, S.Psi, M.Psi selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan pertanyaan yang membangun dalam menyempurnakan skripsi peneliti dan seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah mengajar peneliti selama perkuliahan berlangsung.

Peneliti berterima kasih kepada Kepala Camat Kec. Hamparan Perak yang telah membantu dalam proses penelitian ini. Kepada Bapak peneliti tersayang Rahman, S.Pd terima kasih banyak atas nasehat, dukungan, jasamu dan kasih sayang yang selalu peneliti ingat dalam kehidupan peneliti. Kepada kedua Ibu peneliti tersayang Subiatik dan Marlianim, S.Pd, M.Si terima kasih atas dukungannya serta kepada kaka peneliti tercinta Dwiya Septy Pratiwi, S.AP terima kasih selalu memberi semangat. Peneliti juga berterima kasih kepada Amazing Amigos, Eka, Nisa, Fudza, Tria, Vanka, Rahma, Lastri, Rekan kerja dan teman-teman yang telah terlibat dalam proses pengerjaan dan membantu peneliti.

Medan, 12 September 2024

Diajeng Diah Pratiwi

20.860.0014

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN ..... **ii**
HALAMAN PERNYATAAN ..... **iii**
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ..... **iv**
ABSTRAK ..... **vi**
ABSTRACT ..... **vii**
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... **viii**
KATA PENGANTAR ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR TABEL ..... **xii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 7
1.3 Tujuan Penelitian 7
1.4 Hipotesis Penelitian 7
1.5 Manfaat Penelitian 7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **9**
2.1 Quarter Life Crisis 9
2.1.1 Pengertian Quarter Life Crisis 9
2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Quarter Life Crisis* 11
2.1.3 Aspek-Aspek Quarter Life Crisis 14
2.1.4 Karakteristik Quarter Life Crisis 21
2.2 Self Esteem 22
2.2.1 Pengertian *Self Esteem* 22
2.2.2 Faktor-Faktor *Self Esteem* 24
2.2.3 Aspek-Aspek *Self Esteem* 26
2.3 Hubungan Self Esteem dengan Quarter Life Crisis 31
2.4 Kerangka Konseptual 33

© 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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

BAB III METODE PENELITIAN 34
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian 34
3.2 Bahan dan Alat 34
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian 35
3.4 Metodologi Penelitian 36
3.4.1 Metode Pengumpulan Data 36
3.4.2 Validitas dan Realibilitas 40
3.4.3 Metode Analisis Data 41
3.5 Populasi dan Sampel 42
3.5.1 Populasi 42
3.5.2 Sampel 42
3.6 Prosedur Kerja 43
3.6.1 Persiapan Penelitian 43
3.6.2 Persiapan Alat Ukur Penelitian 43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 44
4.1 Hasil Penelitian 44
4.1.1 Analisis Uji Coba Alat Ukur 44
4.1.2 Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas 46
4.1.3 Hasil Uji Asumsi 49
4.1.4 Uji Normalitas 49
4.1.5 Uji Linieritas 50
4.1.6 Hasil Uji Hipotesis 51
4.1.7 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik 52
4.2 Pembahasan 55
BAB V KESIMPULAN 60
5.1 Simpulan 60
5.2 Saran 61
DAFTAR PUSTAKA 63

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
Document Accepted 7/10/24
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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian 34
Tabel 3.2 Blue Print Skala *Quarter Life Crisis* Uji Coba 38
Tabel 3.3 Populasi Penelitian 42
Tabel 4.1 Distribusi Skala *Quarter Life Crisis* Sebelum Uji Coba 45
Tabel 4.2 Distribusi Skala *Self Esteem* Sebelum Uji Coba 46
Tabel 4.3 Distribusi Skala *Quarter Life Crisis* Setelah Uji Coba 47
Tabel 4.4 Realibility Statistics *Quarter Life Crisis* 48
Tabel 4.5 Distribusi Skala *Self Esteem* Setelah Uji Coba 48
Tabel 4.6 Realibility Statistics *Self Esteem* 49
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas *Quarter Life Crisis* dan *Self Esteem* 49
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas Hubungan 50
Tabel 4.9 Hasil Analisis Uji Hipotesis 51
Tabel 4.10 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik 53

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual..... 33
Gambar 4.1 Kurva Distribusi Variabel *Quarter Life Crisis*..... 54
Gambar 4.2 Kurva Distribusi Variabel *Self Esteem* 54

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Alat Ukur Lembar Skala 67
Lampiran 2 Tabulasi Data Mentah 74
Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas 85
Lampiran 4 Uji Normalitas 96
Lampiran 5 Uji Linieritas 99
Lampiran 6 Uji Hipotesis 103
Lampiran 7 Surat Keterangan Bukti Penelitian 105
Lampiran 8 Surat Pernyataan Kesediaan 109

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
Document Accepted 7/10/24
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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dewasa awal adalah fase psikologis yang umumnya berlangsung pada usia 20-an hingga awal 30-an, di mana individu mengalami perubahan signifikan dalam identitas diri, eksplorasi karir, dan perkembangan hubungan interpersonal yang lebih dalam. Pada periode ini, seseorang berada di puncak kesehatan dan kebugaran fisik, dengan potensi untuk mengalami perkembangan positif yang melebihi masa remaja. Meskipun dewasa awal menawarkan banyak kesempatan untuk eksplorasi diri, periode ini juga dihadapkan pada berbagai tantangan Halfon et, al., (dalam Herawati & Hidayat, 2020).

Proses perkembangan merupakan bagian tak terpisahkan dari kehidupan, dan setiap tahap perkembangan memiliki tantangan tersendiri. Masa transisi dari remaja ke dewasa awal adalah fase yang menarik dan penuh perhatian, karena karakteristik utamanya adalah berbagai tantangan yang harus dihadapi. Di awal masa dewasa, individu sering menghadapi masalah baru yang memerlukan tanggung jawab lebih besar, serta mengalami perubahan kognitif, fisik, dan emosional yang signifikan menuju kematangan dan kebijaksanaan. (Gendolang & Ambarwati, 2023; Afnan et al., dalam (Sari & Aziz, 2022).

Quarter-life crisis merupakan salah satu fenomena emosional yang sering muncul pada saat ini. Pada tahap ini, orang mungkin menghadapi pertanyaan dari faktor lingkungannya sehubungan dengan kelulusan,

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

pekerjaan, atau pernikahan. Setiap individu menjawab kesulitan dan permintaan masa dewasa awal dengan berbagai cara, dan tidak setiap orang dapat menaklukkan kesulitan tersebut tanpa masalah. *Quarter Life Crisis,* menurut Wilner, adalah masa krisis pada usia 20-an yang ditandai dengan ketidakstabilan ekstrem, perubahan terus-menerus, melimpahnya pilihan, dan kepanikan yang disebabkan oleh perasaan tidak berdaya (Sari & Aziz, 2022).

Buku *"Quarter Life Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties"*, yang ditulis oleh Robbins dan Wilner pada tahun 2001, merupakan awal mula istilah "*quarter life crisis*". Ini menggambarkan kesulitan yang dihadapi orang ketika mengambil keputusan mengenai karier, keuangan, pengaturan hidup, dan hubungan dengan orang lain. Ciri-ciri seseorang yang mengalami *quarter life crisis* biasanya digambarkan dengan kecenderungan tunggal yaitu tidak memiliki gambaran sama sekali tentang tujuan hidupnya sehari-hari, pencapaian di usia 20-an yang tidak sesuai asumsi, perasaan takut terhadap kekecewaan dan perasaan takut karena tidak memiliki pilihan untuk mengambil keputusan terbaik untuk sebuah pilihan.

Keadaan darurat di seperempat kehidupan sering kali dapat berdampak buruk pada tingkat harga diri seseorang. Orang cenderung merefleksikan arah dan pencapaian hidup mereka selama fase ini. Keraguan pada diri sendiri dapat diakibatkan oleh proses ini, terutama jika ekspektasi yang tidak terpenuhi menyebabkan perasaan tidak berdaya atau gagal. Oleh karena itu, penting bagi orang-orang yang sedang mengalami *quarter life crisis* untuk memahami bahwa perjalanan hidup itu dinamis dan memiliki *self esteem* yang tinggi dapat menjadi kunci untuk mengatasi hambatan.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Membangun rasa percaya diri mencakup menoleransi kerentanan, menciptakan kemampuan dan mengingat nilai diri sendiri, sehingga individu dapat menghadapi masa kemajuan ini dengan lebih baik dan lebih tegas. Oleh karena itu, salah satu elemen yang berdampak pada keadaan darurat *quarter life crisis* ini adalah *self esteem*.

Self esteem, sebagaimana didefinisikan oleh Rosenberg (1965), bisa positif (tinggi) atau negatif (rendah). *Self esteem* yang rendah cenderung membuat orang lebih rentan terhadap depresi, penyalahgunaan zat, dan kekerasan. *Self esteem* yang tinggi dapat membantu seseorang mengembangkan dorongan, keserbagunaan, dan pemenuhan identitas yang sehat. Ciri-ciri individu yang memiliki *self esteem* dapat ditandai dengan berbagai aspek positif dalam cara seseorang memandang diri sendiri dan berinteraksi dengan lingkungan. Individu yang memiliki harga diri yang baik cenderung mampu menerima diri apa adanya, baik kelebihan maupun kekurangan. Menurut Malbi & Reasoner dalam (Mujianto, Agus 2021), *self esteem* merupakan keyakinan individu bahwa dirinya mampu dan berguna dalam kehidupan. Orang yang memiliki *self esteem* tinggi biasanya mencapai prestasi yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang memiliki *self esteem* rendah. Mereka yang percaya bahwa mereka mampu mengejar tujuan mereka, sukses, dan kompetitif akan mengerahkan upaya lebih besar dibandingkan mereka yang percaya bahwa mereka tidak mampu.

Berdasarkan temuan penelitian oleh Mujianto dan Agus (2021), mayoritas dari 55 mahasiswa yang terlibat mengalami tingkat *quarter-life crisis* yang sedang. Lebih rinci, 18% di antaranya menunjukkan tingkat

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

quarter-life crisis yang tinggi, 64% berada pada tingkat sedang dan 18% memiliki tingkat yang rendah. Dalam hal harga diri, rata-rata responden berada pada tingkat sedang, dengan 13% memiliki harga diri tinggi, 67% berada pada tingkat sedang, dan 20% menunjukkan tingkat harga diri yang rendah. Hasil penelitian mendukung hipotesis peneliti (Ha) bahwa mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah IAIN Salatiga mengalami *quarter-life crisis* dan rendahnya harga diri. Koefisien *Korelasi Pearson Product Moment* yang sebesar -0,624 menunjukkan adanya korelasi kuat antara rendahnya harga diri dan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir.

Di Hamparan Perak, perubahan sosial dan lingkungan berkaitan dengan fenomena yang dapat mempengaruhi generasi muda yang mengalami *quarter-life crisis* dan mengalami permasalahan pada *self esteem*. Berdasarkan wawancara peneliti, individu berinisial EN ini menyatakan bahwa dirinya kurang mampu menerima diri sendiri dan selalu berpikiran negatif terhadap masa depannya yang kurang baik, yang menghantuinya karena tidak mampu meraih masa depan cerah. Hal ini disebabkan oleh meninggalnya ibunya pada tahun 2021 yang turut menyebabkan kelemahan fisiknya. Terlebih lagi, individu berinisial JY ini merasakan bahwa ia mengalami permasalahan pada *self esteem* nya sehingga berdampak pada *quarter life crisis* yang ia alami, mengalami peningkatan kesuraman yang tinggi, kemudian pada saat itu ia juga merasakan bahwa orang tuanya ingin agar dia menjadi seorang pendidik, padahal dia tidak membutuhkan profesi itu. Hal lain yang menimpa individu berinisial RM ini adalah ia merasa takut dan bingung akan menjadi siapa dirinya di masa depan. Ia takut ketika lulus

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

kuliah, ia tidak bisa mendapatkan pekerjaan yang cocok untuknya. Selanjutnya, individu berinisial RR dan MF merasa sangat bingung dan tidak yakin. Di usianya yang sudah seharusnya mereka memiliki rencana masa depan yang jelas, namun mereka merasa masih mencari jati diri dan tujuan hidup. Namun MF sendiri menganggap dia tidak cukup baik dalam pekerjaannya, sehingga merusak harga dirinya.

Dari hasil wawancara dan observasi yang peneliti lakukan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas individu dewasa awal mengalami *quarter-life crisis* dengan intensitas sedang, disertai dengan tingkat *self esteem* yang berada pada kategori sedang juga di Hamparan Perak menekankan pentingnya pencapaian dalam karir dan pendidikan yang dapat menjadi sumber tekanan bagi individu di usia dewasa awal. Hal ini menciptakan tantangan baru yang harus dihadapi oleh dewasa awal yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini sejalan dengan temuan bahwa harga diri (*Self-Esteem*) memiliki hubungan yang signifikan dengan krisis yang dialami individu pada usia *Emerging Adulthood* (Chung et al., 2014). *Self-Esteem* merujuk pada penilaian subjektif seseorang terhadap nilai diri mereka sendiri. *Self esteem* yang tinggi dapat berfungsi sebagai pelindung terhadap berbagai masalah kesehatan dan sosial, serta membantu mengurangi kecemasan, stres, dan depresi, sambil mendukung pencapaian kepuasan hidup dan kesuksesan. Individu dengan *self esteem* tinggi cenderung memiliki keyakinan diri yang kuat untuk menghadapi tantangan hidup dan merasa lebih layak menikmati hasil usaha mereka sendiri (Branden, 2021). Sebaliknya, *self esteem* yang rendah sering dikaitkan

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

dengan perasaan ketidakmampuan, ketidakpentingan, dan ketidaklayakan (Chung et al., 2014; Maddy et al., 2015).

Pada masa *emerging adulthood*, individu sering menghadapi berbagai kesulitan, seperti ketidakpuasan terhadap kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan, tantangan dalam mencari atau mempertahankan pekerjaan, serta pencarian makna hidup (Atwood & Scholtz, 2008; Robinson & Wright, 2013; Robbins & Wilner, 2001; Arnett, 2000). Kondisi ini dapat memicu gejala *quarter-life crisis*, seperti stres, keraguan diri, kecemasan, ketakutan akan kegagalan, dan depresi (Husain K & Suminar D., et al., 2022).

Jika seseorang mengalami *self esteem* yang rendah dan krisis seperempat usia yang signifikan, dampak krisis tersebut bisa menjadi lebih parah. *Self esteem* yang rendah dapat menyebabkan keraguan terhadap kemampuan diri, rasa tidak berharga, dan kesulitan dalam mengatasi tantangan. Hal ini bisa memengaruhi keputusan, motivasi, dan hubungan sosial seseorang. Sebaliknya, individu dengan *self esteem* tinggi dan *quarter life crisis* yang rendah kemungkinan dapat lebih baik dalam menghadapi tantangan, merasa lebih percaya diri dalam membuat keputusan, dan lebih mudah menyesuaikan diri dengan perubahan. *Self esteem* yang tinggi berfungsi sebagai pendorong motivasi, menjaga keseimbangan emosional, dan meningkatkan fleksibilitas dalam menghadapi perubahan.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Hubungan *Self Esteem* dengan *Quarter Life Crisis* pada Dewasa Awal di Lingkungan Hamparan Perak".

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang penelitian diatas dapat dirumuskan permasalahan penelitian, yaitu: "Apakah ada hubungan antara self esteem dengan quarter life crisis pada Dewasa Awal di Lingkungan Hamparan Perak?"

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada masalah yang diuraikan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menguji secara empiris Hubungan *Self Esteem* dengan *Quarter Life Cris*is pada Dewasa Awal di Lingkungan Hamparan Perak.

1.4 Hipotesis Penelitian

Terdapat hubungan negatif antara *self esteem* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal di lingkungan Hamparan Perak. Dengan asumsi semakin tinggi tingkat *self esteem*, maka semakin rendah *quarter life crisis* yang dialami dewasa awal. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat *self esteem* maka semakin tinggi *quarter life crisis* yang dialami dewasa awal.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian ini secara teoritis yaitu memberikan sumbangan pada ilmu psikologi tentang *self esteem* dan *quarter life crisis* yang dianggap sebagai individu yang memiliki harga diri dan mampu menjalankan masa krisis nya untuk masa depan. Khususnya pada bidang ilmu psikologi sering disebut dengan tugas perkembangan. Tugas perkembangan akan sangat

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

mempengaruhi perkembangan individu tersebut di masa selanjutnya, dalam hal ini yaitu masa dewasa awal.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan memberikan dorongan bagi peneliti lain yang berminat mengeksplorasi topik terkait, sehingga studi psikologi dapat terus berkembang sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman dan memberikan informasi yang bermanfaat bagi individu yang memasuki masa dewasa awal, khususnya mengenai *self-esteem dan quarter-life crisis.* Kemudian hasil penelitian ini dapat memberikan dasar untuk penyusunan kebijakan sosial yang lebih efektif untuk mendukung kesejahteraan psikologis individu dan komunitas dewasa awal di lingkungan Hamparan Perak.

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Quarter Life Crisis*

2.1.1 Pengertian *Quarter Life Crisis*

Istilah ini pertama kali diperkenalkan oleh Robbins dan Wilner (2001) dalam bukunya yang berjudul *Quarter-Life Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties* (Amalia et al., 2021). Buku tersebut menerangkan tentang penderitaan individu dalam membuat keputusan mengenai pekerjaan, finansial, cara hidup, dan hubungan sosial dengan sesama (Amalia et al., 2021).

Robbins dan Wilner (2001) mendefinisikan *quarter-life crisis* sebagai suatu fase yang dirasakan oleh individu setelah menyelesaikan pendidikan tinggi, dimana individu mengalami kegelisahan, tekanan untuk menghadapi realita kehidupan yang terus menerus berubah, menemui banyaknya pilihan yang mengakibatkan individu menjadi ragu, merasa tidak berdaya, dan panik (Sujudi, 2020). *Quarter-life crisis* sering ditemui pada individu di usia yang sama dengan *emerging adulthood*, yaitu sekitar 20-an- 30-an (Sujudi, 2020).

Robinson, dalam (Amalia et al., 2021) menyatakan bahwa individu mulai mempertanyakan hidupnya, merasa hanya jalan di tempat, kurang motivasi, bingung antara keluar dari zona nyaman atau tidak, tidak senang dengan capaian yang didapat, merasa terombang-ambing, tertekan dengan lingkungan, serta membandingkan diri dengan orang lain. Individu yang mengalami krisis kurang mampu untuk menerima kondisi diri sendiri serta

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

keterbatasan yang dimiliki, kurang mampu mengoptimalkan potensi diri dalam upaya pengembangan diri. Kegagalan ini menurut Robinson dalam (Amalia et al., 2021) berpengaruh pada penghargaan diri (*self esteem*), afek positif dan kesejahteraan psikologis individu.

Menurut Thorspecken dalam (Lestari et al., 2022), *quarter life crisis* adalah periode stress, ketidak-stabilan, dan perubahan besar pada kehidupan. *Quarter life crisis* terjadi ketika seseorang berada pada masa dewasa awal, mulai meragukan tentang masa depan mereka, dan merasa terjebak dengan pilihan hidupnya. Fischer dalam (Fadhilah et al., 2022) menjelaskan lebih lanjut bahwa *quarter life crisis* merupakan suatu perasaan takut, cemas terhadap kehidupan masa depan, kebingungan identitas, dan kekecewaan atas sesuatu yang bisa menimbulkan respon berupa stress bahkan depresi yang muncul saat individu mencapai usia 20 tahun.

Quarter Life Crisis merupakan perasaan yang muncul pada saat individu mencapai usia pertengahan 20-an tahun, dimana ada perasaan takut terhadap kelanjutan hidup di masa depan, urusan karier, relasi dan kehidupan sosial (Afnan et al., 2020). *Quarter Life Crisis* juga bisa didefinisikan dengan sebuah fase pergolakan emosional yang terjadi pada tahapan transisi dari remaja akhir menuju masa dewasa awal yang disertai dengan munculnya kebingungan, rasa putus asa serta kecemasan (Sari & Aziz, 2022). Individu yang mengalami *quarter-life crisis* akan melalui beberapa tahapan. Menurut Robinson (dalam Putri, 2020:16) ada 5 fase yang dilalui oleh individu dalam *quarter-life crisis*, antara lain :

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

1. Fase pertama, adanya perasaan terjebak dalam berbagai pilihan dan tidak dapat memutuskan apa yang harus dilakukan dalam hidup.
2. Fase kedua, adanya dorongan yang kuat untuk mengubah situasi.
3. Fase ketiga, melakukan tindakan-tindakan yang sifatnya sangat genting. Seperti keluar dari pekerjaan atau memutuskan hubungan yang sedang dijalani, kemudian mulai mencoba pengalam baru.
4. Fase keempat, membangun pondasi baru dimana individu dapat mengendalikan arah tujuan hidupnya sendiri.
5. Fase kelima, membangun kehidupan baru dan lebih fokus pada hal- hal yang memang menjadi minat serta sesuai dengan nilai-nilai yang diyakini oleh individu tersebut.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa, *Quarter Life Crisis* adalah fase dimana individu mulai merasakan ketakutan, kecewa, khawatir, bingung serta ragu dalam menghadapi kehidupan di masa depan ini biasanya terjadi pada usia 20-30 tahun yang mulai mempertanyakan kehidupannya kedepan.

2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Quarter Life Crisis*

Terdapat faktor internal dan eksternal yang menjadi penyebab terjadinya krisis usia seperempat abad. Faktor internal merupakan hal-hal yang menyebabkan krisis usia seperempat abad yang berasal dari dalam diri individu, antara lain (Wijaya & Utami, 2021) :

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

a. *Self-esteem*

Olenik-Shemesh et al., harga diri didefinisikan sebagai sikap positif atau negatif terhadap diri sendiri, yang disebut sebagai harga diri global individu, dan sebagai apresiasi terhadap diri sendiri.

b. Coping

Mikula et al., mengatasi efikasi diri merupakan suatu konstruk yang menggambarkan kemampuan seseorang untuk melakukan perilaku tertentu dengan sukses dengan hasil yang diharapkan.

c. Religiusitas

Habibie et al., religiusitas berperan bagi individu di dalam menghadapi masa *quarter-life crisis.*

d. Resiliensi

Balzarie et al., resiliensi menjadi aspek penting bagi individu dalam mengatasi, meningkatkan diri dalam menghadapi berbagai kesulitan, tantangan yang dialaminya.

e. Kepribadian

Baumert et al., kepribadian merupakan pola karakteristik perilaku seseorang dalam pengertian yang luas, meliputi pikiran, perasaan, dan motivasi.

Sementara faktor eksternal adalah hal-hal yang menjadi penyebab terjadinya krisis yang berasal dari luar diri individu, seperti :

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

a. Masa transisi

Arnett., munculnya masa dewasa diusulkan sebagai konsepsi baru tentang perkembangan periode dari akhir masa remaja hingga usia dua puluhan, dengan fokus pada usia 18-25 tahun.

b. Dukungan sosial

Praharso et al., pendekatan identitas sosial menunjukkan bahwa dukungan sosial bukanlah sumber daya yang dapat berasal dari hubungan sosial apa pun. Sebaliknya, dukungan sosial muncul dari keanggotaan kelompok, sehingga lebih mungkin diberikan.

c. Kondisi karier

Haase et al., orang dewasa muda mencapai tujuan pekerjaan mereka berkaitan erat dengan perubahan kesejahteraan mereka. Peningkatan keterlibatan tujuan pekerjaan di kaitkan dengan peningkatan berbagai aspek kesejahteraan; peninkatan pelepasan tujuan di kaitkan dengan penurunan berbagai aspek kesejahteraan selama transisi ke pekerjaan. Namun, bahkan dalam situasi di mana keterlibatan tujuan dalam pekerjaan dilakukan tepat waktu dan sangat adaptif.

d. Parenting

Kins et al., pentingnya hubungan antara orang tua dan anak yang mendukung otonomi (kemandirian) selama masa dewasa awal, yang artinya pada fase perkembangan ini anak mendapatkan manfaat dari budaya keluarga yang mendukung otonomi untuk menata hidupnya dan membuat keputusan untuk hidupnya.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* yaitu terdapat faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari: *self esteem*, *coping*, religiusitas, resiliensi dan kepribadian. Pada faktor eksternal terdiri dari: masa transisi, dukungan sosial, kondisi karir, dan *parenting*.

Penelitian ini lebih memfokuskan pada faktor internal, yaitu *Self Esteem*.

2.1.3 Aspek-Aspek *Quarter Life Crisis*

Menurut Robbins dan Wilner (2001) terdapat tujuh aspek *quarter life crisis*, antara lain :

a. Kebimbangan dalam pengambilan keputusan

Pada usia dewasa individu akan dihadapkan oleh banyaknya pilihan hidup. Dari banyaknya pilihan hidup tersebut akan memunculkan harapan-harapan baru pada individu mengenai masa depan, sehingga terkadang menimbulkan kebingungan hingga ketakutan. Kebingungan dan ketakutan tersebut disebabkan karena adanya kekhawatiran atas kesalahan dalam pengambilan keputusan, yang mungkin dapat berdampak jangka pendek maupun jangka panjang. Selain itu, individu pada usia ini juga masih belum memiliki banyak pengalaman sehingga masih sering merasa bimbang dalam mengambil keputusan. Ciri-cirinya antara lain :

1. Ragu
2. Ketakutan

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

b. Khawatir terhadap hubungan interpersonal

Di Indonesia, individu yang memasuki usia 20an biasanya diharuskan sudah menikah dan menjalin hubungan interpersonal. Individu yang mengalami quarter life crisis akan merasa tertekan saat menghadapi masalah dan merasa masalah yang dihadapi sangat berat. Perasaan tersebut mengakibatkan aktivitas individu menjadi terganggu dan tidak maksimal, karena merasa bahwa permasalahan yang sedang dihadapi selalu datang dan membebaninya. Ciri-cirinya antara lain :

1. Merasa gagal dalam hubungan asmara
2. Kurang pergaulan dan relasi

c. Rasa cemas

Saat memasuki dewasa awal individu akan memiliki banyak harapan dan impian yang ingin dicapai, namun terasa sulit karena dibayangi oleh perasaan khawatir dan takut tidak bisa memberikan hasil yang memuaskan. Biasanya pada masa ini individu ingin melakukan segala sesuatu dengan sebaik mungkin serta menghindari kegagalan. Perasaan tersebut membuat individu merasa tertekan karena hal demikian mungkin saja dialaminya. Ciri-cirinya antara lain:

1. Gelisah
2. Mudah tersinggung
3. Waspada berlebihan
4. Khawatir berlebihan

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

d. Perasaan tertekan

Perasaan ini dapat muncul pada individu, rasa tertekan dengan masalah yang dihadapinya serta merasa bahwa persoalan yang dihadapi setiap harinya bertambah berat. Perasaan tersebut dapat mengganggu individu dalam melakukan aktivitasnya karena merasa terbebani. Ciri-cirinya antara lain :

1. Merasa kesal
2. Gampang emosi
3. Tidak toleran terhadap orang lain
4. Sulit mengambil keputusan
5. Timbul gangguan tidur
6. Tampak lemas
7. Lesu, tidak berenergi atau kelelahan

e. Penilaian diri yang negatif

Hal ini akan menimbulkan rasa cemas dan takut akan kegagalan. Individu yang memiliki penilaian negatif terhadap dirinya, ia akan selalu merasa ragu dan mempertanyakan kemampuan dirinya dalam melewati berbagai tantangan yang akan dihadapi. Ciri-cirinya antara lain :

1. Sering merasa kalah bersaing
2. Bersikap pesimis terhadap kompetisi
3. Peka terhadap kritik
4. Individu akan merasa bahwa hanya dirinya yang selalu kesulitan dan cenderung melihat dirinya lebih rendah karena

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

belum memiliki kehidupan yang sukses seperti teman sebayanya

f. Perasaan terjebak dalam situasi sulit

Lingkungan dapat memberikan stimulus terhadap pola pikir dan tingkah laku individu, dan dapat membawa individu pada situasi yang sulit terutama ketika mengambil keputusan. Ciri-cirinya antara lain :

1. Orang yang merasa terkurung
2. Memiliki asumsi terburuk

g. Perasaan putus asa

Perasaan putus asa dapat diakibatkan oleh perasaan tidak puas pada hasil yang didapatkan serta kegagalan yang dialaminya, tidak tercapainya harapan dan impian yang telah direncanakan sebelumnya, serta menganggap semua yang dilakukan hanya sia-sia. Rasa putus asa biasanya akan terus terjadi ketika individu membandingkan dirinya dengan teman sebayanya yang lebih sukses dan berhasil di bidang akademis dan karir. Perasaan putus asa juga dapat diakibatkan oleh kurangnya dukungan dari faktor luar individu untuk dapat berkembang. Ciri-cirinya antara lain :

1. Hilangnya semangat untuk terus berbenah dan berubah
2. Emosional yang labil dan tempramen
3. Tidak ingin bangkit setelah mengalami kegagalan

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *quarter life crisis* yaitu kebimbangan dalam pengambilan keputusan, khawatir terhadap hubungan interpersonal, rasa cemas, perasaan

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

tertekan, penilaian diri yang negatif, perasaan terjebak dalam situasi sulit, dan perasaan putus asa.

Adapun menurut Agarwal et al., 2020 (dalam Oktaviani, P., & Soetjiningsih, C. H. (2023) menyebutkan aspek-aspek *quarter life crisis* meliputi:

a. Disconnection & Distress

Menekankan adanya pengalaman stress yang luar biasa dari luar karena koping mekanisme yang sebelumnya sudah tidak efektif lagi. Selama episode krisis terjadi seseorang akan mengalami berbagai keadaan termasuk kecemasan mengenai ketidakpastian masa depan, perasaan depresi dan berbagai perasaan diluar kendali. Ketidakmampuan yang dirasakan untuk mengatasi kehidupan serta penilaian orang lain yang menimbulkan rasa frustasi bisa menjadi penyebab terjadinya krisis.

b. Lack of Clarity & Control

Individu yang merasa dirinya sedang berada dalam fase krisis cenderung akan membaca buku buku *self help* dan buku mengenai spiritualitas sebagai pembanding golongan yang tidak sedang mengalami fase krisis.

c. Transition & Turning Point

Berfokus pada perubahan informatif dalam hubungan serta peran eksternal. *Turning point* yang sering temukan yaitu adanya pergeseran karir dan perubahan dalam hubungan interpersonal. Saat mengalami fase krisis banyak hal yang belum diterima individu tersebut,

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

diantaranya perbedaan pandangan dengan orangtua, cara penyesuaian individu dengan keadaan baru.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *quarter life crisis* yaitu (1) *Disconnection & Distress* (2) *Lack of Clarity & Control* (3) *Transition & Turning Point*.

Selanjutnya menurut Nash dan Murray dalam (Syachri et al., 2022) membagi aspek *Quarter-life crisis* sebagai berikut:

a. Hopes and Dreams

Individu mempertanyakan bagaimana mereka menemukan gairah, kapan mereka melepaskan mimpinya, dan bagaimana jika saya tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan pada usia tertentu. Selain itu, juga menghadapi pemikiran mengenai bagaimana jika memulai dari awal, dan kapan waktu yang tepat untuk mereka membuat komitmen.

b. Educational Challenges

Pada masa dewasa awal individu menghadapi pemikiran apakah studi yang diikuti tepat mereka, apakah mereka dapat menyelesaikan studi kuliah mereka. Kemudian, memikirkan apakah pengalaman kuliah mereka dapat memenuhi semua pertanyaan penting mengenai harapan dan impian mereka untuk masa depan.

c. Religion and Spirituality

Individu dalam masa awal dewasanya mulai mempertanyakan bagaimana kondisi spiritualnya, seperti apakah pilihan agamanya

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

sudah tepat, apakah mereka memerlukan keyakinan agama untuk menjadi orang yang bermoral, apakah orang tua akan kecewa jika mereka tidak tetap setia atau pindah keyakinan yang berbeda dari agama keluarga.

d. Work-Life

Pada masa dewasa awal individu harus menghadapi keragaman situasi kerja, aktivitas, dan perubahan pekerjaan selama hidup mereka. Mereka memikirkan, apakah jalur karier kurang linier, dan mereka lebih sering berpindah dari satu posisi ke posisi lainnya.

e. Home, Friends, Lovers, and Family

Individu dalam masa awal dewasanya mulai mempertanyakan Mengapa begitu sulit untuk hidup sendiri tetapi juga begitu sulit untuk mempertahankan suatu hubungan? Apakah orang itu benar-benar "belahan jiwa"? Bagaimana saya tahu ketika saya jatuh cinta? Bagaimana saya menghindari perasaan terjebak dalam hubungan? Mengapa saya tidak dapat menemukan teman dekat yang bertahan lama?

f. Identity

Pengembangan identitas merupakan langkah penting dalam proses menjadi orang dewasa yang bangga, percaya diri dan membuat makna yang dapat mengubah jalan hidup dalam beberapa cara yang positif. Individu mempertanyakan esensi dari identitas diri mereka.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *quarter life crisis* yaitu (1) *hopes and dreams*, (2) *educational*

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

challenges, (3) *religion and sprituality,* (4) *work life,* (5) *home, friends, lovers, and family,* (6) *identity.*

2.1.4 Karakteristik *Quarter Life Crisis*

Pengenalan istilah *quarter-life crisis* oleh Robbins dan Wilner juga disertai dengan beberapa karakteristik umum yang menjadi tanda bahwa individu mungkin sedang mengalami *quarter-life crisis*. Beberapa tanda tersebut adalah sebagai berikut; (1) individu merasa tidak mengetahui keinginan dan tujuan hidupnya; (2) pencapaian pada usia 20-an tidak sesuai dengan harapan; (3) takut akan kegagalan; (4) tidak ingin merelakan masa kecil dan masa remaja berakhir; (5) takut tidak mampu menempatkan pilihan yang tepat untuk sebuah keputusan, dan; (6) cenderung membandingkan pencapaian dan keadaan diri sendiri dengan orang lain sehingga membuat diri merasa tidak mampu dan tidak berguna (Robinson et al., dalam (Herawati & Hidayat, 2020).

Tanda lainnya ketika seseorang mengalami *quarter-life crisis* dapat dilihat dari kategori *quarter-life crisis* itu sendiri. Adapun kategori tersebut adalah sebagai berikut, (1) *the locked-out form*, yaitu ketika individu merasa tidak mampu untuk memiliki peran sebagai orang dewasa; dan (2) *the locked-in form,* yaitu ketika individu merasa terjebak dalam perannya sebagai orang dewasa. Kedua model ini memang tidak dapat dikatakan universal tetapi setidaknya cukup representatif dalam memberikan gambaran mengenai keadaan seseorang saat mengalami *quarter-life crisis* (Robinson et al., dalam (Herawati & Hidayat, 2020).

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

2.2 *Self Esteem*

2.2.1 Pengertian *Self Esteem*

Minchinton (1995), *self-esteem* merupakan penilaian atau perasaan mengenai diri kita sendiri sebagai manusia baik berdasarkan penerimaan akan diri dan tingkah laku sendiri, maupun berdasarkan keyakinan akan bagaimana diri kita. Perasaan mengenai diri sendiri ini berpengaruh pada bagaimana kita berhubungan dengan orang lain di sekitar kita dan aspek-aspek lain dalam kehidupan. Rosenberg berpendapat bahwa *self -esteem* adalah suatu bentuk evaluasi dari sikap yang didasarkan pada perasaan keberhargaan diri individu, yang bisa berupa perasaan positif atau negatif (Suhron, dalam (Mujianto, Agus 2021). *Self-esteem* juga dapat berhubungan dengan sikap lain yang melibatkan reaksi kognitif, emosional, dan perilaku yang positif atau negatif. Rosenberg dalam (Novalsiregar, 2019) mengemukakan bahwa individu yang memiliki *self esteem* tinggi akan menghormati dirinya sendiri dan menganggap dirinya sebagai individu yang berguna. Sedangkan individu yang memiliki *self esteem* yang rendah ia tidak dapat menerima dirinya dan menganggap dirinya tidak berguna dan serba kekurangan.

Rosenberg juga menyatakan bahwa *self esteem* merupakan komponen afektif, kognitif, dan evaluatif yang bukan hanya merupakan persoalan pribadi ataupun psikologis tetapi juga interaksi sosial. *Self esteem* adalah sikap yang berdasarkan persepsi mengenai nilai seseorang dimana *self esteem* merupakan sikap positif ataupun negatif terhadap diri individu (Murk dalam (Novalsiregar, 2019). Rosenberg mendefinisikan *self esteem*

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

yaitu sikap yang menyenangkan atau tidak menyenangkan terhadap individu. *Self esteem* adalah komponen *self concept* dimana individu menilai diri sendiri secara positif dan negatif dalam aspek afektif dan kognitif secara umum terhadap diri sendiri. Menurut Rosenberg dalam (Rizky Safitri & Jayanti, 2023) harga diri adalah evaluasi individu terhadap dirinya sendiri tentang bagaimana individu tersebut menilai dan memahami dirinya baik secara positif maupun negatif.

Coopersmith mengatakan bahwa *self-esteem* adalah evaluasi yang dibuat oleh individu dan berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya sendiri. Individu cenderung mengekspresikan sikap setuju atau tidak setuju, serta meyakini apakah dirinya mampu atau tidak dalam melakukan sesuatu. Tokoh psikologi lainnya, yaitu Roman mengatakan bahwa *self- esteem* adalah suatu kepercayaan diri seseorang, dimana seseorang tahu dan paham mengenai apa yang terbaik bagi dirinya sendiri, dan bagaimana cara dia melakukannya (Coopersmith; dalam (Novalsiregar, 2019).

Selanjutnya, (Adilia dalam (Mujianto, Agus 2021) juga menjelaskan bahwa tanpa dibekali *self esteem* yang sehat, individu akan mengalami kesulitan untuk mengatasi tantangan hidup maupun untuk merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. *Self esteem* juga mengandung nilai keberlangsungan hidup *(survival value)* yang merupakan kebutuhan dasar manusia. Hal ini memungkinkan *self esteem* mampu memberikan sumbangan bermakna bagi proses kehidupan individu selanjutnya, maupun bagi perkembangan pribadi yang sehat. Jika penilaian terhadap diri positif, di mana ia menerima diri atau memiliki penghargaan yang baik terhadap

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

diri, maka individu tersebut dikatakan memiliki *self esteem* yang tinggi (Adilia dalam Mujianto, Agus 2021).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa, *Self Esteem* adalah suatu bentuk yang berhubungan dengan sikap yang melibatkan kognitif, emosional, evaluasi, perilaku positif atau negatif terhadap diri sendiri serta memiliki penghargaan dan penilaian yang baik terhadap dirinya.

2.2.2 Faktor-Faktor *Self Esteem*

Self-Esteem merupakan kontruksi utama dalam psikoteorilogis yang didalamnya menjelaskan tentang bagimana, apa dan keunggulan yang ada dalam diri individu. Dengan demikian munculah beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self-esteem* pada diri manusia yaitu sebagai berikut (Kholik Afandi, 2022) :

a. Kompetensi Diri

Kompetensi diri adalah pengalaman penilaian diri sendiri sebagai faktor penyebab yang disengaja serta dapat membawa hasil yang diinginkan dengan cara melatih kemauannya. Kompetensi diri terkait erat tetapi tidak setara dengan self-efficacy teori Bandura. Menurut Bandura dalam konsepsi aslinya tentang kompetensi diri, membedakan harapan kompetensi keyakinan seseorang bahwa tindakan tertentu dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya, dari ekspektasi hasil, keyakinan seseorang bahwa tindakan tersebut akan membawa hasil yang diinginkan. Dengan hal ini kompetensi diri dalam self-esteem dapat dibedakan dari sisi kompetensi diri dalam

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

kemampuan berinteraksi dengan dunia sosial dan material serta kompetensi diri dalam kemampuan individu yang dikontrol dari pengalaman. Self-Esteem atau harga diri secara simbolis menganalisis bahwa ketika kepentingan orang identitas terancam yang menyangut pada kompetensi diri mereka maka orang tersebut mampu menghargai dirinya dengan mencari simbol yang relevan dengan identitas itu yang berfungsi untuk membangun kembali peniaian yang baik tersebut. Dengan kesimpulan self-esteem dalam menjunjung tinggi kompetensi yang dimiliki tidak akan menjatuhkan bagaimana sisi dalam pada dirinya, orang tersebut akan memunculkan sisi unggul pada dirinya ketika interaksi kepada orang lain sedang berlangsung.

b. Menyukai Diri Sendiri

Menyukai diri sendiri pada dasarnya ialah penyukai pengalaman diri sendiri dalam kehidupan sosial yang menampung dapat menjadi orang yang baik atau yang jahat. Secara moral yang dilihat dari tindakan seseorang mengambarkan sisi nilai yang didapat dari luar diri manusia. Sebagai contohnya menyukai diri sendiri ialah suatu hal yang tanpa sadar didapatkan atau tanpa dirasa manusia telah berada diposisi menyukai dirinya. Contohnya rasa syukur yang muncul dari seseorang dalam melakukan kepntingan dirinya, tidak menyiksa dirinya, kuat atas prinsipnya serta yakin dengan apa yang ia lakukan dengan sisi positif dalam pendapat yang ia miliki untuk dirinya. Menyukai sama halnya dengan mencintai diri kita, dimana ketika berinteraksi dengan seseorang orang tersebut memposisikan dirinya

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

dengan baik, dengan rasa aman dirinya dan rasa nyaman untuk orang lain. Kebanyakan ahli teori kontemporer menganalisa konsep tinggi dari self-esteem atau harga diri dalam berinteraksi yang utama ialah menyukai diri sendiri, harga diri, rasa hormat, dan penerimaan. Konseptualisasi ini memiliki keuntungan dalam mempertahankan harga diri untuk perasaan tentang diri secara keseluruhan, bukan untuk evaluasi berbagai seseorang karakteristik atau kualitas tertentu.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor *self esteem* adalah kompetensi diri dan menyukai diri sendiri.

2.2.3 Aspek-Aspek *Self Esteem*

Menurut Minchinton (dalam Mujianto, Agus 2021) menjelaskan bahwa *self esteem* merupakan sebuah kombinasi dari beragam sifat dan perilaku bukan aspek tunggal, memaparkan ada tiga aspek *self esteem*, yaitu:

a. Perasaan mengenai diri sendiri

Seseorang haruslah menerima dirinya sendiri secara utuh dan penuh, apa adanya serta mampu menilai diri kita sendiri sebagai seorang manusia. Dengan demikian, perasaan tentang dirinya sendiri tidak bergantung pada kondisi eksternal. Apapun yang terjadi kita dapat merasa nyaman dengan diri kita sendiri dan dapat menilai keunikan yang kita miliki tanpa menghiraukan karakter atau kemampuan yang kita punya atau tidak punya.

Seorang yang memiliki self esteem yang tinggi dapat menghormati dirinya serta memiliki keyakinan penuh bahwa dirinya

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

adalah seseorang yang penting dan berharga meski tidak berlaku bagi orang lain setidaknya berlaku bagi dirinya sendiri. Selain itu juga dapat memaklumi dan memaafkan diri sendiri atas segala kekurangan, ketidak sempurnaan bahkan kegagalan yang menimpa diri.

b. Perasaan terhadap hidup

Perasaan terhadap hidup berarti menerima tanggung jawab atas hidup yang dijalaninya. Seseorang dengan self esteem yang tinggi akan menerima realita dengan lapang dada dan tidak menyalahkan keadaan atas hidup yang dijalaninya termasuk atas masalah yang menimpa dirinya. Ia sadar bahwa semuanya terjadi dengan pilihan dan keputusannya sendiri, bukan karena faktor eksternal. Karena itu, ia pun akan membangun harapan dan cita-cita secara realistis sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya.

Perasaan terhadap hidup juga menentukan apakah individu menganggap sebuah masalah merupakan rintangan hebat atau menganggap bahwa masalah adalah kesempatan yang dapat membantu mengembangkan dirinya. Selain itu, seseorang dengan self esteem yang tinggi tidak berusaha mengendalikan orang lain atau situasi yang ada, melainkan ia akan dengan mudah menyesuaikan diri.

c. Hubungan dengan orang lain

Seseorang dengan self esteem yang tinggi akan memiliki rasa toleransi dan penghargaan yang sama terhadap orang lain. Ia percaya bahwa setiap individu, termasuk dirinya mempunyai hak yang sama dan patut dihargai dan dihormati. Dengan demikian seseorang yang

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

memiliki self esteem yang tinggi mampu memandang dengan bijaksana terhadap hubungannya dengan orang lain.

Saat seseorang merasa nyaman dengan dirinya, baik atas kekurangan dan keunikannya ia pun akan menghormati orang lain sebagaimana adanya mereka. Ia tidak akan memaksakan kehendak atau nilai-nilai kepada orang lain, karena ia tidak membutuhkan penerimaan dari orang tersebut untuk merasa bahwa dirinya berharga. Individu dengan self esteem yang tinggi memiliki pemikiran yang masuk akal, dapaHt menerima kekurangan orang lain, berwatak tenang, fleksibel dan bertanggung jawab dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Memandang orang lain dengan cara yang sama.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *self esteem* adalah perasaan mengenai diri sendiri, perasaan terhadap hidup dan hubungan dengan orang lain.

Terdapat tiga aspek dalam *self esteem* menurut Heatherton dan Polivy dalam (Riana Devi & Fourianalistyawati, 2018) yaitu dari :

a. Performance

Performance mengacu pada pengertian seseorang tentang kompetensi umum dan termasuk kemampuan intelektual, seperti kinerja sekolah, kapasitas regulasi diri, percaya diri, dan self agency. Seseorang yang tinggi dalam self esteem performance percaya bahwa mereka pintar dan mampu.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

b. Social

Self esteem sosial mengacu pada bagaimana seseorang percaya orang lain memandang diri mereka. Mereka sangat memperhatikan persepsi daripada realitas. Jika seseorang percaya dengan orang lain, terutama pada orang lain yang signifikan menilai dan menghormati mereka, seseorang akan memiliki self esteem sosial yang tinggi. Sebaliknya, orang yang memiliki self esteem sosial yang rendah sering mengalami kecemasan sosial dan kesadaran diri yang tinggi di masyarakat. Mereka sangat memperhatikan citra mereka dan merasa khawatir tentang bagaimana orang lain mereka.

c. Physical

Fisik diri mengacu pada bagaimana orang melihat tubuh fisik mereka, dan mencakup hal-hal seperti keterampilan atletik, daya tarik fisik, citra tubuh, serta stigma fisik dan perasaan tentang ras dan etnis.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek *self esteem* adalah *performance, social,* dan *physical.*

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Coopersmith dalam (Bernadine et al., 2024) menyebutkan bahwa *self- esteem* dibagi menjadi empat aspek, yaitu:

a. Keberhasilan (*successes*) merupakan pencapaian yang tinggi dengan tingkatan dan tugas yang bervariasi untuk setiap manusia. Makna tentang ini memiliki makna yang berbeda beda terhadap

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

keberhasilan karena setiap individu akan memandang dengan pandangan yang berbeda beda tentang keberhasilan dirinya sendiri.

b. Nilai-nilai (*values*), setiap individu pasti memiliki pemahamannya masing masing dan berbeda beda dalam memberikan makna tentang keberhasilannya sendiri seperti apa yang individu ingin capai dengan caranya sendiri seperti pengalamannya sendiri dan perbedaan ini merupakan nilai nilai yang akan didapat beda-beda dari orang tua dan orang- orang yang terdapat di dalam hidup individu.

c. Aspirasi-aspirasi (*aspirations*), penilaian diri (*self judgment*) memiliki perbandingan-perbandingannya sendiri antara performance dan kapasitas dengan aspirasi dan standar personalnya. Jika tercapai khususnya tingkah laku yang baik, maka individu akan menyimpulkan bahwa dirinya orang yang berharga.

d. Pertahanan (*defenses*) kemampuan stimulus yang dapatmencemaskan dan mampu menjaga ketenangan diri sendiri, mampu mengevaluasi diri dan tingkah laku yang menurut individu efektif.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek dari *self esteem* adalah keberhasilan (*successes*), nilai-nilai (*values*), aspirasi-aspirasi (*aspirations*), dan pertahanan (*defenses*).

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

2.3 Hubungan *Self Esteem* dengan *Quarter Life Crisis*

Quarter Life Crisis dapat berpengaruh pada *self esteem* seseorang karena dalam fase ini, individu seringkali merasa tertekan oleh ekspektasi diri sendiri dan dari lingkungannya. Jika mereka menghadapi ketidakpastian mengenai karier, hubungan atau pencapaian pribadi, hal ini bisa merusak *self esteem* mereka. Rasa kebingungan dan ketidakamanan selama *quarter life crisis* dapat menyebabkan keraguan diri dan pandangan negatif terhadap diri sendiri. Sebaliknya, memiliki *self esteem* yang tinggi dapat membantu individu menghadapi tantangan ini dengan lebih positif dan membantu mereka menemukan arah yang lebih baik dalam hidup.

Peneliti memahami bahwa dewasa awal, terutama dalam konteks *quarter life crisis* merupakan fase hidup yang penuh tantangan dan pertanyaan mengenai identitas, tujuan hidup dan pencapaian. Pada usia ini, individu sering menghadapi tekanan untuk menetapkan karier, membangun hubungan dan menemukan arti hidup mereka. Masa dewasa awal atau *quarter life crisis* bisa dilaksanakan dengan baik apabila mempunyai *self esteem* yan tinggi. Secara umum *self esteem* adalah evaluasi atau penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri.

Adanya *self esteem* yang tinggi memungkinkan individu dewasa awal lebih bisa melewati masa *quarter life crisis* dengan baik. Sebaliknya, jika *quarter life crisis* yang tinggi dan *self esteem* rendah memungkinkan terbesar para individu dewasa awal tidak bisa melewati masa *quarter life crisis* dengan baik. Dinamika ini menggambarkan hubungan timbal balik antara *self esteem* dan *quarter life crisis*, dimana keduanya saling mempengaruhi dan

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

membentuk pengalaman hidup individu dewasa awal. Penelitian ini berusaha untuk menggali lebih dalam mengenai bagaimana hubungan ini terjadi terhadap munculnya atau penyelesaian *quarter life crisis*.

Penelitian yang dilakukan oleh (Mujianto, Agus 2021) pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah IAIN Salatiga mengatakan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *self esteem* dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir dengan tingkat hubungan yang kuat. Berdasarkan penelitian dari 55 responden rata-rata mahasiswa tingkat akhir memiliki *quarter-life crisis* tingkat sedang. Adapun rinciannya yaitu 18% memiliki tingkat *quarter-life ciris* yang tinggi, 64% tingkat sedang dan 18% tingkat rendah. Begitu pula untuk *self esteem* dari 55 responden rata-rata responden berada pada *self esteem* tingkat sedang. Adapun rinciannya yaitu 13% memiliki tingkat *self esteem* yang tinggi, 67% tingkat sedang dan 20% tingkat rendah. Diketahui nilai koefisien *Korelasi Pearson Product Moment* adalah -0,624, yang berarti terdapat hubungan yang negatif antara *self esteem* dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir dengan tingkat hubungan yang kuat. Dengan demikian dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *self esteem* mahasiswa tingkat akhir maka semakin rendah *quarter-life crisis*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi tingkat *quarter-life crisis*.

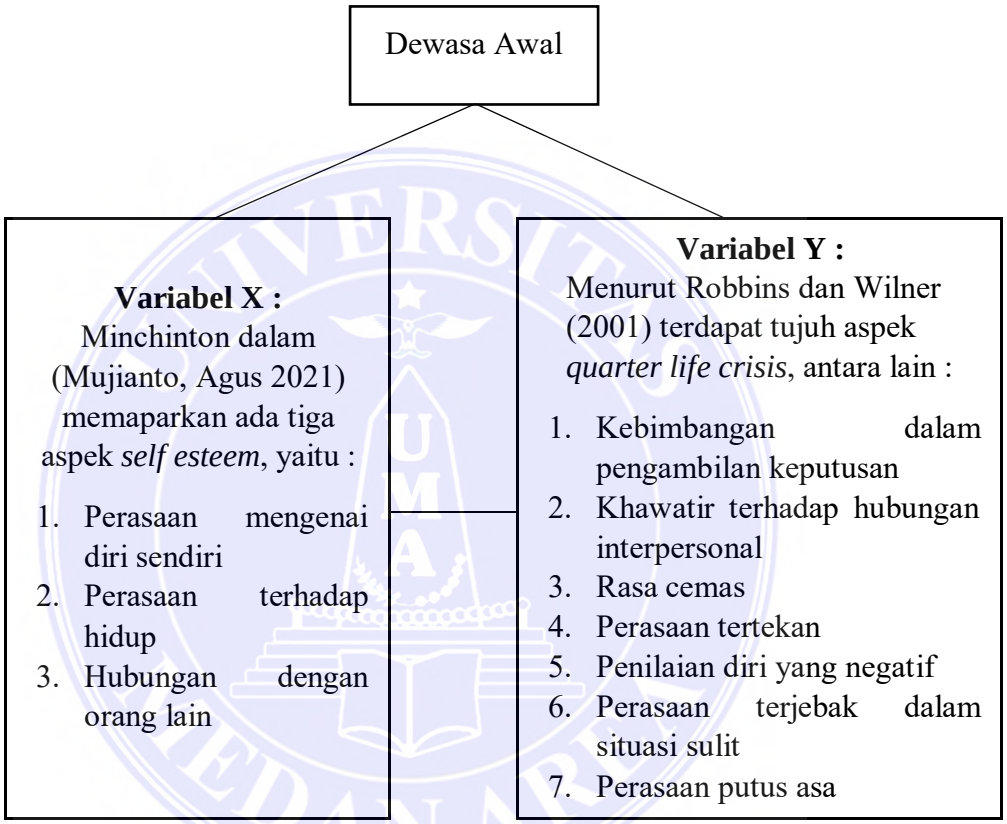
Berdasarkan dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mujianto, Agus. 2021, peneliti tersebut menggunakan 55 responden dengan subjek penelitiannya Mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah IAIN. Dalam penelitian yang akan peneliti teliti, peneliti menggunakan 100 responden

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

dengan subjek penelitian dewasa awal yang berada di lingkungan Hamparan Perak.

2.4 Kerangka Konseptual

Berdasarkan penjelasan di atas, kerangka penelitian ini dibentuk sebagai berikut :



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan screening terlebih dahulu untuk memberikan informasi yang maksimal. Yang dilakukan pada tanggal 02 Mei 2024 sampai dengan 07 Mei 2024. Penelitian selanjutnya dilakukan pada tangga 21 Mei 2024 sampai dengan 23 Juni 2024. Penelitian dilakukan di lingkungan Hamparan Perak.

Tabel 3.1 Waktu Penelitian

No	Kegiatan	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agt	Sept
1.	Penyusunan Proposal	✓	✓	✓						
2.	Seminar Proposal				✓					
3.	Pengumpulan Data					✓	✓			
4.	Seminar Hasil							✓		
5.	Sidang Meja Hijau									✓

3.2 Bahan dan Alat

Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis skala penelitian yang berfungsi untuk mendapatkan data dari sampel penelitian. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala *quarter life crisis* dan skala self esteem. Menurut Robbins dan Wilner (2001) terdapat tujuh aspek yaitu: kebimbangan dalam pengambilan keputusan, khawatir terhadap hubungan interpersonal, rasa cemas, perasaan tertekan, penilaian diri yang negatif, perasaan terjebak dalam situasi sulit, dan perasaan putus asa.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Pada skala *self esteem* Minchinton dalam (Mujianto, Agus 2021) memaparkan ada tiga aspek self esteem, yaitu: perasaan mengenai diri sendiri, perasaan terhadap hidup, dan hubungan dengan orang lain.

3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel penelitian dimaksudkan agar pengukuran variabel-variabel penelitian dapat terarah sesuai dengan metode pengukuran yang dipersiapkan. Adapun definisi operasional variabel penelitian yaitu:

a. Quarter Life Crisis

Quarter life crisis adalah fase dimana individu mulai merasakan ketakutan, kecewa, khawatir, bingung serta ragu dalam menghadapi kehidupan dimasa depan ini biasanya terjadi pada usia 20-30 tahun yang mulai mempertanyaakan kehidupan kedepan. *Quarter life crisis* diukur dari tujuh aspek: kebimbangan dalam mengambil keputusan, khawatir terhadap hubungan interpersonal, rasa cemas, perasaan tertekan, penilaian diri yang negatif, perasaan terjebak dalam situasi sulit, dan perasaan putus asa.

b. Self Esteem

Self esteem adalah suatu bentuk yang berhubungan dengan sikap yang melibatkan kognitif, emosional, evaluasi, dan perilaku positif atau negatif terhadap diri sendiri serta memiliki penghargaan dan penilaian yang baik terhadap dirinya. *Self esteem* dapat diukur dari tiga aspek: perasaan mengenai diri sendiri, perasaan terhadap hidup, dan hubungan dengan orang lain.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

3.4 Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Menurut Creswell (2014) penelitian kuantitatif korelasional adalah penelitian dengan menggunakan metode statistik yang mengukur pengaruh antara dua variabel atau lebih. Hal ini sejalan dengan pendapat Sukardi (2009) penelitian korelasi adalah suatu penelitian yang melibatkan tindakan pengumpulan data guna menentukan, apakah ada hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih. Variabel yang digunakan dalam penelitian korelasi minimal dua variabel yaitu variabel X dan variabel Y. Sesuai dengan permasalahan dalam penelitian ini terdapat variabel bebas dan variabel terikat.

3.4.1 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Instrumen ini digunakan untuk mengukur variabel *quarter-life crisis* dan *self esteem* dengan menggunakan skala likert.

Dalam penelitian ini terdapat dua skala ukur yaitu, skala *quarter life crisis* dan skala *self esteem*.

a. Skala *Quarter Life Crisis*

Skala *quarter life crisis* dalam penelitian ini disusun berdasarkan tujuh aspek *quarter life crisis* yang dibuat oleh Robbins dan Wilner (2001). Skala ini disusun dalam bentuk skala likert atau *Likert Scale* adalah skala penelitian yang digunakan untuk mengukur sikap dan pendapat. Dalam skala likert responden diminta untuk melengkapi *kuesioner* yang mengharuskan mereka untuk menunjukkan tingkat persetujuannya terhadap serangkaian

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

pertanyaan. Skala likert yang digunakan adalah skala likert dengan empat kategori yaitu: 1= sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = setuju, 4 = sangat setuju.

Dalam mengukur *QLC* terdapat 7 aspek yang menjadi pedoman pengembangan alat ukur *QLC* yakni: kebimbangan dalam pengambilan keputusan, khawatir terhadap hubungan interpersonal, rasa cemas, perasaan tertekan, penilaian diri yang negatif, perasaan terjebak dalam situasi sulit, dan perasaan putus asa.

Berdasarkan hasil uji coba terhadap skala likert yang memiliki aitem sebanyak 56 butir, diketahui bahwa terdapat 8 aitem yang gugur yaitu: (10,15,17,18,45,46,47,53) dan 48 aitem yang sahih. Aitem yang sahih tersebut diketahui memiliki indeks daya diskriminasi aitem yang bergerak dari 0,301 (angka *Corrected item-total correlation* terendah) hingga 0,698 (angka *Corrected item-total correlation* tertinggi).

Peneliti selanjutnya melakukan uji reliabilitas dan validitas dari seluruh aitem yang dinyatakan sahih tersebut dan kemudian ditemukan hasil :

1. Indeks reliabilitas : 0,924 yang artinya skala memiliki nilai reliabilitas tinggi.
2. Jumlah aitem yang valid adalah 48 buah. Aitem tersebut dinyatakan valid karena nilainya diatas 0,3.

Selanjutnya, ringkasan mengenai distribusi penyebaran aitem setelah uji coba ditampilkan dalam tabel di bawah ini :

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabel 3.2 Blue Print Skala *Quarter Life Crisis* Uji coba

Aspek	Indikator	Aitem Favourabel		Aitem Unfavorabel	
		Valid	Gugur	Valid	Gugur
1. Kebimbangan dalam pengambilan keputusan	a. Ragu-ragu	1, 3	-	2, 4	-
	b. Ketakutan	5, 7	-	6, 8	-
2. Khawatir terhadap hubungan interpersonal	a. Merasa gagal dalam hubungan asmara	9, 11	-	12	10
	b. Kurang pergaulan dan relasi	13	15	14, 16	-
3. Rasa cemas	a. Gelisah	19	17	20	18
	b. Mudah tersinggung	21, 23	-	22, 24	-
4. Perasaan tertekan	a. Sulit mengambil keputusan	25, 27	-	26, 28	-
	b. Timbul gangguan tidur	29, 31	-	30, 32	-
5. Penilaian diri yang negatif	a. Sering merasa kalah bersaing	33, 35	-	34, 36	-
	b. Bersikap optimis terhadap kompetisi	37, 39	-	38, 40	-
6. Perasaan terjebak dalam situasi sulit	a. Orang yang merasa terkurung	41, 43	-	42, 44	-
	b. Memiliki asumsi terburuk	-	45, 47	48	46
7. Perasaan putus asa	a. Hilangnya semangat untuk terus berbenah dan berubah	49, 51	-	50, 52	-
	b. Tidak ingin bangkit setelah mengalami kegagalan	55	53	54, 56	-
TOTAL		**23**	**5**	**25**	**3**

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

b. Skala *Self Esteem*

Skala self esteem dalam penelitian ini disusun berdasarkan tiga aspek self esteem. Skala ini dirancang dengan menyediakan beberapa alternatif jawaban sehingga responden diminta untuk memilih jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri sendiri. Instrumen ini digunakan untuk mengukur self esteem dengan menggunakan skala likert.

Untuk pengukuran self esteem, peneliti menggunakan skala yang disusun berdasarkan teori Minchinton (1995) yang dikembangkan oleh Mujianto, Agus 2021. Dalam teori Minchinton terdapat tiga aspek, yaitu perasaan mengenai diri sendiri, perasaan mengenai hidup dan hubungan dengan orang lain (Mujianto, Agus 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah baku yang dilakukan oleh Mujianto Agus pada tahun 2021 terdapat 31 aitem yang digunakan, melalui perhitungan SPSS 25 for Windows terdapat 31 aitem yang valid. Pada aitem yang telah baku yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya ditemukan hasil:

1. Indeks reliabilitas : 0,899 yang artinya skala memiliki nilai reliabilitas tinggi.
2. Jumlah aitem yang valid adalah 31 buah. Aitem tersebut dinyatakan valid karena nilainya diatas 0,3.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

3.4.2 Validitas dan Realibilitas

a. Uji Validitas

Uji validitas adalah uji yang digunakan untuk menunjukkan sejauh mana alat ukur yang digunakan dalam suatu mengukur apa yang diukur. Ghozali (2009) menyatakan bahwa uji validitas digunakan untuk mengukur sah, atau valid tidaknya suatu kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuesioner mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut. Untuk melakukan uji validitas ini menggunakan program *SPSS*. Teknik pengujian yang sering digunakan para peneliti untuk uji validitas adalah menggunakan korelasi *Bivariate Pearson* (*Produk Momen Pearson*).

b. Uji Reliabilitas

Ghozali (2009) menyatakan bahwa reliabilitas adalah alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari perubah atau konstruk. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Reliabilitas suatu test merujuk pada derajat stabilitas, konsistensi, daya prediksi, dan akurasi. Pengukuran yang memiliki reliabilitas yang tinggi adalah pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliabel. Kesepakatan secara umum reliabilitas yang dianggap sudah cukup memuaskan jika ≥ 0.700.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

3.4.3 Metode Analisis Data

Analisis korelasi merupakan metode analisis data kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidak nya hubungan antar variabel sehingga dapat memudahkan dalam menentukan serta memprediksikan nilai variabel lain. Peneliti menggunakan aplikasi *SPSS 25 for Windows* dalam menganalisis data.

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas adalah sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel, apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal atau tidak.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel atau lebih yang diuji mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis penelitian ini menggunakan teknik *korelasi product moment* di mana teknik ini digunakan untuk mencari hubungan dan menguji hipotesis hubungan dua variabel dengan data kedua variabel berbentuk interval atau ratio, dan sumber data dari dua variabel tersebut adalah sama (Sugiyono, 2017). Adapun dasar pengambilan keputusannya adalah apabila nilai signifikansinya <0,05 maka dinyatakan terdapat hubungan, sedangkan jika nilai signifikansinya >0,05 maka dinyatakan tidak terdapat hubungan.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

3.5 Populasi dan Sampel

3.5.1 Populasi

Sugiyono (2019) menjelaskan bahwa populasi adalah suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal di lingkungan Hamparan Perak.

Tabel 3.3 Populasi Penelitian

Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Kecamatan Hamparan Perak, 2021

Kelompok Umur	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
20-24	7. 475	7. 280	14. 755
25-29	6. 883	6. 574	13. 457
30-34	6. 557	6. 173	12. 730
Total	**20.915**	**20.027**	**40.942**

Sumber: Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Deli Serdang

3.5.2 Sampel

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal yang berada di lingkungan Hamparan Perak yang berjumlah 100 dewasa awal. Cara mengambil sampel ini dengan menyebarkan angket (*Google Form*) keseluruh dewasa awal di lingkungan Hamparan Perak.

Adapun kriteria dalam mengambil sampel yaitu :

a. Laki-laki/Perempuan

b. Dewasa awal usia 20-30 tahun

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

c. Bertempat tinggal di lingkungan Hamparan Perak

3.6 Prosedur Kerja

Pada penelitian ini, prosedur atau langkah pada penelitian ini yang akan dijalankan yaitu :

3.6.1 Persiapan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti melakukan persiapan terlebih dahulu yaitu persiapan administrasi, peneliti mempersiapkan surat izin penelitian yang diperoleh dari Fakultas Psikologi Universitas Medan Area kemudian akan diserahkan ke Kantor Camat Kecamatan Hamparan Perak untuk dikeluarkan surat izin penelitian oleh pihak Kecamatan Hamparan Perak.

3.6.2 Persiapan Alat Ukur Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua skala ukur yaitu: skala *quarter life crisis* dan skala *self esteem*. Dalam mengukur *quarter life crisis* terdapat tujuh aspek (Robbins & Wilner 2001) yang menjadi pedoman pengembangan alat ukur *quarter life crisis* yakni: kebimbangan dalam pengambilan keputusan, khawatir terhadap hubungan interpersonal, rasa cemas, perasaan tertekan, penilaian diri yang negatif, perasaan terjebak dalam situasi sulit, dan perasaan putus. Kemudian untuk pengukuran skala *self esteem*, peneliti menggunakan skala yang disusun berdasarkan teori Minchinton. Dalam teori Minchinton dalam (Mujianto, Agus 2021) terdapat tiga aspek, yaitu perasaan mengenai diri sendiri, perasaan mengenai hidup dan hubungan dengan orang lain.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

BAB V

KESIMPULAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan yaitu, hasil analisis statistik dengan menggunakan teknik *korelasi Pearson Product Moment* menunjukkan adanya hubungan antara *quarter life crisis* dan *self esteem*, dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar =-0,731 dengan taraf nilai signifikan p=0,000 (p<0,05). Berdasarkan perhitungan nilai rata-rata hipotetik (MH) dan rata-rata empiris (ME), untuk variabel *quarter life crisis*, nilai rata-rata hipotetik (MH) sebesar 120 lebih rendah dibandingkan dengan nilai rata-rata empiris (ME) sebesar 128,01, sehingga dikategorikan sebagai rendah. Sementara itu, untuk variabel *self esteem*, nilai rata-rata hipotetik (MH) sebesar 77,5 lebih tinggi daripada nilai rata-rata empiris (ME) sebesar 65,13 yang menunjukkan kategori tinggi.

Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar r^2=0,535. Ini menunjukkan bahwa *self esteem* memberikan kontribusi atau memberikan sumbangsi terhadap *quarter life crisis* sebesar 53,5%. Sehingga *self esteem* memberikan pengaruh terhadap *quarter life crisis* sebesar 53,5%. Lalu diketahui bahwa sisanya yaitu 46,5%. Adapun faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini yaitu berasal dari coping, resiliensi, religiusitas, dan kepribadian. Adapun faktor lainnya yaitu, masa transisi, dukungan sosial, kondisi karir, dan *parenting*.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut adalah beberapa saran yang dapat diberikan:

a. Bagi Individu Dewasa Awal

Para individu dewasa awal untuk dapat mengenali dan terima diri sendiri dengan menghargai kelebihan dan menerima kekurangan tanpa membandingkan dengan orang lain serta dapat mengelilingi diri dengan orang positif yang mendukung dan memberikan energi positif. Individu dewasa awal dapat memfokuskan pada hal-hal yang paling penting dalam hidup, baik dalam karir, hubungan interpersonal, maupun pribadi. Individu dewasa awal juga dapat fokus pada pengembangan diri dalam hal pendidikan, pelatihan atau pengalaman baru yang dapat membantu mencapai tujuan hidup. Hal ini dapat membantu membangun *self esteem* yang sehat dan menghadapi *quarter life crisis* dengan lebih percaya diri.

b. Kepala Camat Kecamatan Hamparan Perak

Untuk dapat membangun atau meningkatkan fasilitas yang mendukung kesehatan mental, seperti pusat konseling dan menyediakan program pelatihan yang berfokus pada pengembangan keterampilan, karir dan pengelolaan stress.

c. Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan pembahasan, penelitian ini menghadapi beberapa keterbatasan. Oleh karena itu, peneliti berikutnya disarankan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai *quarter life crisis* dengan mempertimbangkan variabel lain yang berpotensi mempengaruhi.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Penelitian mendatang bisa mengeksplorasi hubungan *quarter life crisis* dengan faktor-faktor seperti coping, religiusitas, resiliensi, kepribadian, masa transisi, dukungan sosial, kondisi karir, dan *parenting*. Selain itu, penggunaan sampel yang lebih besar dapat memberikan hasil yang lebih baik dari populasi yang diteliti.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

DAFTAR PUSTAKA

Afnan, Fauzia, R., & Utami Tanau, M. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter LIfe Crisis Relationship of Self-Efication With Stress in Students Who Are in the Quarter LIfe Crisis Phase. Jurnal Kognisia, 3(1), 23–29.

Amalia, R., Titi Pratitis, N., & Studi Psikologi Profesi, P. (2021.). Psychological Well Being, Self Efficacy Dan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, *55*(5), 469–480. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469

Balzarie, E. N., Nawangsih, E., Psikologi, P., & Psikologi, F. (2019.). Prosiding Psikologi Kajian Resiliensi pada Mahasiswa Bandung yang Mengalami *Quarter Life Crisis Resilience Study of Bandung Students Who Have a Quarter Life Crisis*.

Baumert, A., Schmitt, M., Perugini, M., Johnson, W., Blum, G., Borkenau, P., Costantini, G., Denissen, J. J. A., Fleeson, W., Grafton, B., Jayawickreme, E., Kurzius, E., MacLeod, C., Miller, L. C., Read, S. J., Roberts, B., Robinson, M. D., Wood, D., & Wrzus, C. (2017). Integrating Personality Structure, Personality Process, and Personality Development. In *European Journal of Personality* (Vol. 31, Issue 5, pp. 503–528). John Wiley and Sons Ltd. https://doi.org/10.1002/per.2115

Bernadine, J., Widi, N., & Astuti, N. W. (2024). Hubungan Antara School Well-Being dan Self-Esteem Dalam Keberhasilan Nilai Belajar Siswa.

Branden, N. (2021). The power of Self-Esteem. Florida: Health Communication, Inc.

Chung, J., Robins, R., Trzesniewski, K., Nortfle, E., Roberts, B., & Widaman, K. (2014). Continuity and change in Self-Esteem during Emerging Adulthood. Journal of Personality and Social Psychology, 106(3), 469–483. doi:10.1037/a0035135.

Creswell, JW (2014). Desain Penelitian: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Metode Campuran (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

Fadhilah, F., Sudirman, S., Gunawan, A., & Zubair, H. (2022.). Halaman: 29-35 Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi. *2*(1). https://doi.org/10.56326/jpk.v2i1.1294

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Fitriah, A., & Hariyono, D. S. (2019). Hubungan *Self Esteem* Terhadap Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa *(Relationship of Self Esteem Against the Trend of Depression in Students)*. In *Psycho Holistic* (Vol. 1, Issue 1). http://journal.umbjm.ac.id/index.php/psychoholistic8

Ghozali, (2009), Aplikasi Analisis dengan program SPSS. Penerbit: Universitas Dipenogoro. Semar

Haase, C. M., Heckhausen, J., & Silbereisen, R. K. (2012). The interplay of occupational motivation and well-being during the transition from university to work. Developmental Psychology, 48(6), 1739–1751. https://doi.org/10.1037/a0026641

Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa. Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP), 5(2), 129. https://doi.org/10.22146/gamajop.48948

Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife Crisis Pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru. Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi, 5(2), 145–156. https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.1036

Kholik Afandi UINSI Samarinda, N. (2022). Perspektif Orang Dewasa Tahap Awal Tentang Self Esteem Pada Diri Sendiri Putri Rahayu Mahasiswa Magister Pendidian Agama Islam UINSI Samarinda. In Sultan Idris Journal of Psychology and Education (Vol. 1, Issue 2).

Kins, E., Beyers, W., Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2009). Patterns of Home Leaving and Subjective Well-Being in Emerging Adulthood: The Role of Motivational Processes and Parental Autonomy Support. Developmental Psychology, 45(5), 1416–1429. https://doi.org/10.1037/a0015580

Lestari, U., Masluchah, L., & Mufidah, W. (2022). Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis. IDEA: Jurnal Psikologi, *6*(1), 14–28. https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.6102

Marsela Gendolang, N., & Diah Ambarwati, K. (2023.). *Self-Efficacy* dan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Rantau Dari Luar Pulau Jawa. https://doi.org/10.35891/jip.v10i2

Mega Oktaviani, P., & Soetjiningsih, C. H. (2023). Dukungan Sosial Dan Quarter Life Crisis Pada Fresh Graduate (Vol. 18, Issue 2).

Mujianto Agus. (2021) Hubungan Antara *Self Esteem* Dengan *Quarter-Life Crisis* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah IAIN Salatiga SKRIPSI, Mujianto. Agus 2021

Minchinton, J. (1995). Maximum Self-Esteem Kuala Lumpur: Golden Books Centre SDN' BHD'

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Mikula, P., Nagyova, I., Vitkova, M., & Szilasiova, J. (2018). Management of multiple sclerosis: the role of coping self-efficacy and self-esteem. Psychology, Health and Medicine, 23(8), 964–969. https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1437277

Novalsiregar,Pengaruh *Self Esteem*, Optimisme, dan Dukungan Sosial. (2019).

Olenik-Shemesh, D., Heiman, T., & Keshet, N. S. (2018). The Role of Career Aspiration, Self-Esteem, Body Esteem, and Gender in Predicting Sense of Well-being Among Emerging Adults. Journal of Genetic Psychology, 179(6), 343–356. https://doi.org/10.1080/00221325.2018.1526163

Pamungkas, P. R., & Hendrastomo, G. (2024). Quarter Life Crisis di Kalangan Mahasiswa. Saskara: Indonesian Journal Of Society Studies, 1.

Putri, Ameliya Rahmawati. 2020. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Skripsi. UIN Raden Intan Lampung.

Praharso, N. F., Tear, M. J., & Cruwys, T. (2017). Stressful life transitions and wellbeing: A comparison of the stress buffering hypothesis and the social identity model of identity change. Psychiatry Research, 247, 265–275. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.11.039

Riana Devi, Y., & Fourianalistyawati, E. (2018). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Penyesuaian Diri Sebagai Peran Ibu Rumah Tangga Pada Ibu Berhenti Bekerja Di Jakarta. Jurnal Psibernetika, 11(1), 9–20. http://journal.ubm.ac.id

Rizky Ananda Artiningsih & Siti Ina Savira (2021.). Hubungan Loneliness Dan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal.

Rizky Safitri, & Jayanti, A. M. (2023). Harga Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Wanita Dewasa Awal Fase Quarter Life Crisis. Indonesian Psychological Research, 5(1). https://doi.org/10.29080/ipr.v5i1.765

Robbins, A., & Wilner, A. (2001). Quarter life Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties. New York: Penguin Putnam.

Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Sari, D. T., & Aziz, A. (2022). Hubungan antara Self Efficacy dengan Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area. Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi, 4(1), 82–90. https://doi.org/10.31289/tabularasa.v4i1.1122

Sugiyono (2019) Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Sujudi, M. A. (2020). Eksistensi Fenomena Quarter-Life Crisis pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara. Skripsi.

Sukardi. 2009. Metodologi Penelitian Pendidikan (Kompetensi dan Praktiknya). Jakarta: Bumi Aksara.

S Husain, K. I., & Retno Suminar, D. (2022) Pengaruh Self-Esteem Terhadap Quarter-Life Crisis pada Emerging Adult dengan Self-Compassion sebagai Moderator. http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM

Syachri, A. A., Handoko, H., Pratama, I. S., & Ramadon, Z. (2022). Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Universittas Negeri Jakarta (Vol. 2, Issue 2).

Waterton, J., Griesbach, D., Platts, A., Scotland. Scottish Government, & APS Group Scotland. (2023). Case studies of equality data collection in the Scottish Public Sector. The Open University in Scotland.

Wijaya, D. A. P., & Utami, M. S. (2021). Peran Kepribadian Kesungguhan terhadap Krisis Usia Seperempat Abad pada Emerging Adulthood dengan Dukungan Sosial sebagai Mediator. Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP), 7(2), 143. https://doi.org/10.22146/gamajop.63924

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

LAMPIRAN 1
ALAT UKUR LEMBAR SKALA

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

SKALA *QUARTER LIFE CRISIS*

Identitas Responden

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin (L/P) :

Petunjuk :

Skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban yaitu :

a. Sangat Tidak Setuju: 1
b. Tidak Setuju 2
c. Setuju 3
d. Sangat Setuju 4

Baca dan isilah semua pernyataan dengan benar tanpa ada yang terlewatkan. Pilihlah salah satu jawaban yang paling tepat menggambarkan diri anda.

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa ragu saat mengambil keputusan				
2.	Mengambil keputusan bukanlah hal yang sulit untuk saya lakukan				
3.	Saya merasa ragu ketika menghadapi pilihan- pilihan di kehidupan masa depan				
4.	Gambaran masa depan saya terlihat jelas				
5.	Saya merasa bahwa keputusan yang diambil tidak tepat				
6.	Keputusan yang saya ambil sudah tepat				
7.	Saya akhir-akhir ini mengkhawatirkan banyak hal, seperti keputusan karir, melanjutkan studi, dan menikah				
8.	Mampu menghadapi kekhawatiran akan banyak hal				
9.	Saya merasa gagal dalam menjalin hubungan asmara				
10.	Masalah sulit dalam hubungan saya mampu mengatasinya				
11.	Memperoleh hubungan asmara sering membuat saya sedih				
12.	Saya tidak merasa bersemangat untuk bergaul				
13.	Saya bisa bersosialisasi dengan baik				
14.	Pergaulan dengan teman sebaya membuat saya senang				
15.	Saya merasa gelisah terhadap hidup saya di masa depan				
16.	Masalah sulit dalam kehidupan mampu saya atasi				
17.	Saya menjadi sangat sensitif terhadap omongan orang lain kepada saya				
18.	Saya menghiraukan omongan orang lain yang tentang saya				
19.	Saya marah saat orang lain melakukan kesalahan kecil maupun besar				
20.	Sebelum bertindak, saya akan mempertimbangkan baik buruknya terlebih dahulu				
21.	Saya selalu kesulitan ketika mengambil keputusan				
22.	Mengambil keputusan bukanlah hal yang sulit untuk saya lakukan				
23.	Saat saya menghadapi pilhan yang akan mempengaruhi kehidupan saya dimasa depan, saya merasa tertekan				
24.	Mampu menghadapi pilihan yang mempengaruhi kehidupan saya				
25.	Saya tidak bisa tidur karena memikirkan hal yang berlebihan				
26.	Memikirkan hal yang berlebihan tidak baik untuk kesehatan saya				

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

27.	Saya tidur terlarut malam karena saya terus menerus memikirkan tentang kehidupan saya				
28.	Terkadang saya dipusingkan oleh hal yang terlalu berlebihan yang mengakibatkan saya sulit tertidur				
29.	Saya malu bila kekurangan saya diketahui orang lain				
30.	Keberhasilan orang lain membuat saya termotivasi				
31.	Saya tidak mengeluh terhadap keberhasilan orang lain				
32	Kekurangan saya bukan penghalang untuk kesuksesan saya				
33	Saya tidak merasa percaya pada apa yang saya kerjakan				
34	Saya sangat menyakini kemampuan diri saya				
35	Saya merasa tidak sehebat teman sebaya dalam bidang akademis				
36	Kemampuan yang saya miliki setara dengan teman sebaya saya				
37	Saya membandingkan diri saya dengan orang lain hal itu membuat saya merasa tidak setara dengan mereka				
38	Saya mempunyai jiwa sosial yang tinggi				
39	Saya merasa lingkungan saya kurang sportif dengan saya				
40	Saya yakin akan potensi yang saya miliki				
41	Biasanya saya selalu menemukan cara untuk menumbuhkan semangat				
42	Saya tidak bersemangat untuk melakukan perubahan				
43	Dengan semangat saya dapat melakukan perubahan				
44	Saya mengetahui kegagalan saya, tetapi saya tidak ingin mengubahnya				
45	Mempunyai cara sendiri untuk bisa bangkit dan berubah				
46	Saya merasa kehilangan semangat untuk bangkit				
47	Motivasi membangkitkan semangat saya				
48	Kehilangan semangat bukan berarti saya gagal dan putus asa				

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

SKALA *SELF ESTEEM*

Identitas Responden

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin (L/P) :

Petunjuk :

Skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban yaitu :

a. Sangat Tidak Setuju: 1
b. Tidak Setuju 2
c. Setuju 3
d. Sangat Setuju 4

Baca dan isilah semua pernyataan dengan benar tanpa ada yang terlewatkan. Pilihlah salah satu jawaban yang paling tepat menggambarkan diri anda.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya menyukai apa yang ada pada diri saya.				
2.	Saya menerima kekurangan dan kelebihan yang saya miliki.				
3.	Saya kecewa dengan kekurangan yang saya miliki.				
4.	Saya tidak memiliki bakat sama sekali.				
5.	Kekurangan yang saya miliki tidak selamanya buruk, bisa jadi hal tersebut membuat saya giat belajar.				
6.	Banyak hal yang tidak saya sukai pada diri saya.				
7.	Saya sering menyalahkan diri sendiri atas kesalahan yang saya lakukan.				
8.	Saya dapat menyelesaikan masalah yang sulit.				
9.	Saya khawatir atas apa yang dikatakan orang lain tentang saya.				
10.	Saya memiliki banyak potensi untuk dikembangkan.				
11.	Saya percaya jika saya memiliki kelebihan yang tidak dimiliki orang lain.				
12.	Saya mudah berlarut-larut dalam kesedihan yang menimpa diri saya.				
13.	Saya berpikir terlebih dahulu sebelum bertindak.				
14.	Saya bersyukur dengan hidup yang saya miliki.				
15.	Saya kecewa tidak dilahirkan di keluarga kaya.				
16.	Saya tidak pintar karena orang tua saya tidak berpendidikan tinggi.				
17.	Saya memiliki keluarga yang peduli terhadap saya.				
18.	Saya beruntung memiliki kesempatan belajar di perguruan tinggi.				
19.	Selain memiliki kekurangan, saya juga memiliki kelebihan.				
20.	Saya berani mengakui kesalahan yang saya lakukan.				
21.	Saya menyalahkan orang lain ketika keadaan tidak sesuai dengan keinginan saya.				
22.	Ketika saya gagal, berarti saya harus belajar lebih baik lagi.				
23.	Saya menyesal atas pilihan hidup yang saya jalani.				
24.	Setiap manusia memiliki sudut pandang masing-masing.				
25.	Saya bersedia menerima kritikan dari orang lain.				

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

26.	Saya tidak memaksakan apa yang saya yakini kepada orang lain.				
27.	Saya ingin orang yang menyakiti saya merasakan hal yang sama.				
28.	Ketika saya difitnah, saya akan mendengarkan penjelasannya terlebih dahulu.				
29.	Saya tidak ingin berteman dengan orang yang memfitnah saya.				
30.	Saya kesal ketika ada yang tidak suka dengan saya.				
31.	Saya kecewa ketika pendapat saya ditolak orang lain.				

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

LAMPIRAN 2
TABULASI DATA MENTAH

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabulasi Data Mentah Variabel Y Sebelum Uji Coba

S	Skala Quarter Life Crisis																											
	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y26	Y27	Y28
1	2	2	2	2	2	3	4	2	4	1	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	4	2	3	4	3	2	3	3
2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	2	3
3	3	2	3	2	2	2	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2
4	2	3	1	3	2	3	2	4	3	2	4	3	1	4	1	4	1	3	3	3	3	2	3	4	1	3	2	3
5	3	2	3	3	2	3	3	3	1	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3
6	3	3	3	2	3	2	4	3	4	1	4	2	3	2	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3
7	1	4	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	3	3	3	4	4	3	4	2	4	2	3
8	1	3	2	3	2	3	4	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3
9	3	1	1	1	3	3	1	1	3	3	3	1	1	3	2	4	2	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2
10	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3
11	1	1	1	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
12	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	4	2	2	2	3
13	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2
14	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3
15	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	2	4	2	4	1	3	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4
16	3	2	2	3	2	3	3	2	1	4	2	3	3	4	3	2	2	4	2	4	4	4	3	4	2	3	2	3
17	3	4	3	2	1	4	4	4	3	1	4	4	1	4	1	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	2	3	4
18	3	2	3	2	2	3	4	3	4	1	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
19	3	3	2	2	3	1	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	1	3	2	3
20	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
21	2	2	3	2	3	3	4	2	4	2	4	1	2	4	1	4	3	2	4	4	4	2	2	3	3	2	4	3
22	2	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3
23	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
24	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
25	3	1	3	1	3	3	3	2	3	2	3	1	3	2	1	3	3	3	1	2	3	3	2	4	2	2	1	2
26	4	1	3	2	2	3	4	3	4	1	4	4	3	3	3	4	2	2	4	4	4	2	2	4	3	2	4	3
27	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	1	4	2	3	3	3	3	3	3	3	1	4	2	3	3	3
28	2	3	1	3	1	4	3	3	2	4	2	3	1	3	1	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3
29	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
30	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	4	4

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabulasi Data Mentah Variabel Y Sebelum Uji Coba

S	Skala Quarter Life Crisis																										
	Y29	Y30	Y31	Y32	Y33	Y34	Y35	Y36	Y37	Y38	Y39	Y40	Y41	Y42	Y43	Y44	Y45	Y46	Y47	Y48	Y49	Y50	Y51	Y52	Y53	Y54	Y55	Y56
1	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	1	3	2	3
2	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	2	4	2	2
3	4	4	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3
4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	2	3	2	3	3	3	2	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
5	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	1	3	2	3
6	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	1	2	3	2	3	2	3	2	4	2	3
7	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	2	3	2	4	2	3	2	3	2	4	2	4	2	4	2	4
8	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
9	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	2	4	1	4	2	2	2	4	4	4
10	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
11	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
12	2	4	1	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	1	4	1	4	1	3
13	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3
14	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
15	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	1	4	1	4	2	4	4	4	4	4
16	4	4	2	4	3	4	4	4	2	3	3	3	1	4	1	3	2	3	1	4	1	4	4	4	1	4	1	4
17	2	4	4	1	2	3	4	4	2	3	3	3	1	4	2	4	1	2	1	4	2	4	1	4	1	4	2	4
18	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
19	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3
20	3	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	2	4	2	3	2	4	1	4	2	4	2	4
21	4	4	4	4	4	4	3	4	1	2	3	2	4	4	2	3	3	2	2	2	2	3	1	3	2	4	2	4
22	2	3	2	3	3	2	3	2	4	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3
23	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
24	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
25	2	4	2	2	2	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	3	2	3	1	4	4	4	1	4
26	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	2	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	2	4	1	4	4	4
27	3	3	4	3	1	4	4	3	1	3	3	1	1	4	1	3	2	3	1	3	2	4	2	4	1	4	1	4
28	2	3	2	2	3	4	4	4	1	4	2	2	2	3	2	4	2	2	2	4	2	4	1	4	1	4	1	4
29	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	1	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3
30	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	4	4

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabulasi Data Mentah Variabel Y Sesudah Uji Coba

S	Skala Quarter Life Crisis																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2
3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	1	4	4	3	4	3	2	2	4	2	3	1	4
4	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	1	4	1	1	4	1	4	4	4	1	4	1	4	1
5	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	2	3	2	3
6	3	2	3	3	2	3	2	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3
7	3	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3
8	4	1	4	1	1	4	1	4	4	4	3	2	3	4	4	4	1	4	3	3	4	1	4	4
9	3	2	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
10	3	2	3	2	2	2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3
11	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3
12	2	4	2	4	2	4	4	4	1	2	2	2	4	4	2	4	3	4	4	4	2	4	2	4
13	3	2	4	2	3	3	4	3	3	1	4	1	4	4	3	3	2	1	3	4	1	1	1	2
14	2	3	3	1	1	3	1	3	1	1	3	1	3	3	1	3	3	3	1	3	1	3	1	3
15	1	4	1	4	1	4	3	4	1	2	4	1	4	3	1	4	2	4	2	4	1	4	1	4
16	3	2	4	3	2	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	2	2	3
17	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	3	1	3	2	4	3	3	3	2	2	2
18	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	2	4	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3
19	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3
20	3	2	1	2	1	3	4	3	2	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	4	2	2	3	3
21	3	3	4	2	2	2	4	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
22	3	2	3	2	3	3	4	3	1	2	3	2	4	3	4	3	4	2	4	3	3	2	2	3
23	1	3	1	3	1	3	1	4	3	1	4	1	4	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4
24	3	2	3	4	1	3	3	3	1	1	3	1	3	3	1	3	2	3	1	3	3	3	1	3
25	2	3	4	2	2	3	4	2	1	1	4	2	3	2	3	3	1	4	1	4	2	4	1	3
26	2	3	2	1	2	3	4	3	1	1	4	3	3	3	4	2	2	3	4	4	2	3	3	3
27	2	3	2	3	2	3	4	3	1	1	4	3	3	3	4	2	2	3	3	4	2	3	3	3
28	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3
29	4	2	4	3	1	4	3	2	3	4	2	3	2	1	4	2	4	2	4	3	1	3	4	2
30	2	4	4	4	1	4	3	3	3	3	3	1	4	4	4	4	3	2	2	4	3	2	3	3
31	3	2	4	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	1	3	3	3	3	3
32	2	2	2	3	1	3	4	2	4	2	1	3	3	4	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2
33	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
34	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabulasi Data Mentah Variabel Y Sesudah Uji Coba

S	Skala Quarter Life Crisis																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
35	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	1	4	4	2	3	2	3	3	4	3	2	3	3
36	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3
37	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4
38	3	2	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	2	3
39	2	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3
40	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
41	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3
42	3	2	3	2	3	2	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3
43	3	2	4	2	1	3	4	2	3	1	2	3	2	4	4	1	4	1	3	3	4	2	4	2
44	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
45	4	4	3	2	4	1	4	2	4	2	1	3	4	3	2	2	3	4	1	2	1	1	3	1
46	1	1	1	1	1	1	3	4	1	1	1	1	4	4	1	4	1	3	2	4	1	3	1	3
47	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	4	1	4
48	2	3	2	3	1	4	2	1	2	3	4	1	2	2	3	4	1	2	4	1	2	3	4	3
49	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	1	2	3	4
50	3	2	2	3	1	3	2	1	2	1	3	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2
51	3	2	4	2	2	3	1	3	1	1	2	2	3	2	4	2	2	1	3	1	2	4	1	2
52	4	3	3	4	2	1	2	2	3	1	2	1	3	1	2	4	2	1	1	2	1	3	2	1
53	2	2	1	3	4	4	3	3	1	1	4	1	3	4	2	4	3	2	2	3	2	3	2	3
54	3	2	3	1	2	1	2	3	4	1	2	4	2	1	2	2	4	3	3	3	4	2	1	2
55	3	4	3	2	2	3	4	3	2	1	1	4	2	3	1	1	2	3	4	1	2	1	2	4
56	3	2	4	2	1	3	3	2	4	1	3	2	4	1	2	3	1	2	3	1	4	1	3	4
57	2	3	1	4	3	2	3	4	1	2	3	3	2	3	4	1	2	2	3	3	4	1	2	2
58	3	3	4	3	4	2	2	3	4	2	3	4	2	2	3	4	2	2	3	4	2	3	4	3
59	2	3	4	2	3	4	2	2	3	3	4	4	4	4	3	2	3	1	3	2	1	3	3	4
60	3	2	4	2	3	3	4	3	4	3	4	2	4	4	2	3	2	3	4	3	2	3	2	3
61	2	3	4	2	1	2	4	1	2	4	2	1	2	3	4	1	2	3	1	2	4	2	3	4
62	3	3	4	3	4	4	3	2	4	2	1	2	1	2	3	1	2	4	2	1	2	1	2	1
63	2	3	4	2	1	4	3	2	1	4	2	3	3	1	4	3	2	1	3	1	2	1	2	3
64	3	4	3	4	2	2	1	1	2	2	2	2	3	4	2	3	1	3	4	2	3	4	2	1
65	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
66	3	3	3	2	2	3	4	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3
67	3	3	3	2	2	3	4	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3
68	3	3	3	2	2	3	4	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabulasi Data Mentah Variabel Y Sesudah Uji Coba

S	Skala Quarter Life Crisis																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
69	2	2	3	3	3	4	3	2	1	2	3	3	4	2	1	3	4	2	3	2	4	1	2	3
70	4	4	3	2	3	3	4	3	4	1	3	1	4	4	1	3	2	2	3	3	2	3	2	1
71	2	3	1	4	2	2	3	4	1	4	4	3	3	2	1	3	4	2	4	1	3	4	2	2
72	3	4	4	2	1	3	4	3	1	4	2	1	4	4	3	3	2	3	3	4	1	3	2	3
73	4	1	2	3	2	4	3	4	2	1	2	4	2	1	3	2	1	2	3	4	3	3	2	4
74	4	4	3	3	2	2	3	3	4	3	2	1	3	4	2	2	1	2	1	2	4	2	3	2
75	3	3	3	3	4	2	2	1	2	2	4	4	1	2	2	3	2	3	4	3	4	4	2	3
76	3	3	4	2	1	2	3	4	2	1	2	3	4	2	1	3	3	4	3	2	2	3	3	4
77	3	3	4	2	1	3	3	2	1	2	2	2	4	4	3	2	4	2	1	2	3	4	2	1
78	3	3	4	4	2	3	3	3	1	2	1	2	4	4	3	3	2	1	2	2	3	3	3	2
79	3	2	3	2	3	3	4	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3
80	3	2	3	2	3	3	4	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3
81	3	2	3	2	3	3	4	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3
82	3	2	3	2	3	3	4	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3
83	3	2	3	2	3	3	4	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3
84	3	2	3	2	1	4	4	1	2	2	3	2	1	3	2	1	2	3	4	1	2	3	2	1
85	3	3	2	4	1	3	4	2	1	4	2	1	4	3	1	2	2	2	4	1	2	4	2	1
86	3	3	4	4	2	3	4	2	3	1	2	4	2	3	1	2	4	2	3	2	3	4	2	4
87	3	3	2	4	3	3	4	2	2	1	4	3	3	2	3	1	3	4	2	1	4	2	2	1
88	3	3	2	4	2	3	1	2	3	3	4	2	3	2	3	4	2	3	2	1	4	3	2	3
89	1	2	2	1	4	2	2	3	1	2	2	3	3	3	1	3	4	1	3	1	2	1	3	3
90	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3
91	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
92	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3
93	3	3	4	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
94	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	1	3	3	2	1	2
95	1	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	3	3	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4
96	2	3	2	4	1	4	4	4	4	4	4	2	4	3	2	3	3	3	2	4	3	3	2	3
97	3	2	3	4	2	3	3	3	1	3	4	2	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	3	4
98	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	4	4	2	3	2	3	3	4	3	2	3	3
99	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
100	1	4	1	3	1	4	4	4	1	4	4	2	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabulasi Data Mentah Variabel Y Sesudah Uji Coba

S	Skala Quarter Life Crisis																							
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
35	2	3	2	2	3	3	4	4	4	4	2	3	2	3	2	3	3	1	4	1	3	4	1	3
36	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	1	3
37	1	4	1	1	1	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	3
38	3	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	4	1	4	4	1	3
39	3	4	3	3	2	4	3	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	2	3
40	3	3	3	3	3	4	3	4	1	4	3	3	3	4	2	4	3	1	4	1	4	4	1	4
41	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3
42	4	3	4	3	2	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3
43	4	4	4	4	4	2	3	3	2	4	4	2	4	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2
44	1	4	1	1	1	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4
45	1	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	3	1	2	1	1	2	3	3	2	1	4	4	3
46	1	4	3	1	3	4	4	4	2	3	3	3	2	4	2	4	3	1	4	1	4	3	1	1
47	1	1	1	1	1	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4
48	1	4	2	2	4	1	2	1	2	3	1	4	1	3	2	1	4	1	1	2	1	3	2	1
49	4	3	2	1	1	2	3	4	4	3	2	1	3	2	4	1	2	3	1	3	1	2	1	2
50	3	2	1	3	2	3	3	2	3	1	2	3	2	4	1	2	2	4	2	3	1	4	1	1
51	2	3	1	1	2	2	2	3	3	4	2	1	1	3	2	1	2	1	3	1	2	1	1	2
52	1	3	2	2	1	3	1	3	2	1	2	3	1	3	3	2	2	3	2	1	1	3	4	1
53	4	1	2	3	2	3	4	1	2	3	1	4	2	4	1	2	3	1	3	4	2	2	3	1
54	3	3	3	4	4	4	3	2	1	4	3	2	1	1	3	3	2	4	1	2	1	4	2	3
55	3	4	2	1	2	3	1	1	3	2	4	2	2	2	3	4	1	1	3	4	2	2	3	3
56	3	2	2	1	3	1	3	1	2	1	2	1	3	4	4	3	2	3	1	2	3	3	4	2
57	3	4	2	1	4	2	3	4	3	2	3	4	2	4	3	2	2	4	2	2	2	4	3	3
58	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4	3	3	4	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2
59	4	4	2	2	3	1	3	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	2	4	2	2	4	2	3
60	3	4	3	2	1	3	3	4	2	4	1	4	1	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3
61	2	1	3	1	4	2	4	2	3	3	1	1	2	3	4	2	1	2	1	4	2	2	1	3
62	2	3	4	2	1	1	2	3	1	3	2	1	3	2	3	4	2	4	2	1	2	4	2	1
63	3	3	2	3	1	2	3	1	4	2	2	1	2	1	1	4	2	1	2	4	2	1	3	3
64	2	3	4	2	3	2	2	2	1	1	2	3	4	4	3	3	2	3	3	4	2	2	1	3
65	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4
66	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3
67	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3
68	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabulasi Data Mentah Variabel Y Sesudah Uji Coba

S	Skala Quarter Life Crisis																							
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
69	2	3	4	3	1	2	3	4	4	4	3	2	2	3	2	2	4	2	1	2	3	2	1	2
70	2	4	3	1	2	4	3	3	1	3	2	3	2	4	1	3	3	2	4	2	3	4	1	3
71	1	4	2	4	4	3	3	3	2	2	2	1	4	2	4	2	3	2	1	4	2	2	1	4
72	1	3	1	2	2	4	3	4	2	3	2	3	1	4	2	4	3	3	4	1	3	3	1	4
73	2	4	1	4	2	3	2	4	2	4	2	4	1	3	4	3	4	1	2	3	4	2	1	2
74	1	3	2	4	3	2	4	2	3	3	3	2	1	2	4	2	1	3	4	4	2	4	4	2
75	2	4	3	3	4	3	4	1	2	1	2	3	3	4	4	1	2	3	4	4	3	4	4	2
76	4	4	2	1	2	3	4	2	1	4	3	4	3	2	2	1	2	1	4	2	1	2	4	2
77	3	2	1	2	4	3	3	2	1	4	3	2	1	2	3	4	3	1	3	1	4	3	2	4
78	1	4	3	3	1	3	3	3	2	3	1	3	1	4	3	3	4	1	3	2	4	4	2	3
79	4	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3
80	4	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3
81	4	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3
82	4	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3
83	4	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3
84	3	4	2	3	2	1	2	3	3	4	3	4	1	3	2	2	1	4	2	2	3	2	1	4
85	2	2	4	3	4	3	4	2	3	4	1	3	2	3	4	1	2	1	2	3	4	2	3	2
86	3	3	4	2	3	3	4	2	4	2	4	3	3	2	4	3	3	1	2	2	3	4	3	4
87	3	1	3	4	2	4	2	3	4	2	1	3	1	3	4	4	2	1	2	4	3	2	2	4
88	2	2	1	4	3	3	2	1	2	2	1	3	1	3	4	1	2	2	3	2	4	2	1	3
89	1	2	2	3	1	3	4	1	3	2	1	3	3	3	4	3	1	2	1	4	3	3	3	1
90	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
91	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
92	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3
93	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	4
94	3	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3
95	4	4	3	3	3	4	2	4	1	3	1	4	1	3	2	4	4	1	4	4	4	4	1	4
96	2	4	1	1	4	4	4	4	2	2	3	2	3	3	1	4	4	2	4	2	4	4	2	4
97	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	3	3	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	2	4
98	3	4	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3
99	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
100	4	4	4	4	1	4	4	3	3	4	1	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	2	4

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabulasi Data Mentah Variabel X

S	Skala Self-Esteem																														
	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
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	4	4	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	1	1	4	4	4	3	1	3	2	4	3	3	2	3	3	2	2
3	4	4	1	1	4	1	1	4	2	4	4	2	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	3	4	3	2	1
4	1	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	4
5	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	4	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2
6	3	4	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2	3	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	3	3	2	1
7	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4	2	1	3	4	4	2	2	3	2	3	3	4	4	2	4	2	3
8	4	4	3	2	4	3	4	3	1	2	3	4	2	3	2	1	3	4	4	4	1	3	1	4	3	3	4	4	4	2	1
9	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
10	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	4	3	4	1	1	4	4	4	3	2	3	2	4	3	3	3	3	4	2	2
11	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3
12	4	4	2	2	4	2	3	3	3	3	3	1	3	3	1	1	3	4	4	4	1	4	2	4	3	3	4	3	4	3	2
13	4	4	1	2	4	2	2	3	2	3	4	2	4	4	1	1	3	4	4	3	2	3	1	4	3	3	4	1	2	2	3
14	3	3	1	1	3	1	3	3	1	3	3	1	3	3	1	1	3	3	3	3	1	4	1	3	3	3	3	3	3	1	1
15	4	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	4	2	1	1
16	3	3	4	1	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	1	1	3	4	4	4	4	3	2	4	2	3	4	3	4	3	4
17	4	4	1	1	3	1	2	3	2	3	4	1	3	4	1	1	4	4	4	3	1	4	1	4	3	3	2	2	3	2	3
18	3	2	4	1	3	4	4	2	4	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	1	4	2	4	3	3	4	3	4	2	2
19	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2
20	4	4	1	1	4	2	2	2	2	3	3	3	3	4	1	1	4	4	4	3	1	3	1	3	3	3	1	3	4	2	2
21	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	1	4	4	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	2	3
22	3	3	1	1	4	2	3	3	3	3	2	2	4	4	1	1	3	3	4	3	1	4	1	4	3	2	4	3	4	4	4
23	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	1	1	1	1	1
24	4	4	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	1	1	4	4	4	4	1	3	1	3	3	3	2	3	2	2	1
25	4	4	1	1	4	1	3	4	2	3	4	2	4	4	1	1	4	4	4	4	2	4	1	4	3	4	1	1	4	2	2
26	3	3	2	2	3	1	2	3	2	3	4	1	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	3	4	4	2	4	1	3	2	3
27	3	3	1	2	3	1	2	3	3	3	4	2	4	4	2	3	3	1	4	4	2	4	2	4	3	2	3	2	3	2	3
28	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3
29	1	3	3	1	4	4	2	4	1	4	3	1	3	4	1	2	4	1	4	2	4	2	1	4	3	4	2	4	2	4	4
30	4	4	2	2	4	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	1	3	2	4	4	1	4	1	4	3	2	4	4	2	2	2
31	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2
32	4	4	2	2	3	1	2	2	2	3	4	1	3	4	1	1	4	4	4	4	2	3	1	4	4	3	3	3	3	2	2
33	3	4	1	1	2	1	1	3	4	3	3	1	3	4	1	1	4	4	3	3	1	3	3	4	3	4	2	1	2	1	1
34	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabulasi Data Mentah Variabel X

S	Skala Self-Esteem																														
	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
35	4	4	2	2	3	2	3	3	2	4	3	2	4	4	2	2	3	4	4	4	2	4	2	4	3	4	4	3	3	2	2
36	4	4	2	1	4	1	2	3	2	3	3	2	3	4	2	1	3	3	4	3	1	4	2	4	4	3	2	2	2	2	2
37	3	3	2	2	3	1	1	3	1	3	3	2	3	3	1	1	4	4	4	3	3	3	1	4	4	4	1	3	2	1	1
38	3	4	1	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	1	1	4	3	3	4	1	4	2	3	3	3	4	3	4	4	1
39	4	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	1	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3
40	4	4	1	1	4	1	3	3	2	4	4	3	4	4	1	1	4	4	4	4	2	4	2	4	4	3	1	3	2	2	1
41	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3
42	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	1	2	4	3	4	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3
43	3	4	2	1	4	3	4	1	4	2	2	4	2	4	4	1	2	4	4	4	1	4	2	4	4	4	4	2	2	2	2
44	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1
45	3	4	4	3	2	3	4	4	2	1	3	1	2	3	2	1	4	1	2	1	2	1	2	3	4	2	3	4	1	2	4
46	2	1	1	1	4	2	2	3	2	3	3	1	4	4	1	1	3	4	4	4	1	4	4	4	4	3	2	3	2	2	1
47	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	4	1	1	1
48	1	3	1	2	1	2	4	3	3	4	3	3	3	4	2	4	2	1	2	4	1	2	1	2	2	2	2	1	1	4	2
49	3	3	4	1	2	1	2	3	1	2	1	3	1	3	4	1	2	3	1	3	1	3	1	2	2	1	4	2	1	1	2
50	2	2	1	2	1	3	3	4	1	4	2	3	2	2	1	2	4	1	2	1	2	2	2	3	3	4	1	2	2	1	2
51	1	3	4	2	1	3	1	3	1	1	2	2	1	4	2	4	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	3	2
52	1	2	4	2	2	2	3	3	2	1	1	2	1	2	2	1	3	4	2	2	1	3	2	1	3	2	1	2	1	3	2
53	4	2	3	1	4	1	2	3	2	1	2	1	3	2	1	3	1	4	1	2	3	2	4	2	1	4	2	4	1	4	2
54	4	2	3	2	4	2	2	4	2	1	3	2	3	2	1	3	1	4	2	1	4	3	2	1	2	4	1	2	1	3	4
55	2	3	2	2	1	2	3	4	2	3	2	4	4	3	2	1	2	4	2	2	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3
56	4	2	2	1	2	3	3	4	4	3	2	1	4	1	2	3	4	3	2	3	4	2	4	2	3	2	3	2	2	1	3
57	3	4	4	1	2	1	2	3	3	3	4	2	1	2	2	2	3	4	2	1	2	3	4	2	2	4	1	2	3	1	2
58	3	4	2	4	3	4	4	3	2	3	2	2	3	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2	1	2	3	4	3	2	2	4
59	4	4	2	4	2	2	3	3	4	2	2	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	2	3	1	2	4	2
60	3	3	2	3	4	1	2	3	2	3	3	3	4	4	2	1	3	4	3	3	1	3	1	3	3	2	3	3	3	1	2
61	2	1	2	4	2	1	4	2	1	4	1	2	2	3	3	4	2	1	4	2	1	2	3	1	2	3	3	1	2	1	2
62	3	1	2	3	4	3	4	3	2	2	1	2	4	2	3	4	2	4	3	2	3	4	2	2	1	3	3	2	3	2	3
63	3	4	2	2	1	1	2	3	3	3	4	2	2	1	2	2	1	3	1	2	2	4	2	4	1	3	1	2	1	2	3
64	4	2	4	3	4	4	4	3	2	2	4	1	2	2	3	3	1	2	3	1	2	3	2	1	3	1	3	1	2	4	2
65	4	4	1	1	4	1	2	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3
66	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3
67	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3
68	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	4	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Tabulasi Data Mentah Variabel X

S	Skala Self-Esteem																														
	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
69	3	4	2	4	2	1	3	2	3	4	2	1	2	4	1	1	2	4	2	4	2	4	2	2	3	3	1	4	2	3	4
70	4	3	1	2	3	1	2	4	2	3	4	1	3	3	2	1	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	4	1
71	1	2	1	3	3	4	3	2	3	4	1	2	4	2	4	2	3	3	4	4	1	3	1	4	1	2	4	2	1	4	1
72	4	3	1	2	3	1	2	3	1	4	3	1	3	3	1	2	3	4	3	4	1	3	3	4	3	4	1	2	3	1	1
73	3	1	3	4	2	1	2	3	1	1	4	2	3	4	2	1	1	3	4	3	2	1	4	4	3	3	2	3	3	2	3
74	3	3	1	3	3	4	2	1	2	3	4	1	2	3	4	2	1	4	2	1	3	4	2	1	3	1	4	3	2	4	2
75	2	1	2	4	3	2	4	2	2	3	4	1	1	2	4	2	2	4	2	3	1	3	1	2	3	2	3	1	3	4	1
76	3	2	3	4	1	2	4	2	1	3	4	2	1	2	4	2	3	4	2	1	2	3	1	4	3	2	4	2	2	1	3
77	4	3	3	3	2	1	1	3	1	3	3	2	3	3	1	1	3	4	3	4	3	2	3	1	2	3	3	4	2	1	3
78	4	3	1	2	4	1	2	3	2	3	3	2	3	4	1	1	3	4	3	3	3	4	1	3	3	3	3	1	3	2	3
79	3	3	1	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	4	1	1	4	4	4	3	1	3	2	4	3	3	1	3	3	2	2
80	3	3	1	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	4	1	1	4	4	4	3	1	3	2	4	3	3	1	3	3	2	2
81	3	3	1	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	4	1	1	4	4	4	3	1	3	2	4	3	3	1	3	3	2	2
82	3	3	1	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	4	1	1	4	4	4	3	1	3	2	4	3	3	1	3	3	2	2
83	3	3	1	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	4	1	1	4	4	4	3	1	3	2	4	3	3	1	3	3	2	2
84	1	2	4	1	1	2	3	4	2	1	1	1	3	1	2	3	4	2	1	1	2	3	3	2	4	3	4	2	2	1	1
85	4	2	1	2	3	4	3	3	4	4	2	2	3	4	1	4	4	3	3	2	4	3	2	3	2	1	2	3	2	4	1
86	3	3	2	3	3	4	4	1	2	3	4	4	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	2	4
87	2	1	2	4	1	2	4	2	3	2	4	2	1	4	2	4	3	3	2	3	4	2	4	2	4	2	3	4	2	3	4
88	2	3	2	3	4	3	4	3	2	4	3	4	3	2	4	2	3	2	4	3	1	3	1	4	4	3	3	4	4	3	3
89	1	2	1	3	3	4	1	2	3	3	1	2	3	3	4	1	2	2	2	3	3	1	3	4	1	1	2	3	2	3	1
90	3	3	1	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3
91	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
92	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	1	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2
93	4	4	2	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	4	1	1	4	3	4	3	1	3	2	4	2	3	2	2	4	3	3
94	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	4	3	1	4	4	3	4	1	3	1	4	3	3	3	3	3	2	2
95	4	4	1	1	4	2	1	3	3	4	3	1	4	4	1	1	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	4	4	1	1
96	4	4	2	2	4	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	4	3	4	4	1	4	2	4	4	4	2	4	3	2	3
97	4	4	1	3	4	2	4	4	2	4	4	3	4	4	1	3	4	4	4	2	1	4	1	4	3	4	3	3	2	2	1
98	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	2	2	4	4	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2
99	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	2	2	2	2	2	2
100	4	4	4	1	4	1	4	2	1	4	4	1	4	4	1	1	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4

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 7/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

LAMPIRAN 3
UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SEBELUM UJI COBA

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
,924	56

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	151,80	320,993	,333	,924
Y2	151,80	316,441	,425	,923
Y3	151,97	321,206	,310	,924
Y4	151,93	317,857	,483	,922
Y5	152,03	322,999	,317	,924
Y6	151,37	319,551	,454	,923
Y7	151,27	317,926	,393	,923
Y8	151,53	319,154	,438	,923
Y9	151,53	316,671	,424	,923
Y10	151,67	327,471	,062	,927
Y11	151,63	320,723	,334	,924
Y12	151,60	315,145	,485	,922
Y13	152,23	320,944	,368	,923
Y14	151,33	317,126	,498	,922
Y15	152,20	324,648	,200	,925
Y16	151,13	322,602	,359	,923
Y17	151,93	324,340	,274	,924
Y18	151,40	324,110	,252	,924
Y19	151,57	318,392	,404	,923

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Y20	151,43	319,151	,440	,923
Y21	151,27	314,685	,639	,921
Y22	151,47	321,775	,352	,923
Y23	151,90	312,231	,659	,921
Y24	150,97	321,757	,440	,923
Y25	151,80	315,752	,561	,922
Y26	151,60	321,007	,378	,923
Y27	151,77	311,013	,665	,921
Y28	151,37	319,068	,659	,922
Y29	151,33	315,264	,535	,922
Y30	150,90	321,197	,413	,923
Y31	151,43	310,875	,541	,922
Y32	151,23	316,530	,453	,923
Y33	151,43	314,530	,550	,922
Y34	151,00	321,379	,381	,923
Y35	151,20	319,338	,495	,922
Y36	151,03	321,413	,355	,923
Y37	152,00	321,103	,317	,924
Y38	151,23	323,909	,301	,924
Y39	151,80	313,545	,698	,921
Y40	151,70	321,941	,353	,923
Y41	151,90	316,921	,432	,923
Y42	151,40	317,628	,481	,922
Y43	152,03	316,723	,508	,922
Y44	151,17	318,489	,638	,922
Y45	152,10	322,300	,269	,924
Y46	151,50	323,983	,254	,924
Y47	152,37	324,240	,236	,924
Y48	151,10	322,852	,428	,923
Y49	152,33	322,851	,363	,923
Y50	150,97	323,482	,404	,923
Y51	152,40	320,869	,333	,924
Y52	151,00	320,138	,434	,923
Y53	152,30	322,148	,235	,925
Y54	150,87	321,775	,385	,923
Y55	152,17	315,109	,460	,923
Y56	150,93	321,168	,464	,923

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SETELAH UJI COBA

Reliability

Scale: Quarter Life Crisis

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	100	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.864	48

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
QL1	2.59	.780	100
QL2	2.67	.766	100
QL3	2.74	.981	100
QL4	2.58	.878	100
QL5	2.10	.882	100
QL6	2.88	.756	100
QL7	3.04	.953	100
QL8	2.67	.842	100
QL9	2.46	1.132	100
QL10	2.32	1.034	100
QL11	2.73	.886	100
QL12	2.31	.907	100
QL13	2.97	.822	100
QL14	2.91	.889	100
QL15	2.53	.958	100
QL16	2.73	.851	100
QL17	2.50	.893	100
QL18	2.63	.884	100
QL19	2.59	.933	100
QL20	2.85	.978	100
QL21	2.59	.889	100
QL22	2.60	.888	100
QL23	2.41	.842	100
QL24	2.83	.842	100
QL25	2.63	1.022	100
QL26	3.24	.818	100
QL27	2.61	.984	100
QL28	2.59	.965	100
QL29	2.44	.967	100
QL30	3.05	.821	100
QL31	3.05	.783	100
QL32	3.07	1.008	100
QL33	2.26	.860	100

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

QL34	2.92	.861	100
QL35	2.41	.866	100
QL36	2.66	.855	100
QL37	2.22	.949	100
QL38	2.93	.832	100
QL39	2.51	.959	100
QL40	2.91	.866	100
QL41	2.92	.849	100
QL42	2.03	.881	100
QL43	2.89	.909	100
QL44	2.23	1.004	100
QL45	2.94	.862	100
QL46	3.14	.804	100
QL47	2.06	.941	100
QL48	3.07	.891	100

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
QL1	125.42	152.549	.352	.866
QL2	125.34	153.540	.301	.867
QL3	125.27	149.755	.343	.863
QL4	125.43	153.318	.303	.868
QL5	125.91	150.527	.332	.863
QL6	125.13	150.458	.368	.862
QL7	124.97	147.181	.362	.858
QL8	125.34	146.914	.320	.857
QL9	125.55	148.553	.356	.863
QL10	125.69	143.671	.380	.853
QL11	125.28	148.911	.306	.861
QL12	125.70	150.091	.346	.863
QL13	125.04	151.332	.306	.864
QL14	125.10	147.828	.356	.859
QL15	125.48	148.636	.397	.861
QL16	125.28	149.880	.370	.862
QL17	125.51	149.303	.386	.861
QL18	125.38	149.773	.366	.862
QL19	125.42	148.994	.388	.861
QL20	125.16	142.095	.476	.849
QL21	125.42	147.600	.367	.858
QL22	125.41	151.456	.387	.865
QL23	125.60	146.586	.336	.856
QL24	125.18	147.321	.300	.857
QL25	125.38	143.107	.409	.852
QL26	124.77	147.734	.389	.858
QL27	125.40	143.535	.409	.852
QL28	125.42	146.569	.385	.858
QL29	125.57	148.934	.381	.862
QL30	124.96	145.716	.392	.854

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

QL31	124.96	147.231	.332	.857
QL32	124.94	144.299	.365	.854
QL33	125.75	153.886	322	.869
QL34	125.09	148.608	.329	.860
QL35	125.60	149.677	.376	.862
QL36	125.35	151.280	.302	.864
QL37	125.79	147.764	.338	.859
QL38	125.08	150.115	.364	.862
QL39	125.50	151.566	.371	.866
QL40	125.10	146.778	.316	.757
QL41	125.09	145.012	.412	.753
QL42	125.98	155.091	378	.871
QL43	125.12	143.602	.446	.751
QL44	125.78	155.992	314	.874
QL45	125.07	144.187	.445	.752
QL46	124.87	145.165	.430	.753
QL47	125.95	153.664	317	.869
QL48	124.94	144.017	.437	.752

48 X4 + 48X1 / 2 = 120

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Reliability

Scale: Self Esteem

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	100	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.831	31

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
SE1	3.05	.892	100
SE2	2.00	.953	100
SE3	2.14	.910	100
SE4	2.96	.920	100
SE5	2.07	.998	100
SE6	2.62	.919	100
SE7	2.88	.756	100
SE8	2.27	.863	100
SE9	2.90	.835	100
SE10	2.88	.891	100
SE11	2.23	.920	100
SE12	2.89	.840	100
SE13	3.31	.861	100
SE14	1.87	1.002	100
SE15	1.77	.962	100
SE16	3.16	.907	100
SE17	3.23	.941	100
SE18	3.17	.922	100
SE19	2.97	.904	100
SE20	1.92	.961	100
SE21	3.14	.779	100
SE22	2.01	.916	100
SE23	3.17	.985	100
SE24	2.94	.802	100
SE25	2.88	.844	100
SE26	2.48	1.059	100
SE27	2.71	.902	100
SE28	2.63	.895	100
SE29	2.30	.937	100
SE30	2.29	.946	100
SE31	2.29	.946	100

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
SE1	78.08	60.963	.310	.812
SE2	79.13	67.528	351	.854
SE3	78.99	65.970	349	.844
SE4	78.17	59.536	.401	.802
SE5	79.06	63.229	.317	.830
SE6	78.51	61.202	.380	.814
SE7	78.25	65.664	313	.838
SE8	78.86	61.495	.383	.814
SE9	78.23	62.926	.385	.823
SE10	78.25	61.866	.344	.818
SE11	78.90	61.909	.329	.819
SE12	78.24	61.437	.499	.813
SE13	77.82	62.028	.444	.818
SE14	79.26	66.598	.493	.851
SE15	79.36	67.485	348	.854
SE16	77.97	62.029	.326	.819
SE17	77.90	64.960	.315	.839
SE18	77.96	59.695	.388	.803
SE19	78.16	61.004	.301	.812
SE20	79.21	63.784	.389	.832
SE21	77.99	62.010	.382	.816
SE22	79.12	66.349	.375	.847
SE23	77.96	59.514	.368	.804
SE24	78.19	62.479	.333	.819
SE25	78.25	63.927	.306	.830
SE26	78.65	60.553	.367	.814
SE27	78.42	60.852	.313	.811
SE28	78.50	59.061	.452	.898
SE29	78.83	62.870	.356	.826
SE30	78.84	61.469	.350	.817
SE31	78.84	61.469	.350	.817

31X4 +31X1 / 2 =77,5

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

LAMPIRAN 4
UJI NORMALITAS

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		quarter life crisis	self esteem
N		100	100
Normal Parameters[a]	Mean	128.01	65.13
	Std. Deviation	7.416	8.129
Most Extreme Differences	Absolute	.093	.086
	Positive	.035	.039
	Negative	-.093	-.086
Kolmogorov-Smirnov Z		.933	.857
Asymp. Sig. (2-tailed)		.349	.455

a. Test distribution is Normal.

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

LAMPIRAN 5
UJI LINIERITAS

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
self esteem * quarter life crisis	100	100.0%	0	.0%	100	100.0%

Report

self esteem

quarter life crisis	Mean	N	Std. Deviation
96	62.00	1	.
98	59.00	1	.
101	65.50	2	2.121
106	70.00	1	.
108	73.00	1	.
110	72.67	3	5.508
112	67.50	2	.707
113	80.00	1	.
114	80.00	4	3.162
115	86.50	2	.707
116	63.50	2	.707
117	87.00	2	9.899
119	78.00	2	4.243
120	73.00	1	.
121	76.50	4	1.291
122	81.00	3	4.359
123	76.00	3	5.196
124	83.67	3	2.887
125	77.00	1	.
126	80.25	4	.500
127	82.00	3	6.083
128	79.00	5	3.536
129	84.33	3	6.807

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

130	81.50	2	10.607
131	89.00	1	.
132	78.00	2	1.414
133	88.50	2	2.121
134	85.00	1	.
135	78.71	7	2.928
136	80.20	5	4.438
137	86.33	6	2.503
138	80.00	1	.
139	90.67	3	6.429
140	86.00	1	.
141	90.00	2	2.828
142	85.00	1	.
143	90.00	3	3.606
144	93.00	2	.000
146	91.00	1	.
147	86.00	1	.
150	91.33	3	5.132
152	91.00	1	.
153	101.00	1	.
Total	81.13	100	8.129

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
self esteem * quarter life crisis	Between Groups	(Combined)	5547.665	42	132.087	7.577	.000
		Linearity	3498.485	1	3498.485	200.689	.000
		Deviation from Linearity	2049.179	41	49.980	2.867	.251
	Within Groups		993.645	57	17.432		
	Total		6541.310	99			

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
self esteem * quarter life crisis	.-731	.535	.921	.848

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

LAMPIRAN 6
UJI HIPOTESIS

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Correlations

Correlations

		quarter life crisis	self esteem
quarter life crisis	Pearson Correlation	1	-.731**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
self esteem	Pearson Correlation	.-731**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

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

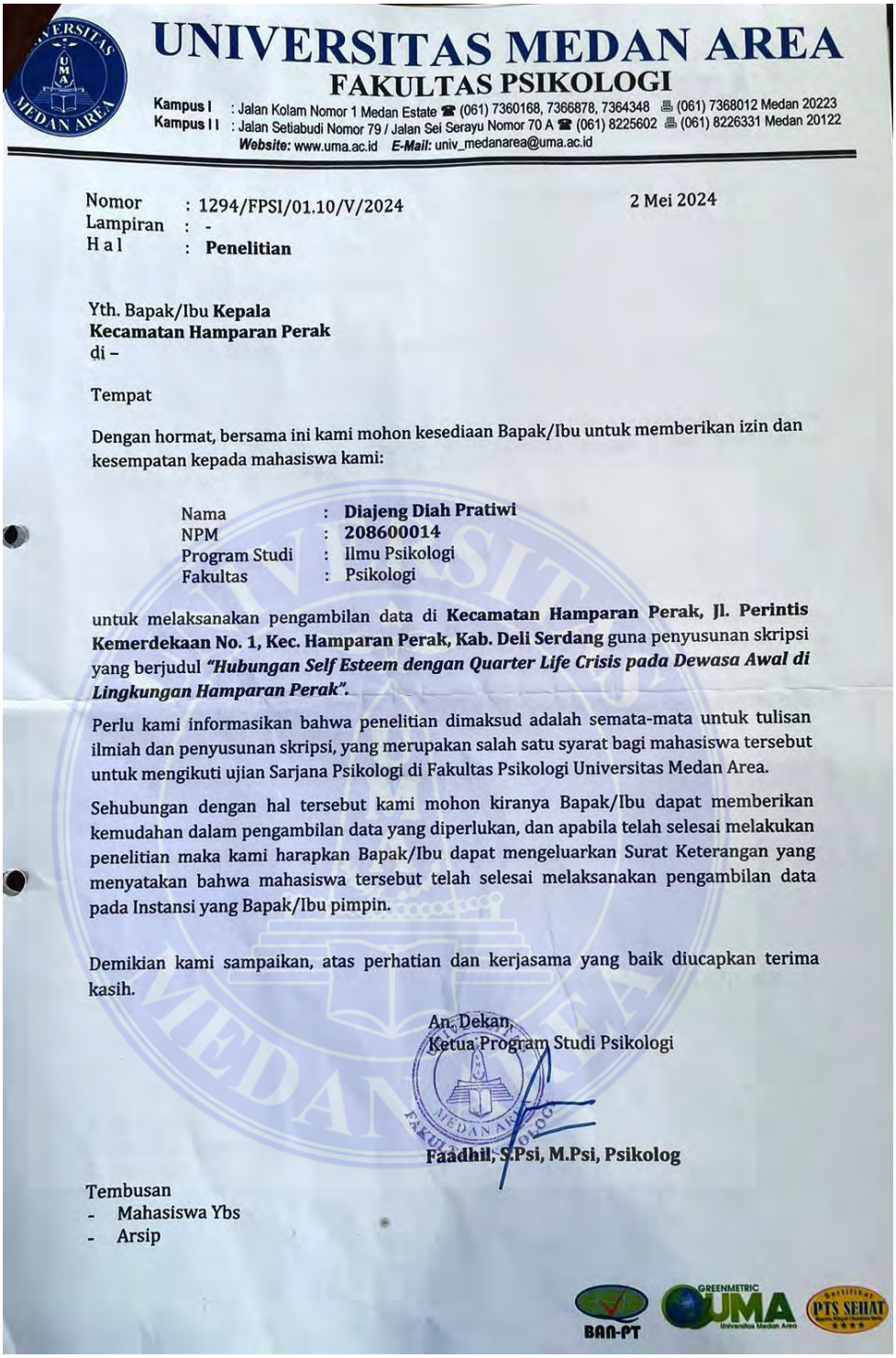
UNIVERSITAS MEDAN AREA
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

LAMPIRAN 7
SURAT KETERANGAN BUKTI PENELITIAN

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24



UNIVERSITAS MEDAN AREA
FAKULTAS PSIKOLOGI

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

Nomor : 1294/FPSI/01.10/V/2024 2 Mei 2024
Lampiran : -
H a l : **Penelitian**

Yth. Bapak/Ibu **Kepala**
Kecamatan Hamparan Perak
di –

Tempat

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

Nama	:	**Diajeng Diah Pratiwi**
NPM	:	**208600014**
Program Studi	:	Ilmu Psikologi
Fakultas	:	Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di **Kecamatan Hamparan Perak, Jl. Perintis Kemerdekaan No. 1, Kec. Hamparan Perak, Kab. Deli Serdang** guna penyusunan skripsi yang berjudul ***"Hubungan Self Esteem dengan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal di Lingkungan Hamparan Perak".***

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 Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

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

An. Dekan,
Ketua Program Studi Psikologi

Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
KECAMATAN HAMPARAN PERAK
Jalan Perintis Kemerdekaan No.1 Kode Pos 20374
E-mail : kechamparanperak@gmail.com Website : www.hamparanperak.deliserdangkab.go.id

Hamparan Perak, 15 Mei 2024

Nomor : 070 / 218
Sifat : -
Lamp. : -
Perihal : Persetujuan Izin Penelitian

Yth. Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
di -
Medan

Berdasarkan Surat Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area Medan, Nomor : 1294/FPSI/01.10/V/2024 tanggal 2 Mei 2024 perihal Penelitian, bagi mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama	:	**DIAJENG DIAH PRATIWI**
NPM.	:	208600014
Program Studi	:	Ilmu Psikologi
Fakultas	:	Psikologi

maka Camat Hamparan Perak dengan ini menerima dan memberikan Izin kepada Mahasiswa dimaksud untuk melaksanakan Penelitian di Kecamatan Hamparan Perak sepanjang yang bersangkutan bersedia mematuhi peraturan dan tata tertib yang telah ditetapkan serta menjaga ketertiban umum. Adapun pelaksanaan penelitian tersebut untuk menyusun skripsi dengan judul : **"Hubungan Self Esteem dengan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal di Lingkungan Hamparan Perak"**.

Demikian Kami sampaikan untuk dapat dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

CAMAT HAMPARAN PERAK,

RAHMAT AZAHAR SIREGAR, S.STP, MM
PEMBINA
NIP. 19821113 200212 1 006

Tembusan :
1. Muspika Kecamatan Hamparan Perak
2. Pertinggal.

© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
KECAMATAN HAMPARAN PERAK
Jalan Perintis Kemerdekaan No.1 Kode Pos 20374
E-mail : kechamparanperak@gmail.com Website : www.hamparanperak.deliserdangkab.go.id

SURAT KETERANGAN
NOMOR : 070 / 454

Berdasarkan Surat Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikolagi Universitas Medan Area Nomor : 1294/FPSI/01.10/V/2024 Tanggal 02 Mei 2024 perihal Penelitian dan Surat Camat Hamparan Perak Nomor : 070/278 Tanggal 15 Mei 2024 perihal Persetuuan Izin Penelitian. Camat Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	:	**DIAJENG DIAH PRATIWI**
NPM.	:	208600014
Program Studi	:	Ilmu Psikologi
Fakultas	:	Psikologi Universitas Medan Area

Nama tersebut diatas benar telah selesai melaksanakan Penelitian di Kecamatan Hamparan Perak dengan judul "**Hubungan Self Esteem dengan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal di Lingkungan Hamparan Perak** ", adapun pelaksanaan Penelitian tersebut dilaksanakan dari tanggal 21 Mei s/d 23 Juni 2023 dengan baik.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Hamparan Perak
Pada Tanggal : 09 Juli 2024

CAMAT HAMPARAN PERAK,

RAHMAT AZAHAR SIREGAR, S.STP, MM
PEMBINA
NIP. 19821113 200212 1 006

Document Accepted 7/10/24
© 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
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

LAMPIRAN 8

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN

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 7/10/24
Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24

Surat Pernyataan Kesediaan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Agus Mujianto, S. Psi

Judul Penelitian : Hubungan antara *Self Esteem* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah IAIN Salatiga

Menyatakan bahwa benar mahasiswa S-1 Psikologi Universitas Medan Area dengan identitas :

Nama : Diajeng Diah Pratiwi

Judul Penelitian : Hubungan *Self Esteem* Dengan *Quarter Life Crisis* Pada Dewasa Awal Di Lingkungan Hamparan Perak

Telah meminta izin kepada saya untuk menggunakan skala *self esteem* yang saya susun di dalam penelitian saya. Oleh karena itu, melalui surat pernyataan kesediaan ini, saya menyatakan telah menyetujui permohonan Sdri, Diajeng Diah Pratiwi untuk menggunakan skala tersebut guna kepentingan penelitian dengan judul penelitian yang tertera diatas.

Hormat Saya,

Agus Mujianto, S. Psi

Document Accepted 7/10/24

© 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

Access From (repository.uma.ac.id)7/10/24