

**PENGARUH DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP  
*QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA AKHIR  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS  
ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA**

**SKRIPSI**

**OLEH:**

**AMANDA IRSAL AZZAHRA HUTABARAT**

**208600164**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2025**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 21/3/25

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)21/3/25

**DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP *QUARTER LIFE*  
*CRISIS* PADA MAHASISWA AKHIR FAKULTAS  
KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS  
ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA**

**SKRIPSI**

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

**OLEH:**

**AMANDA IRSAL AZZAHRA HUTABARAT**

**208600164**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN**

**2025**

**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 21/3/25

Access From (repository.uma.ac.id)21/3/25

## HALAMAN PENGESAHAN

JUDUL SKRIPSI : PENGARUH DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP  
*QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA AKHIR  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA

NAMA : AMANDA IRSAL AZZAHRA HUTABARAT


NPM : 208600164

FAKULTAS : PSIKOLOGI


Disetujui Oleh:  
Komisi Pembimbing

  
Dr. Siti Aisvah, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Pembimbing

  
Dr. Siti Aisvah, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan

  
Faadhil, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Ketua Program Studi Psikologi

Tanggal Lulus : 17 Desember 2024

## HALAMAN PERNYATAAN

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

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

Medan, 25 Februari 2025



Amanda Irsal Azzahra Hutabarat

208600164

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

---

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

Nama : Amanda Irsal Azzahra Hutabarat  
NPM : 208600164  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis

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


**“Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara”.**

Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada tanggal : 25 Februari 2025

Yang Menyatakan



(Amanda Irsal Azzahra Hutabarat)



## ABSTRAK

### PENGARUH DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA AKHIR FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA

OLEH:

AMANDA IRSAL AZZAHRA HUTABARAT

208600164

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara dukungan keluarga terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara stambuk 2020 berjumlah 432 mahasiswa dan jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 145 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan model skala *likert* dengan dua skala, yaitu skala dukungan keluarga dan skala *quarter life crisis*. Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana terlihat bahwa ada pengaruh yang negatif dan signifikan antara dukungan keluarga terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Dari hasil tersebut diperoleh Koefisien determinan ( $r^2$ ) dari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah  $r^2 = 0,319$ . Ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga berdistribusi sebesar 31,9% terhadap *quarter life crisis*. Berdasarkan hasil uji mean dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga tergolong rendah dengan nilai mean hipotetik sebesar 47,5 dan mean empiriknya sebesar 41,08. Selanjutnya *quarter life crisis* dapat disimpulkan memperoleh hasil tinggi dengan nilai hipotetik sebesar 60 dan nilai empiriknya sebesar 81,19. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

**Kata Kunci:** Dukungan Keluarga, *Quarter Life Crisis*.

**ABSTRACT**

**THE EFFECT OF FAMILY SUPPORT ON QUARTER-LIFE CRISIS  
AMONG FINAL YEAR STUDENTS AT THE FACULTY OF PUBLIC  
HEALTH, UNIVERSITY OF ISLAMIC STATE OF NORTH SUMATRA**

**BY:**  
**AMANDA IRSAL AZZAHRA HUTABARAT**  
**208600164**

*This research aimed to determine the effect of family support on quarter-life crisis among final year students at the Faculty of Public Health, University of Islamic State of North Sumatra. The population in this research consisted of 432 final-year students, with a sample size of 145 students. The sampling technique used was purposive sampling. Data was collected using a Likert scale model with two scales: family support and quarter-life crisis. Based on the results of simple linear regression analysis, it was found that there was a significant negative effect of family support on quarter-life crisis among final-year students at the Faculty of Public Health, University of Islamic State of North Sumatra. The determination coefficient ( $r^2$ ) from the relationship between the independent and dependent variables was  $r^2 = 0.319$ , indicating that family support accounted for 31.9% of the quarter-life crisis. Based on the mean test, it was concluded that family support was low, with a hypothetical mean of 47.5 and an empirical mean of 41.08. On the other hand, the quarter-life crisis was high, with a hypothetical mean of 60 and an empirical mean of 81.19. These results suggest that family support has an effect on quarter-life crisis among final-year students at the Faculty of Public Health, University of Islamic State of North Sumatra.*

**Keywords:** Family Support, Quarter-Life Crisis



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Amanda Irsal Azzahra Hutabarat lahir di Kota Medan pada tanggal 28 November 2001. Anak pertama dari Bapak Irwansyah Hutabarat dan Ibu Salmah Lubis. Penulis memiliki pendidikan formal di SD Negeri 060864 Medan pada tahun 2007 sampai tahun 2013 kemudian pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan di MTs Negeri 2 Medan dan lulus pada tahun 2016. Selanjutnya pada tahun yang sama pula penulis melanjutkan pendidikan tingkat menengah atas di MAN 2 Model Medan dan lulus pada tahun 2019. Pada tahun 2020 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Sampai dengan penulisan skripsi ini penulis masih terdaftar sebagai salah satu mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas segala hikmah dan karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Adapun judul dari penelitian ini adalah pengaruh dukungan keluarga terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Skripsi ini disusun berdasarkan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area, kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M. Sc selaku Rektor Universitas Medan Area, kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada Ibu Dr. Siti Aisyah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada Ibu Dr. Siti Aisyah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing peneliti, yang dalam beberapa waktu belakangan ini membantu peneliti dalam membagikan waktu dan masukan yang diberikan kepada saya selama penelitian ini berlangsung.

Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada Bapak Andy Chandra, S. Psi, M. Psi, Psikolog selaku Ketua Panitia dan kepada Bapak Azhar Aziz, S.Psi., M.A, Psikolog sebagai Dosen Pembanding dan kepada Ibu Fikriyah Iftinan Fauzi,

S. Psi, M. Psi selaku Sekretaris Panitia yang telah memberikan arahan dalam perbaikan skripsi peneliti.

Teristimewa dan terutama peneliti sampaikan ucapan terimakasih kepada Ayahanda tersayang Irwansyah Hutabarat, terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan peneliti hingga saat ini, terimakasih atas segala pengorbanan dan kerja keras yang telah dilakukan untuk keluarga. Keuletannya dalam bekerja dan perjuangannya untuk memastikan peneliti mendapatkan pendidikan yang terbaik menjadi inspirasi terbesar dalam hidup peneliti. Tanpa dukungan, nasihat bijak, serta usahanya dalam membiayai pendidikan peneliti, peneliti tidak akan mampu mencapai titik ini. Terimakasih telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mengenyam pendidikan tinggi, yang menjadi landasan bagi masa depan peneliti.

Tidak lupa ucapan terimakasih kepada pintu surgaku, Ibunda Salmah Lubis tercinta yang tiada henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta, terimakasih telah mendampingi dan mendukung peneliti dalam setiap langkah perjalanan pendidikan ini. Terimakasih atas doa yang selalu diberikan demi kemudahan dan kelancaran peneliti dalam menjalankan kehidupan perkuliahan dan dalam menyelesaikan skripsi ini untuk mendapat gelar sarjana, dan terimakasih atas cinta bunda serta semangat, motivasi, dan nasihat yang selalu menjadi penyejuk hati disaat-saat sulit. Skripsi ini peneliti persembahkan dengan penuh rasa syukur dan terimakasih sebagai bukti bahwa setiap tetes keringat dan cinta yang ayah dan bunda berikan tidak pernah sia-sia.

Terimakasih juga kepada adik peneliti satu-satunya Dalilah Balqis Hutabarat karena telah menemani, memberi dukungan, dan menjadi pendengar yang baik saat peneliti mengalami masa sulit selama pengerjaan skripsi ini.

Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada sahabat-sahabat peneliti dibangku perkuliahan yang kebersamai dalam empat tahun ini yaitu: Agnes, Ajeng, Sarah, Dorasi, Angel dan Yunasya. Terimakasih telah memberikan dukungan, semangat, motivasi dan doa kepada peneliti. Terimakasih karena sahabat-sahabat tersayang telah banyak membantu peneliti dalam mengerjakan skripsi ini. Menjadi pendengar yang baik dan memberikan berbagai saran saat peneliti mengalami kesulitan. Kemudian terimakasih kepada Sarah Mumtaz, Rayhan Ulya, dan Ema Febrianti yakni sahabat yang sudah menemani peneliti sejak dibangku SMA. Terimakasih telah memberikan dukungan, bantuan, dan motivasi kepada peneliti selama proses pengerjaan skripsi ini.

Terakhir, peneliti mengucapkan terimakasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini, mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini, terimakasih sudah bertahan.

Saya sebagai peneliti memohon maaf atas segala kesalahan yang pernah saya lakukan baik dalam penulisan skripsi ini maupun pada saat perkuliahan berlangsung. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan dapat mendorong para peneliti selanjutnya untuk melaksanakan penelitian-penelitian berikutnya.

Medan, 25 Februari 2025  
Penulis,

Amanda Irsal Azzahra Hutabarat  
NPM. 208600164

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>COVER</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Hipotesis Penelitian.....	10
1.5 Manfaat Penelitian.....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>11</b>
2.1 <i>Quarter Life Crisis</i> .....	11
2.1.1 Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i> .....	11
2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i> .....	12
2.1.3 Aspek-aspek <i>Quarter Life Crisis</i> .....	18
2.1.4 Ciri-ciri <i>Quarter Life Crisis</i> .....	24
2.2 Dukungan Keluarga.....	27
2.2.1 Pengertian Dukungan Keluarga .....	27
2.2.2 Aspek-aspek Dukungan Keluarga .....	28
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Keluarga .....	30



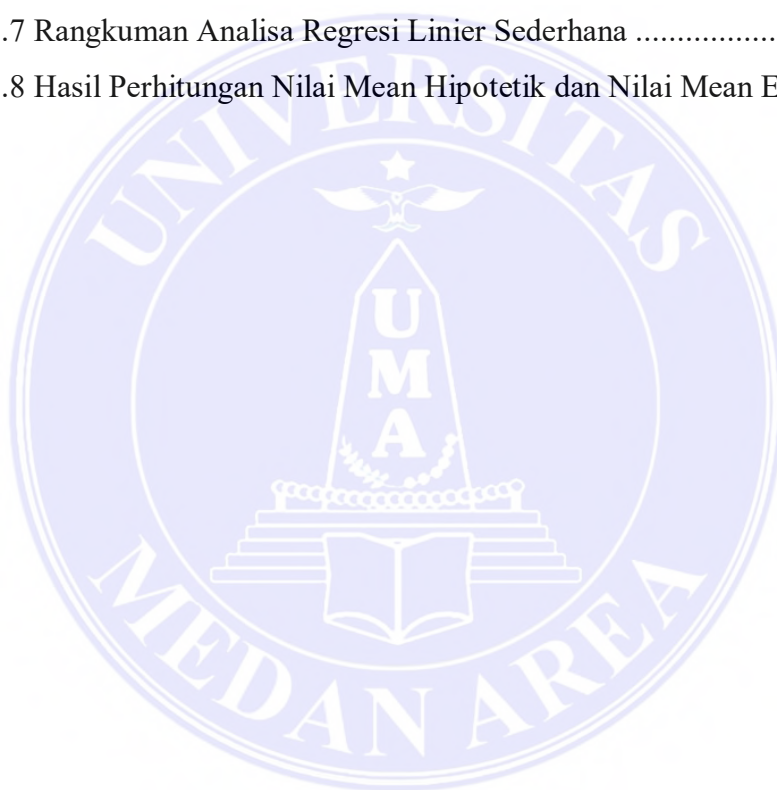
2.3 Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap <i>Quarter Life Crisis</i> .....	35
2.4 Kerangka Konseptual .....	37
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian .....	38
3.2 Bahan dan Alat .....	38
3.3 Metodologi Penelitian.....	38
3.4 Populasi dan Sampel.....	38
3.4.1 Populasi .....	38
3.4.2 Sampel.....	39
3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	39
3.5 Prosedur Kerja.....	39
3.5.1 Teknik Pengumpulan Data .....	39
3.5.2 Prosedur Pengumpulan Data .....	41
3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	41
3.6.1 Uji Validitas .....	41
3.6.2 Uji Reliabilitas .....	41
3.7 Teknik Analisis Data .....	42
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>44</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	44
4.1.1 Persiapan Administrasi .....	44
4.1.2 Persiapan Alat Ukur .....	44
4.1.3 Uji Coba Alat Ukur Penelitian .....	45
4.1.4 Validitas .....	45
4.1.5 Pelaksanaan Penelitian.....	46
4.2 Hasil Analisi Data dan Hasil Penelitian.....	46
4.2.1 Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	46
4.2.2 Uji Asumsi.....	48
4.2.3 Hasil Perhitungan Regresi Linier Sederhana .....	49
4.2.4 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	50
4.3 Pembahasan.....	52
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>59</b>
5.1 Simpulan .....	59

5.2 Saran .....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>66</b>



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Kerangka Konseptual .....	37
Tabel 1.2 Uji Validitas Dukungan Keluarga .....	45
Tabel 1.3 Uji Validitas <i>Quarter Life Crisis</i> .....	46
Tabel 1.4 Hasil Perhitungan Uji Normalitas .....	48
Tabel 1.5 Hasil Perhitungan Uji Reliabilitas.....	49
Tabel 1.6 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas Hubungan .....	49
Tabel 1.7 Rangkuman Analisa Regresi Linier Sederhana .....	50
Tabel 1.8 Hasil Perhitungan Nilai Mean Hipotetik dan Nilai Mean Empirik.....	51



## DAFTAR GAMBAR

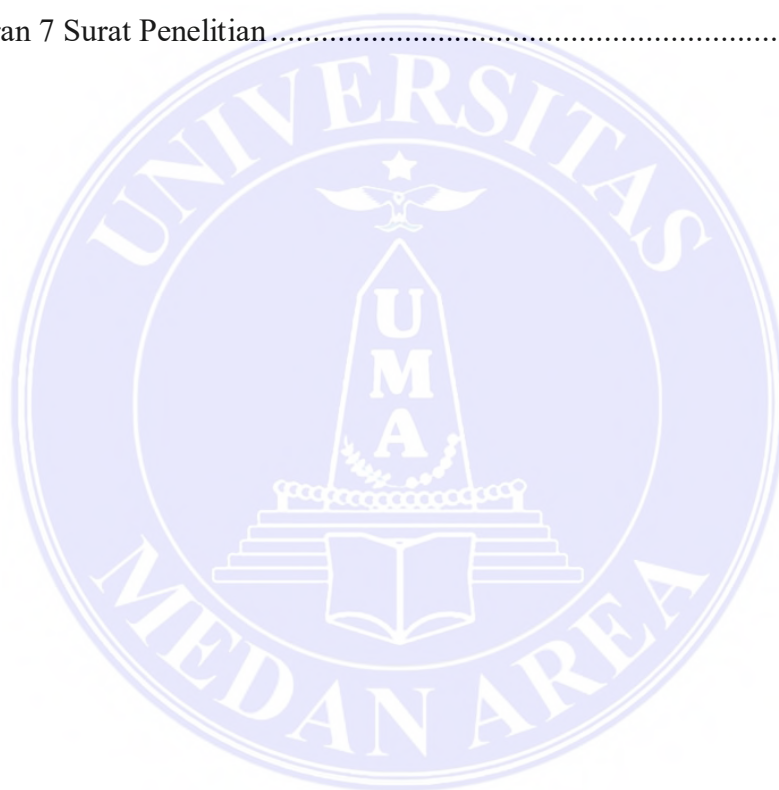
	Halaman
Gambar 2.1 Diagram Persentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	47
Gambar 2.2 Kurva Normal Variabel Dukungan Keluarga.....	52
Gambar 2.3 Kurva Normal Variabel <i>Quarter life Crisis</i> .....	52





## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Informasi.....	66
Lampiran 2 Skala Dukungan Keluarga dan Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	69
Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	73
Lampiran 4 Uji Normalitas dan Uji Linearitas.....	79
Lampiran 5 Uji Analisis .....	83
Lampiran 6 Data Penelitian Dukungan Keluarga dan <i>Quarter Life Crisis</i> .....	85
Lampiran 7 Surat Penelitian .....	105



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk yang terus tumbuh dan berkembang sepanjang masa hidupnya baik secara fisik, kognitif, emosional, maupun secara psikis atau mental (Habibie *et al.*, 2019). Secara fisik manusia terus tumbuh, secara mental manusia terus berkembang, mengalami kematangan dan perubahan. Setiap manusia mengalami beberapa fase perkembangan dalam hidup dimulai dari masa prenatal, bayi, anak-anak, remaja, dewasa awal, dewasa menengah, hingga dewasa akhir. Setiap individu memiliki tugas-tugas perkembangan pada setiap fase kehidupannya, dan setiap tugas perkembangan tersebut akan semakin sulit sesuai tahap perkembangan individu tersebut (Putri, 2019).

Setiap tahap perkembangan harus dikerjakan dan diselesaikan sesuai dengan usianya. Pada setiap tahap perkembangan mempunyai karakteristik dan tugas perkembangan tersendiri. Tugas perkembangan pada setiap tahap harus dijalankan dengan semestinya agar tidak menghambat tugas perkembangan yang selanjutnya. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk menjalani tugas perkembangan yang sesuai dengan tahapan perkembangan yang dilalui (Febriani & Fikry, 2023).

Salah satu fase perkembangan yang dianggap penting dan harus diperhatikan adalah fase peralihan dari masa remaja ke masa dewasa atau biasa juga dikenal dengan sebutan *emerging adulthood* (Habibie *et al.*, 2019). Menurut Habibie *et al.*, (2019) menyatakan bahwa *emerging adulthood* terjadi pada rentang usia 18-29 tahun. Dimana pada fase ini individu mulai mengeksplorasi diri, mulai

hidup mandiri terpisah dari orangtua , dan mulai mengembangkan sistem atau nilai-nilai yang sudah terinternalisasi sebelumnya (Arini, 2021).

Individu pada masa ini siap mengambil peran, memikul tanggung jawab dan menerima statusnya dalam masyarakat, bekerja, menyesuaikan diri dalam hubungan sosial serta membangun hubungan dengan lawan jenis (Siregar *et al.*, 2022). Faturachmi & Urbayatun (2022) menyatakan bahwa pada fase *emerging adulthood*, individu mendapat berbagai macam tuntutan serta tekanan dari lingkungan sekitarnya, baik itu dalam hal eksplorasi keterampilan, pengetahuan, pekerjaan, maupun identitas diri (Angelica, 2023).

Angelica (2023) berpendapat bahwa, setiap individu mendapatkan berbagai tekanan yang menimbulkan respon individu terhadap masa transisi ini. Respon setiap individu terhadap masa transisi ini berbeda-beda. beberapa individu merasa senang dan antusias serta tertantang untuk menjelajahi kehidupan baru yang belum pernah dirasakan sebelumnya, akan tetapi ada juga individu yang merasakan kecemasan, tertekan dan hampa dalam menghadapi masa peralihan dari remaja menuju dewasa (Habibie, 2019).

Jika individu merespon atau mampu mengatasi berbagai tantangan yang dialami dengan positif mereka akan dapat menyesuaikan diri dengan mudah dan menjadikan ini bekalnya di masa dewasa. Sementara itu, jika individu tidak dapat merespon dengan baik dan tidak dapat menyesuaikan diri dengan transisi yang terjadi, maka mereka akan mengalami krisis emosional seperti adanya perasaan cemas, takut, ketidaktahuan, kebingungan, dan adanya perasaan ketidakberdayaan (Febriani & Fikry, 2023).

Individu rentan terkena krisis jika kurang menyiapkan diri menuju dunia sosial. Individu yang di dalam melewati tahapan perkembangannya tidak mampu merespons dengan baik berbagai persoalan yang dihadapi, diprediksi akan mengalami berbagai masalah psikologis, merasa terombang-ambing dalam ketidakpastian dan mengalami krisis emosional atau yang biasa dikenal dengan istilah *quarter life crisis* (Habibie *et al.*, 2019).

Febriani & Fikry (2023) berpendapat bahwa *quarter life crisis* merupakan perasaan yang timbul saat individu mencapai usia mulai dari 18-29 tahun, dimana muncul perasaan takut dan cemas akan kehidupan yang terjadi dimasa depan yang berkaitan dengan pekerjaan, pendidikan, finansial, hubungan dengan lawan jenis dan relasi sosial. *Quarter life crisis* merupakan masa sulit yang dialami individu usia 20-an, dimana pada masa ini banyak orang membagikan pencapaian dan juga menerapkan standar pencapaiannya (Sallata & Huwae, 2023).

*Quarter life crisis* seringkali dialami oleh mahasiswa yang sedang menyelesaikan masa pendidikan tinggi atau seorang lulusan sarjana (Afnan, 2020). Berawal dari saat individu tengah menyelesaikan masa pendidikan tinggi, munculnya berbagai perasaan seperti panik, khawatir, dan tidak tau arah. Hal ini dapat memicu timbulnya depresi dan masalah psikologis lainnya pada individu yang mengalami krisis ini (Febriani & Fikry, 2023).

Menurut Marliani (2013) salah satu masa yang paling berdampak mengalami *quarter life crisis* yaitu masa ketika individu berada pada tingkat akhir di perguruan tinggi atau biasa disebut dengan mahasiswa akhir. Mahasiswa akhir merupakan mahasiswa yang sudah menyelesaikan sebagian besar matakuliah dan saat ini sedang masa penyelesaian tugas akhir atau skripsi. Rata-rata usia



mahasiswa akhir berkisar antara 22 hingga 24 tahun sehingga dalam hal ini mahasiswa akhir telah memasuki fase perkembangan dewasa awal (Sallata & Huwae, 2023).

Menurut Sinaga (2023) *Quarter life crisis* yang terjadi pada mahasiswa akhir sering ditandai dengan *stress* karena mengerjakan skripsi, cemas menghadapi pembimbing, revisi yang tiada habisnya, mulai membandingkan pencapaian dirinya dengan pencapaian teman-temannya, takut akan kegagalan, bingung akan tujuan dan arah hidupnya, merasa cemas apakah setelah lulus perkuliahan mendapat pekerjaan, bahkan depresi dan hampa karena di masa-masa ini adalah masa yang dipenuhi oleh ketidakstabilan.

Arnett (2004) menyatakan bahwa umumnya krisis yang dialami mahasiswa akhir disebabkan oleh banyaknya tuntutan kehidupan yang dihadapi. Terutama karena adanya tuntutan dari orang tua terhadap langkah apa yang akan diambilnya di masa depan (Habibie *et al.*, 2019). Menurut Robbins (2015) hal ini muncul saat mahasiswa harus belajar mandiri secara finansial dan kognitif serta belajar memisahkan diri dari ketergantungan dengan pada orangtua. Karena banyaknya tuntutan dan tekanan yang terjadi pada masa akhir perkuliahan, mahasiswa seringkali merasakan berbagai perasaan negatif seperti merasa bingung, cemas, merasa bersalah, bahkan sering marah pada diri sendiri maupun situasi yang sedang dialaminya, merasa tertekan serta kehilangan harapan akan masa depannya (Febriyani & Fikry, 2023).

Selain itu, mahasiswa tingkat akhir akan menghadapi berbagai macam pilihan seperti meneruskan pendidikan ke tahapan selanjutnya yang lebih tinggi, hubungan asmara, dan pekerjaan (Fauziah *et al.*, 2024). Apabila *quarter life crisis*

berlangsung dalam rentang waktu yang lama dengan intensitas tinggi maka dapat berdampak buruk terhadap kondisi kesehatan mental individu.

*Quarter life crisis* dengan intensitas tinggi dapat menyebabkan turunnya kepercayaan diri, timbulnya perasaan kesepian, dan demotivasi (Tambunan, 2021). Lebih lanjut dijelaskan oleh Kusumaningrum (2023) jika *quarter life crisis* tidak segera diselesaikan maka dapat mengakibatkan berbagai permasalahan seperti tertekan, cemas berlebih, bimbang, ketidakmampuan membangun relasi interpersonal dan juga dapat menyebabkan masalah kesehatan mental termasuk depresi, cemas, dan sebagainya.

Menurut Robinson (dalam Herawati & Hidayat, 2020) ada beberapa ciri-ciri individu mengalami *quarter life crisis*, yakni sebagai berikut: a) individu merasa tidak tahu keinginan dan tujuan hidupnya, b) pencapaian pada usia 20-an yang tidak sesuai dengan harapannya, c) takut akan kegagalan, d) tidak ingin merelakan masa kecil dan masa remaja berakhir, e) takut tidak bisa memilih pilihan yang benar dalam sebuah keputusan, f) cenderung membandingkan pencapaiannya dan dirinya dengan orang lain.

Berdasarkan hasil wawancara yang penulis lakukan pada tanggal 19 Februari 2024 dengan beberapa mahasiswa akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, ditemukan fenomena *quarter life crisis* ini juga terjadi pada mahasiswa, dari wawancara tersebut ditemukan beberapa mahasiswa mengalami stres dan cemas ketika melihat temannya yang sudah menyelesaikan skripsi, merasa khawatir dan cemas akan masa depan seperti setelah lulus nanti akan bekerja dimana, merasa sering gagal, merasa tertekan karena tuntutan dari orang tua seperti harus lulus tepat waktu, mengalami kebingungan

apakah setelah lulus melanjutkan pendidikan atau bekerja atau melanjutkan hubungan asmara dengan lawan jenis seperti menikah, merasa tertinggal dengan temannya, dan ada juga yang tidak mengetahui arah dan tujuannya.

Masalah yang sering dialami oleh mahasiswa yang tengah menyelesaikan pendidikannya atau mahasiswa tingkat akhir mencakup perasaan ragu dalam menghadapi kehidupan nyata, mahasiswa pada fase ini seringkali berfikir secara berlebihan mengenai apa yang akan terjadi di hidupnya atau apa yang akan terjadi di masa depan. Tekanan untuk mencapai kesuksesan, ekspektasi sosial, serta tekanan untuk memilih pekerjaan yang tepat seringkali menjadi beban berat bagi mahasiswa. Terlebih banyaknya pilihan-pilihan yang membuat mahasiswa merasa kebingungan akan pilihan yang diambil dan membuat mahasiswa terus terjebak dalam lingkaran perbandingan (Sallata & Huwae, 2023).

Hal ini dapat menyebabkan perasaan tidak berdaya dan kehilangan identitas yang ujungnya mengarah pada pertanyaan tentang tujuan hidupnya. Kecemasan, kebingungan dan ketakutan akan masa depan sering kali menghantui mahasiswa, terkadang mahasiswa menjadikan pilihan yang diambil menjadi sumber keraguan untuk membuat keputusan yang sesuai sama realita, sehingga membuat mahasiswa terjebak dalam kebingungan menentukan arah masa depan yang tepat (Sallata & Huwae, 2023).

Menurut Robbins ada beberapa faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis*, ada faktor *internal* dan ada faktor *eksternal*. Faktor internalnya yaitu, *hope and dream, religion and spirituality*. Faktor *eksternal* yaitu teman, percintaan, relasi, dan keluarga, pekerjaan dan karir serta tantangan dibidang akademis (Nash & Murray, 2010). Keluarga menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi

*quarter life crisis*. Keluarga adalah lingkungan dimana seseorang mengalami proses sosialisasinya selama pertumbuhan dan perkembangan pribadinya. Keluargalah yang selalu hadir saat mahasiswa membutuhkan dukungan dan keluarga juga yang memberikan perhatian serta dukungan secara materi maupun non materi (Rahakbauw, 2016).

Setiap mahasiswa memerlukan dukungan dari orang sekitarnya terutama keluarga. Keluarga diharapkan menjadi pemberi dukungan kepada mahasiswa yang sedang mengalami *quarter life crisis* sehingga mahasiswa tidak merasa sendirian ataupun tertekan dalam menghadapi *quarter life crisis* (Widiaratri, 2021). Dukungan keluarga merupakan kenyamanan, penerimaan, perhatian, pertolongan atau bantuan yang berasal dari keluarga yang dapat membuat mahasiswa merasa disayangi dan dicintai (Sarafino, 2011).

Menurut Rahmatunnisa (2022) ketika mahasiswa menghadapi suatu masalah termasuk *quarter life crisis* maka dukungan dari keluarga dapat memberikan dorongan secara emosional. Dan apabila mahasiswa tidak bisa menyelesaikan masalahnya sendiri, maka mahasiswa dapat meminta saran, nasihat, maupun bantuan dari orang terdekatnya termasuk keluarga. Kasih sayang dan nasihat yang diperoleh dari keluarga bisa memberikan pandangan yang positif, serta rasa optimisme, dan keyakinan yang berguna untuk meraih impian di masa depan.

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Keluarga siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan oleh anggota keluarganya. Dukungan keluarga merupakan hal penting karena keluarga merupakan tempat pertama individu belajar (Bukhori, 2012). Dukungan keluarga yang dapat diberikan meliputi dukungan emosional, dukungan



instrumental, dukungan penghargaan, dan dukungan informasional (Friedman, 2010). Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor penting dalam upaya meningkatkan motivasi individu yang mengalami *quarter life crisis* sehingga dapat berpengaruh positif terhadap kesehatan psikologisnya. Adanya dukungan keluarga membuat individu akan merasa diperdulikan, diperhatikan, percaya diri, tidak mudah putus asa, tidak minder, merasa dirinya bersemangat, menerima kondisi, sehingga merasa lebih tenang dalam menghadapi suatu masalah (Sefrina, 2016).

Mahasiswa akhir seringkali mengalami tekanan akademik, kekhawatiran akan masa depan, serta kebingungan dalam menentukan pilihan karir yang dapat berdampak pada kondisi psikologis mereka. Ketika mereka tidak mendapatkan dukungan yang memadai dari keluarga, mereka cenderung merasa lebih cemas, tidak berdaya, dan kesulitan dalam menghadapi *quarter life crisis*. Sebaliknya, mahasiswa yang mendapat dukungan keluarga yang cukup akan lebih mampu mengelola stres, mengambil keputusan dengan lebih baik, serta memiliki rasa optimisme yang tinggi terhadap masa depan mereka. Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk memberikan dukungan yang konsisten, baik dalam bentuk dukungan emosional, instrumental, penghargaan, maupun dukungan informasi, sehingga mahasiswa dapat menjalani masa *quarter life crisis* dengan lebih tenang dan terarah (Sarafino, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Korah (2022) yang membuktikan bahwa keluarga memegang peran penting dalam membantu individu dewasa awal menghadapi *quarter life crisis*. Keluarga yang berfungsi dengan baik mampu menjadi sistem pendukung utama yang memberikan rasa aman, kenyamanan, dan stabilitas emosional. Saat menghadapi fase *quarter life crisis*, individu sering



mengalami kebingungan, kecemasan, dan keraguan terhadap masa depan. Dukungan keluarga menjadi penopang yang membantu mereka merasa didengar, dimengerti, dan diterima.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitri & Lukman (2023) pada mahasiswa tingkat akhir menunjukkan bahwa mahasiswa akhir membutuhkan dukungan yang besar dari orangtua. Mahasiswa yang tidak memperoleh dukungan tersebut maka akan memunculkan rasa khawatir akan masa depan. Kekhawatiran dan kebingungan akan masa depan juga muncul akibat kurangnya motivasi dari orangtua.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan penting bagi keluarga untuk memberikan dukungan kepada individu yang sedang mengalami *quarter life crisis* khususnya pada mahasiswa akhir. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara”**.

## 1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang penelitian yang telah dijelaskan, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah “apakah terdapat pengaruh dukungan keluarga terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh dukungan keluarga terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

#### 1.4 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, hipotesis dalam penelitian ini adalah “terdapat pengaruh signifikan antara dukungan keluarga terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa akhir”. Dengan asumsi semakin tinggi dukungan keluarga yang diberikan maka semakin rendah *quarter life crisis* yang dialami.

#### 1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan diadakannya penelitian yang telah dipaparkan diatas, maka manfaat penelitian ini, yaitu:

##### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam bidang Psikologi, khususnya pada bidang Psikologi Klinis. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan dukungan keluarga dan *quarter life crisis*.

##### 1.5.2 Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai sumbangan sumber informasi bagi masyarakat tentang krisis yang terjadi pada masa dewasa yang dikenal dengan istilah *quarter life crisis*. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran kepada anggota keluarga terkait pentingnya memberi dukungan khususnya bagi mahasiswa akhir yang sedang berada dalam fase *quarter life crisis*. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan motivasi serta dapat memberikan dukungan, semangat, dan perhatian kepada individu yang sedang mengalami *quarter life crisis*.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 *Quarter Life Crisis*

##### 2.1.1 *Pengertian Quarter Life Crisis*

*Quarter life crisis* atau krisis seperempat abad yang dialami oleh individu dewasa awal usia 20-an. *Quarter life crisis* pertama kali dicetuskan oleh Alexandra Robbins & Abby Wilner pada tahun 2001, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh mereka pada kaum muda di Amerika, mereka menyebutnya dengan “*twenty somethings*”, yaitu individu yang baru saja melewati masa kenyamanan hidup sebagai pelajar dan mulai memasuki kehidupan yang nyata dengan tuntutan seperti memulai kehidupan baru untuk bekerja dan menikah. *Quarter life crisis* adalah kondisi yang dialami individu usia 20-an tahun, ditandai dengan perasaan cemas terhadap masa depan, termasuk didalamnya urusan karir, hubungan dan kehidupan sosial. *Quarter life crisis* dapat didefinisikan sebagai respon terhadap ketidakstabilan yang meningkat, banyaknya pilihan yang harus dihadapi, serta perasaan panik dan tak berdaya yang biasa dialami oleh individu rentang usia 18-29 tahun dan seringkali dimulai saat seserang sedang menyelesaikan pendidikan tinggi. karakteristik emosi yang menyertainya meliputi frustrasi, panik, khawatir, dan tidak tahu arah. Jika tidak ditangani krisis ini berpotensi berkembang menjadi depresi atau gangguan psikologis lainnya (Robbins & Wilner, 2001).

Menurut Lestari *et al.*, (2022) *quarter life crisis* merupakan periode transisi dimana individu mengalami krisis emosional ketika mereka mulai menghadapi dunia nyata. Selama periode ini, individu dapat mengalami berbagai gejala mulai

dari kecemasan, kebingungan identitas, ketidakstabilan dan perasaan panik karena kehilangan diri sendiri ketika mencoba membangun diri sendiri.

Atwood & Scholtz (2008) juga mendefinisikan *quarter life crisis* sebagai krisis emosional yang terjadi pada individu diusia 20-an tahun, krisis emosional yang dimaksud meliputi, perasaan tak berdaya, terisolasi, ragu akan kemampuan diri sendiri, khawatir dan ragu akan masa depan dan takut akan kegagalan.

*Quarter life crisis* merupakan fase dimana seseorang dipenuhi oleh rasa kekhawatiran akan ketidakpastian masa depan terutama terkait karir, kehidupan sosial, hubungan interpersonal, dan kebingungan mengenai identitas mereka yang umumnya terjadi di usia awal hingga pertengahan 20-an. Selama periode *quarter life crisis* ini individu sering merasakan berbagai emosi negatif seperti perasaan cemas, takut, putus asa, stress, bahkan depresi (Fischer, 2008).

Berdasarkan definisi para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa *quarter life crisis* adalah fase dimana seseorang dipenuhi oleh rasa kekhawatiran akan ketidakpastian masa depan terutama terkait karir, kehidupan sosial, hubungan interpersonal, dan kebingungan mengenai identitas mereka yang umumnya terjadi di usia awal hingga pertengahan 20-an. Selama periode *quarter life crisis* ini individu sering merasakan berbagai emosi negatif seperti perasaan cemas, takut, putus asa, stress, bahkan depresi.

### 2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi *Quarter Life Crisis*

Robbins (dalam Nash & Muray, 2010) berpendapat bahwa *quarter life crisis* dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor *internal* dan faktor *eksternal*. Berikut ini beberapa faktor *internal* dan faktor *eksternal* yang dapat mempengaruhi *quarter life crisis* :

a) Faktor *Internal*.

1) *Hopes and dream*.

Seringnya muncul pertanyaan dalam diri individu terkait harapan dan mimpi akan masa depan. Pertanyaan mengenai minat, keberhasilan atau kegagalan mencapai keinginan atau konsekuensi apa yang terjadi jika terjadi suatu kegagalan. Sering kali individu memiliki banyak pertimbangan tentang komitmen dalam suatu pekerjaan atau pun suatu hubungan. Individu juga memiliki beberapa keraguan terhadap pilihannya sehingga individu berkeinginan untuk merancang ulang harapan dan mimpinya.

2) *Religion and Spirituality*.

Individu pada rentang usia ini cenderung mempertanyakan agama dan spiritualitas yang mereka anut sejak kecil. Mereka memiliki berbagai pertanyaan tentang kecocokan agama yang mereka anut dengan keyakinan pribadi. Apakah orang tua mereka kecewa jika mereka tidak taat dalam beragama atau bahkan apabila individu pindah keyakinan dari yang dia anut. Selain itu mereka juga merasa kadangkala Tuhan terasa sangat dekat dan kadangkala Tuhan terasa sangat jauh sehingga memunculkan pertanyaan apakah manusia bisa menjadi baik tanpa Tuhan dan kebenaran agama apa yang harus diajarkan kepada anak-anak di masa depan.

b) Faktor *Eksternal*.

1) Hubungan Interpersonal

a. Keluarga.



Pada masa ini orang tua mulai mengharapkan lebih banyak kemandirian dan tanggung jawab dari anak-anak mereka. Harapan ini bisa berupa tekanan untuk mendapatkan pekerjaan yang stabil, tinggal secara mandiri, atau bahkan menikah. Sedangkan, banyak individu dalam periode ini masih dalam tahap mencari arah hidup. Tekanan dari keluarga untuk mengikuti jalur tertentu bisa membuat mereka merasa terjebak atau tertekan. Ditambah ketika ekspektasi keluarga tidak sesuai dengan keinginan pribadi, konflik atau ketegangan bisa muncul, menambah beban emosional saat mereka mencoba membangun kehidupan mereka sendiri.

Oleh karena itu peran serta dukungan keluarga bisa memberikan stabilitas emosional dan membantu individu dalam menghadapi *quarter life crisis*. Ketika keluarga memberikan dukungan, dorongan, dan pemahaman, individu merasa lebih percaya diri dalam mengambil keputusan penting seperti karier, tempat tinggal, atau hubungan. Akan tetapi jika keluarga memberi tekanan berlebihan atau memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, hal ini bisa meningkatkan stres dan kecemasan. Oleh karena itu, keluarga yang mendengarkan, memahami, dan menghargai pilihan individu dapat membantu meringankan beban emosional yang muncul selama *quarter life crisis*, memungkinkan seseorang untuk menghadapi masa transisi ini dengan lebih tenang dan percaya diri.

b. Teman.

Tekanan sosial dalam pertemanan juga dapat memicu kecemasan.

Misalnya, individu mungkin merasa tertekan untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman dalam hal pencapaian, gaya hidup, atau hubungan romantis. Jika teman-teman mencapai tonggak kehidupan tertentu, seperti mendapatkan pekerjaan yang bagus atau menikah, perbandingan sosial ini bisa membuat individu merasa tertinggal. Pada masa ini individu juga sulit untuk menemukan teman dekat yang dapat diandalkan dan benar-benar dipercaya.

c. Pasangan.

Pada masa ini individu biasanya sudah mulai ragu terhadap hubungan percintaannya dengan pasangannya, kadangkala individu terasa sulit untuk mempertahankan hubungannya, namun merasa tidak mampu jika harus sendirian. Konflik dalam hubungan romantis, terutama terkait dengan komitmen, tujuan hidup, atau perbedaan nilai, bisa menambah tekanan emosional. Individu juga mulai mempertanyakan perasaan pribadinya karena takut berada dalam hubungan yang tidak tepat.

2) Tantangan Akademis.

Individu mulai mempertanyakan terkait bidang akademis yang dijalannya, muncul beberapa pertanyaan seperti apakah jurusan yang diambil sudah benar, apakah jurusan yang diambil dapat menunjang karirnya di masa depan, individu juga mempertanyakan tentang keadaan mereka setelah selesai kuliah. Dan berbagi pertanyaan terkait tantangan dan tekanannya terhadap karir di masa depan.

### 3) Kehidupan Pekerjaan.

Individu pada masa ini akan mempertimbangkan antara memilih pekerjaan yang mereka sukai dan sesuai dengan minat individu atau pekerjaan dengan penghasilan yang besar sehingga individu mampu mandiri secara finansial. Individu biasanya memiliki keinginan untuk mendapat pekerjaan yang tidak membuatnya menghadapi tekanan dan stres di tempat kerja, tetapi individu juga merasa khawatir dan takut akan perubahan karir yang akan terjadi di masa depan dan bagaimana menjaga keseimbangan ketika pekerjaan sedang menumpuk.

Menurut Atwood & Ascholtz (dalam Khaazanatuzzahra, 2023) faktor yang memengaruhi *quarter life crisis*, yaitu:

#### a) Lingkungan.

Faktor lingkungan dapat memunculkan pertanyaan terhadap individu mengenai kapan lulus, kapan wisuda, kapan menikah dan sebagainya yang dapat membuat individu merasa tertekan. Selain itu individu akan merasa terbebani ketika individu ingin mewujudkan pertanyaan-pertanyaan tersebut.

#### b) Dalam diri.

Individu akan merasa bahwa pencapaian selama ini tidak sesuai harapan. Pada tahap ini, banyak individu mencari identitas dan tujuan hidup, yang bisa menjadi sumber kebingungan dan kecemasan. Ketidakpastian tentang arah karier, hubungan, atau cita-cita dapat menyebabkan rasa takut akan masa depan. Selain itu, tekanan diri sendiri untuk memenuhi standar tinggi

atau perbandingan dengan orang lain bisa meningkatkan stres.

c) Media sosial.

Media sosial adalah tempat di mana individu dapat memamerkan apa yang mereka miliki, yang pada akhirnya dapat menimbulkan kecemasan dan perbandingan kehidupan dengan orang lain.

d) Perubahan zaman.

Perubahan zaman memiliki pengaruh yang signifikan, di mana setiap individu menginginkan kepuasan instan dalam mencapai apa yang mereka inginkan.

e) Sosial budaya.

Faktornya seperti keluarga dan lingkungan pergaulan dapat berpengaruh besar terhadap individu dalam hal sosial budaya. Tekanan yang terus-menerus dapat menyebabkan persepsi negatif terhadap diri sendiri.

Menurut Murphy (dalam Pratama, 2021) faktor-faktor yang berpengaruh pada masa *quarter life crisis*, antara lain :

a) Hubungan.

Faktor yang diidentifikasi berhubungan erat sebagai sumber stress bagi individu yang berada pada fase ini adalah perubahan hubungan dengan keluarga, pasangan, dan teman.

b) Tempat tinggal.

Permasalahan tempat tinggal bersama orangtua menjadi perhatian penting bagi beberapa individu pada fase *quarter life crisis*, karena individu merasa harus bisa hidup mandiri pada fase ini.

c) Pekerjaan dan keuangan.

Permasalahan pada pekerjaan terletak pada dua bidang, yaitu kesulitan dalam mencari pekerjaan dan pengalaman kerja yang minim.

d) Pengembangan identitas.

Pengembangan identitas merupakan proses di mana seseorang membentuk pemahaman yang lebih jelas tentang siapa dirinya dan apa yang ia inginkan dalam hidup. Individu pada fase ini, mengalami periode transisi di mana mereka harus membuat keputusan penting mengenai karier, hubungan, dan nilai-nilai hidup. Proses ini bisa memicu krisis identitas karena seseorang dihadapkan pada banyak pilihan dan ekspektasi sosial yang berbeda. Oleh karena itu, pengembangan identitas adalah salah satu faktor yang signifikan dalam *quarter life crisis*, di mana individu mencari pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sambil menghadapi berbagai tekanan eksternal.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* terdapat dua macam yaitu faktor *internal* dan faktor *eksternal*. Faktor *internal* terdiri dari *hope and dream* dan *religion and spirituality*. Sedangkan faktor *eksternal* terdiri dari hubungan *interpersonal* yang meliputi hubungan dengan keluarga, teman dan pasangan, tantangan akademis, dan kehidupan pekerjaan.

### 2.1.3 Aspek-aspek *Quarter Life Crisis*

Adapun aspek-aspek dalam *quarter life crisis* menurut Robbins & Wilner (2001) yaitu :

a) Kebimbangan dalam mengambil keputusan.



Individu pada fase *quarter life crisis* mulai belajar hidup mandiri dalam berbagai hal termasuk dalam mengambil keputusan, individu dihadapkan oleh berbagai macam pilihan hidup yang beragam. Pilihan yang beragam ini memunculkan ketakutan, kebingungan, dan kekhawatiran di dalam diri individu untuk mengambil keputusan yang tepat. Individu merasa keputusan yang akan diambil dipercaya dapat mengubah kehidupan individu sehingga saat mengambil keputusan individu memikirkannya secara matang.

b) Cemas.

Pada fase ini individu ingin dirinya terlihat sempurna, individu cenderung menuntut diri untuk melakukan sesuatu dengan sempurna dan berusaha agar dirinya tidak merasakan kegagalan. Hal ini disebabkan karena individu sering terbayang rasa takut, cemas, dan khawatir akan sebuah kegagalan yang bahkan belum tentu terjadi.

c) Tertekan.

Individu pada fase ini akan merasakan perasaan tertekan akan berbagai macam harapan, tuntutan, dan permasalahan yang dihadapi. Individu merasa semakin lama permasalahan yang di alami semakin berat, mengakibatkan aktivitas yang dilakukannya terganggu sehingga tidak bisa melakukan aktivitas secara optimal. Individu merasa meyakini bahwa masalah akan ada kapan pun dan dimana pun individu berada yang membuatnya merasa semakin menderita dan tersiksa.

d) Terjebak didalam situasi sulit.

Lingkungan sekitar juga menjadi salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi tindakan dan pikiran individu. Pengaruh lingkungan

membawa individu pada situasi sulit terutama dalam mengambil keputusan sehingga individu merasa sulit untuk memilih antara keputusan yang satu dengan keputusan yang lain. Hal ini membuat individu semakin merasa larut dalam kebingungan dan merasa terjebak serta sulit untuk keluar dari situasi yang dialami.

e) Putus asa.

Adanya kegagalan yang dialami membuat individu merasa putus asa dan semakin ragu serta tidak percaya terhadap dirinya sehingga membuat individu merasa bahwa apa yang selama ini di lakukannya hanya sia-sia, individu merasa apa yang dilakukannya akan berakhir dengan kegagalan yang membuat individu melakukan penilaian negatif terhadap dirinya.

f) Penilaian diri negatif.

Individu pada fase *quarter life crisis* memiliki berbagai macam perasaan negatif seperti takut gagal, bingung dalam membuat keputusan, khawatir dan cemas dalam menghadapi masa depan, hampa serta frustrasi. Akibatnya individu mejadi ragu dan mempertanyakan kemampuan dirinya dalam melewati permasalahan. Individu merasa hanya dirinya yang mengalami kesulitan, meskipun banyak orang lain mengalami hal yang sama individu menjadi menilai dirinya lebih rendah dari dari orang lain, dan sering kali membandingkan dirinya dengan orang lain.

g) Khawatir dengan hubungan interpersonal.

Hal yang membuat individu merasa khawatir yaitu hubungannya dengan lawan jenis, hal tersebut dikarenakan adanya budaya yang berkembang di Indonesia yang menyatakan bahwa seseorang pada usia dibawah 30-an

sudah siap untuk menikah. Hal ini membuat individu terus bertanya terhadap dirinya seperti sudah siapkah individu menikah, kapan menikah, dengan siapa individu akan menikah, apakah pilihan individu sudah tepat, sehingga pertanyaan tersebut membuat individu merasa khawatir akan keseimbangan hubungan antara keluarga, teman, atau pasangan, hingga karir individu.

Vasquez (dalam Pratama, 2021) menemukan beberapa aspek *quarter life crisis*, antara lain:

a) Perbandingan sosial (*social comparison*).

Kebanyak individu sering membandingkan dirinya dengan orang lain dalam kelompok sebaya. Individu membandingkan dirinya dengan orang lain melalui evaluasi sikap, kemampuan, pencapaian, dan sifat. Ada dua jenis perbandingan sosial yang umum dilakukan, yakni perbandingan sosial ke atas dan perbandingan sosial ke bawah.

b) Kepuasan kerja (*work satisfaction*).

Kepuasan kerja menjadi salah satu ukuran kepuasan individu dalam bidang pekerjaan yang sedang dilakukan. Hal ini berfokus pada tingkat kebahagiaan dan kepuasan individu dengan pekerjaan atau karir mereka. Individu pada usia ini sering mempertanyakan apakah mereka berada di jalur karir yang tepat dan apakah pekerjaan mereka memberikan makna dan tujuan yang mereka cari.

c) Hubungan intim (*intimate relationship*).

*Intimate relationship* menyangkut kehidupan romantis dan hubungan intim individu. Pada tahap ini, individu mungkin mengalami tekanan untuk

menjalin hubungan yang serius, menemukan pasangan hidup, atau merasa cemas tentang kemampuan mereka dalam menjaga hubungan yang sehat.

d) Konsolidasi karir (*career consolidation*).

Konsolidasi karir mencakup upaya individu untuk membangun dan memperkuat karirnya. Hal ini dapat mencakup tantangan dalam membangun reputasi, mendapatkan pengalaman, atau mengejar kemajuan karir. Seringkali tekanan untuk mencapai stabilitas karir dapat menciptakan stres.

e) Keasyikan dan ketakutan (*pre-occupation and fears*).

Hal ini mengacu pada campuran perasaan *antusiasme* dan kecemasan tentang masa depan. Individu yang mengalami *quarter life crisis* sering kali dihadapkan pada berbagai pilihan, tetapi mereka juga takut mengambil keputusan yang salah atau tidak memenuhi ekspektasi.

f) Perjuangan dari transisi (*struggle from transitions*).

Perjuangan dari transisi ini berkaitan dengan kesulitan dalam beralih dari masa remaja ke masa dewasa. Perjuangan transisi ini dapat mencakup perubahan tanggung jawab, ekspektasi, dan peran dalam kehidupan pribadi dan profesional.

g) Isolasi sosial (*social isolation*).

Isolasi sosial mencakup perasaan kesepian atau kurangnya dukungan sosial. Individu mungkin merasa terputus dari teman-teman lama atau kesulitan menemukan komunitas yang mendukung, yang pada akhirnya menyebabkan isolasi sosial.

h) Frustrasi & kekecewaan (*frustrations & disappointments*).

Munculnya perasaan frustrasi dan kekecewaan ketika harapan dan realitas tidak sesuai. Individu merasa kecewa dengan kemajuan mereka, baik dalam hal karir, hubungan, atau aspek kehidupan lainnya, yang dapat menyebabkan tingkat stres yang tinggi.

Sementara itu berdasarkan penelitian yang dilakukan Herawati & Hidayat (2019) terdapat empat aspek dalam *quarter life crisis*, yaitu:

a) *Personal*.

Individu mempertanyakan tentang identitas diri, mimpi, tujuan, serta harapannya dimasa depan. Seringkali individu mengalami kebingungan tentang siapa mereka sebenarnya dan apa yang ingin mereka capai dalam hidup.

b) *Sosial*.

Hal ini berkaitan dengan hubungan dengan seorang teman maupun keluarga. Pada tahap ini, individu merasakan tekanan sosial untuk menyesuaikan diri dengan harapan masyarakat atau keluarga. Individu mungkin merasa kesulitan menemukan tempat dalam tatan sosial yang berubah.

c) *Karir*.

Individu pada tahap ini menghadapi tantangan dalam memilih atau menyesuaikan karir. Seringkali individu mengalami tekanan untuk menemukan pekerjaan yang memenuhi kebutuhan finansial. Ada juga yang merasa kebingungan tentang jalur karir yang tepat, posisi pekerjaan, atau bahkan industri yang sesuai dengan keterampilan dan minat individu tersebut.



d) *Relationship*.

*Relationship* terkait dengan hubungan romantis dan komitmen dalam jangka panjang. Individu seringkali mengalami tekanan untuk menemukan pasangan hidup, memutuskan apakah ingin menikah, atau mempertimbangkan untuk memiliki anak. Individu juga mempertanyakan kualitas hubungan saat ini atau merasa takut terhadap komitmen.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ada tujuh aspek dalam *quarter life crisis* yaitu, kebimbangan dalam pengambilan keputusan, merasa cemas, merasa tertekan, terjebak di dalam situasi sulit, merasa putus asa, penilaian diri negatif, dan khawatir dengan hubungan *interpersonal*.

#### 2.1.4 Ciri-ciri *Quarter Life Crisis*

Adapun ciri-ciri seseorang mengalami *quarter life crisis* berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Karpika & Segel (2021) yaitu sebagai berikut:

- a) Khawatir dengan keadaan di masa depan. Pada usia 20-30 tahun individu mulai melakukan berbagai cara agar masa depan mereka lebih baik.
- b) Sering mempertanyakan tentang hidupnya. Seperti bertanya apakah hidup yang dijalani sudah tepat atau belum yang menyebabkan individu merasa bimbang akan hidupnya.
- c) Berbeda pendapat dengan orang tua. Individu pasti memiliki tujuan tersendiri, hal ini lah yang sering menjadi pemicu perbedaan pendapat antara individu dan orang tua yang akhirnya membuat individu bingung harus menuruti kemauan orang tua atau tujuan individu sendiri.
- d) Sering merasa gagal dan kurang motivasi. Karena kurangnya motivasi yang

kuat dalam diri individu, individu menjadi sering merasa gagal dalam melakukan suatu hal.

- e) Merasa tertinggal dengan teman-temannya. Individu mungkin berpikir mengapa teman-temannya sudah terlihat sukses sedangkan individu masih berkutat dengan kehidupannya yang masih tertinggal jauh.

Sementara menurut Gerhana (2019) ada beberapa ciri-ciri individu yang mengalami *quarter life crisis*, yakni sebagai berikut:

- a) Tidak tahu apa-apa (*Clueless*).

*Clueless* adalah perasaan dimana individu merasa serba “tidak tahu” tentang dirinya. Tentang apa yang diinginkannya dan apa yang harus dilakukan kedepannya. Individu yang mengalami akan mempertanyakan pertanyaan yang tidak ada batasnya. Misalnya, kalau sudah lulus kuliah bagaimana selanjutnya? apakah lanjut pendidikan atau bekerja? jika bekerja nanti bekerja dimana? setelah bekerja nanti bagaimana? Dan berbagai pertanyaan lainnya.

- b) Banyaknya pilihan (*Too many choices*).

Terlalu banyak pilihan untuk masa depan bisa membuat individu semakin bingung. Seringkali perbedaan pendapat orangtua yang menjadi pemicu rasa bingung yang dialami individu. Seperti ayah ingin anaknya memilih A, ibu ingin anaknya memilih B, dan ternyata peluang yang muncul adalah C, sehingga menimbulkan rasa bimbang yang membuat individu akan berpikir berulang kali pilihan yang mana yang akan dipilihnya.

- c) Ragu (*Indecisive*).

Karena banyaknya hal yang ingin dilakukan individu maka dapat memicu

terjadinya keraguan dalam menentukan pilihannya. Karena terjadinya keraguan, pada akhirnya individu tidak jadi memilih satupun pilihan, misalnya seperti ragu dalam memilih melanjutkan pendidikan atau bekerja, ataupun memilih pasangan untuk berkeluarga.

d) Tanpa harapan (*Hopeless*).

*Hopeless* adalah situasi ketika individu merasa tidak berdaya dan pasrah terhadap kenyataan yang dihadapi. Situasi ini membuat individu terjebak, tidak menentukan untuk mencoba suatu pilihan ataupun berusaha melakukan apa yang sudah menjadi pilihan, yang mana pada akhirnya individu menjadi acuh tak acuh akan masa depannya.

e) Cemas (*Worried*).

Karena banyaknya pilihan dan sesuatu yang dipikirkan mengenai masa depan akan menimbulkan rasa cemas yang tinggi. Cemas tidak dapat pekerjaan setelah lulus, serta kecemasan lainnya terhadap suatu hal yang belum terjadi.

Sedangkan menurut Robinson (dalam Herawati & Hidayat, 2020) ada beberapa ciri-ciri *quarter life crisis*, yakni sebagai berikut:

- a) Individu merasa tidak tahu keinginan dan tujuan hidupnya.
- b) Pencapaian pada usia 20-an yang tidak sesuai dengan harapannya.
- c) Takut akan kegagalan.
- d) Tidak ingin merelakan masa kecil dan masa remaja berakhir.
- e) Takut tidak bisa memilih pilihan yang benar dalam sebuah keputusan.
- f) Cenderung membandingkan pencapaiannya dan dirinya dengan orang lain.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ada 5 ciri-ciri seseorang mengalami *quarter life crisis* yaitu, khawatir dengan keadaan di masa depan, sering mempertanyakan tentang hidupnya, berbeda pendapat dengan orangtua, sering merasa gagal dan kurang motivasi, dan merasa tertinggal dengan teman-temannya.

## 2.2 Dukungan Keluarga

### 2.2.1 Pengertian Dukungan Keluarga

Menurut Safitri & Yuniwati (2019) dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan terhadap tiap-tiap anggota keluarga. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika dibutuhkan.

Friedman (dalam Sefrina, 2016) mengemukakan bahwa dukungan keluarga adalah sebuah proses yang terjadi sepanjang masa kehidupan, dukungan yang diberikan pada setiap siklus perkembangan kehidupan juga berbeda. Dengan adanya dukungan yang diberikan oleh keluarga membuat anggota keluarga mampu berfungsi dengan berbagai keterampilan dan kecerdasan yang dimiliki.

Lebih lanjut dijelaskan oleh Sarafino (2011) mengatakan bahwa dukungan keluarga merupakan kenyamanan, penerimaan, perhatian, dan pertolongan atau bantuan yang berasal dari keluarga yang membuat seorang individu merasa dicintai. Dukungan keluarga merupakan hal penting karena keluarga merupakan tempat pertama individu belajar. Bentuk dukungan ini seperti kesempatan bercerita, meminta pendapat, bantuan, dan mengeluh ketika menghadapi suatu permasalahan. Dukungan keluarga dapat membantu individu untuk mengurangi bahkan menghilangkan rasa takut dan cemas ketika individu menghadapi permasalahan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga

melibatkan sikap, tindakan, dan penerimaan terhadap anggota keluarga. Hal ini mencakup memberikan pertolongan dan bantuan jika dibutuhkan, serta menciptakan rasa kenyamanan, penerimaan, perhatian, dan cinta dari anggota keluarga. Selain itu, dukungan keluarga juga melibatkan hubungan yang bersifat tolong-menolong dan mendorong anggota keluarga untuk melakukan hal-hal yang bersifat positif.

### 2.2.2 Aspek-aspek Dukungan Keluarga

Menurut Sarafino & Smith (2011) mengemukakan bahwa ada empat aspek dalam dukungan keluarga yaitu:

a) Dukungan Emosional.

Dukungan emosional adalah dukungan yang meliputi kasih sayang, rasa kepercayaan, kepedulian, perhatian, sikap terbuka, dan rasa empati. Sehingga dapat membuat individu merasa dihargai, disayangi, dicintai, diperhatikan, dan mendapatkan rasa nyaman. Ketika individu mendapatkan dukungan emosional maka individu akan membuka diri dan mengembangkan sikap positif sehingga lebih menghargai dirinya.

b) Dukungan Informasi.

Yang meliputi dukungan informasional merupakan pemberian sebuah penjelasan terhadap suatu situasi maupun kondisi, serta segala hal yang berhubungan dengan permasalahan yang dihadapi individu. Dukungan ini dapat berupa pemberian penjelasan, saran, nasihat, sugesti, maupun petunjuk dan arahan dari keluarga kepada individu yang bertujuan membantu individu dalam mencari solusi dari masalah yang dihadapi.

c) Dukungan Instrumental.



Dukungan instrumental berupa dukungan yang bersifat materiil atau fasilitas seperti menyediakan dana, menyediakan fasilitas yang dibutuhkan individu, menyediakan tenaga untuk membantu,, menyediakan makan dan minum, dan lainnya yang berbentuk bantuan secara nyata. Hal ini dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis individu.

d) Dukungan Penghargaan.

Dukungan penghargaan adalah dukungan yang berbentuk penghargaan, penguatan, penilaian positif, ataupun ungkapan rasa hormat kepada individu. Dukungan penghargaan bisa berupa pemberian pujian atau hadiah terhadap sesuatu hal yang telah dicapai oleh individu, dukungan ini dapat membuka pemikiran individu yang sedang mengalami kondisi tidak stabil. Hal ini dapat meningkatkan penerimaan diri individu.

Menurut Gallo (dalam Rahmatunnisa, 2022) terdapat tiga aspek dalam dukungan keluarga, antara lain:

a) Dukungan fisiologis.

Yakni dukungan yang berupa pertolongan atau bantuan pada aktivitas sehari-hari seperti menyediakan makanan, menyediakan tempat tinggal, merawat individu ketika sakit, dan lainnya.

b) Dukungan psikologis.

Dukungan ini berupa bentuk kasih sayang dan perhatian, berdiskusi dan tukar pikiran, memahami identitas diri, menjaga komunikasi yang baik, dan memberikan rasa aman dan nyaman pada individu.

c) Dukungan sosial.

Dukungan ini berupa pemberian saran kepada individu untuk mengikuti

kegiatan sosial atau spiritual, memperhatikan norma-norma yang berlaku, dan menjaga interaksi sosial dengan lingkungan.

Sementara itu Sarason (dalam Setiani, 2023) berpendapat bahwa ada dua aspek dalam dukungan keluarga, yakni sebagai berikut:

a) *Perceived availability of social support.*

Aspek ini merupakan pendekatan berdasarkan banyaknya dukungan yang tersedia bagi individu. Berdasarkan pada penilaian individu atas ketersediaan sejumlah individu ketika sedang membutuhkan dukungan atau bantuan.

b) *Satisfaction with social support.*

Aspek ini merupakan pendekatan yang berdasarkan oleh persepsi kepuasan individu terhadap dukungan yang telah diterima. Berdasarkan pada tingkat kepuasan atas dukungan yang telah diterima oleh individu.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ada empat aspek dalam dukungan keluarga yaitu, dukungan emosional, dukungan informasional, dukungan instrumental, dan dukungan penghargaan.

### **2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Keluarga**

Menurut Purnawan (2008) ada dua faktor yang dapat mempengaruhi dukungan keluarga, yaitu faktor *internal* dan faktor *eksternal*.

a) Faktor *Internal*.

1) Tahap Perkembangan.

Tahap perkembangan mempunyai pemahaman dan respon yang berbeda sehingga dukungan yang diberikan juga berbeda sesuai dengan

tahap perkembangan individu.

2) Pendidikan atau Tingkat Pengetahuan.

Dukungan keluarga dapat terbentuk oleh berbagai variable intelektual yang terdiri dari pengetahuan, latar belakang pendidikan, dan pengalaman masa lalu. Kemampuan kognitif berpengaruh dalam membentuk cara berpikir untuk memahami permasalahan yang dihadapi individu dalam memberikan dukungan. Pemberian dukungan antara keluarga yang memiliki latar belakang pendidikan tinggi dan latar belakang pendidikan rendah akan berbeda, begitu juga dengan pengetahuan dan pengalaman.

b) Faktor Emosi.

Faktor emosi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi dukungan keluarga. Faktor emosi dapat menggambarkan bagaimana pelaksanaan dukungan yang tepat dapat disalurkan.

c) Faktor Spiritual.

Faktor spiritual dapat dilihat dari keyakinan dan nilai yang dianut oleh seseorang, hubungan dengan keluarga atau teman serta kemampuan individu dalam mencari harapan dalam sebuah kehidupan.

d) Faktor *Eksternal*.

1) Praktik didalam keluarga.

Cara keluarga dalam memberikan dukungan yang tepat kepada individu dapat mempengaruhi pemahaman dan penanganan masalah yang dihadapi. Hal ini berarti praktik pemberian dukungan yang diberikan keluarga bisa menjadi contoh bagi individu untuk memahami dan

menghadapi masalah hidupnya.

e) Faktor Sosioekonomi.

Faktor sosial dan ekonomi berpengaruh dalam dukungan keluarga. Semakin tinggi tingkat ekonomi seseorang maka akan lebih cepat tanggap keluarga dalam menanggapi permasalahan yang dihadapi individu. Sebaliknya apabila keluarga berada di tingkat ekonomi rendah maka kemungkinan akan kurang tanggap dalam menanggapi masalah yang dihadapi akibat kondisi keuangan yang kurang mencukupi atau bahkan tidak stabil.

f) Latar belakang budaya.

Setiap keluarga memiliki budaya dengan norma dan tata cara tersendiri. Latar belakang budaya mempengaruhi nilai, keyakinan dan kebiasaan anggota keluarga dalam memberikan dukungan kepada individu.

Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga menurut Susanti & Sulistyarini (2013) adalah sebagai berikut:

a) Faktor *Internal*.

1) Tahap perkembangan.

Dalam hal ini setiap anggota keluarga berada pada tahap perkembangan yang berbeda, seperti bayi, anak-anak, remaja, dewasa, dan lansia. Dukungan kepada tiap anggota keluarga berbeda-beda sesuai dengan usianya.

2) Pendidikan dan tingkat pengetahuan.

Pendidikan dan tingkat pengetahuan keluarga dapat mempengaruhi sejauh mana mereka memahami kebutuhan anggota keluarga dan

bagaimana cara memberikan dukungan yang tepat. Keluarga yang memiliki pengetahuan yang lebih luas cenderung memiliki pendekatan yang efektif untuk memberikan dukungan.

3) Emosional.

Kemampuan keluarga dalam menjaga keseimbangan emosi dan mengelola stress juga menjadi faktor penting. Keluarga yang mampu mengatasi masalah dan menjaga stabilitas emosi biasanya lebih efektif dalam memberikan dukungan. Faktor ini juga mencakup hubungan antar anggota keluarga dan kemampuan anggota keluarga dalam mengekspresikan empati dan kasih sayang.

4) Spiritual.

Faktor ini mencerminkan sejauh mana keluarga menerapkan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari. Nilai-nilai spiritualitas dan keyakinan agama sering memengaruhi cara keluarga dalam memberikan dukungan.

b) Faktor *Eksternal*.

a) Keluarga.

Keluarga merupakan dukungan sosial utama yang mempunyai ikatan emosi paling dekat. Faktor ini mencakup seberapa erat ikatan antar anggota keluarga dan bagaimana mereka saling mendukung dalam berbagai situasi.

b) Sosial dan psikososial.

Faktor ini melibatkan hubungan keluarga dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Dukungan dari teman, tetangga, ataupun kelompok



masyarakat lainnya. Dukungan ini juga berguna untuk meningkatkan pemahaman individu terhadap pentingnya suatu pendidikan dan mempengaruhi cara seseorang dalam bertindak.

c) Latar belakang budaya.

Faktor ini mencakup hal-hal yang mempengaruhi keyakinan, kebiasaan dan penilaian tentang individu dalam memberikan dukungan, termasuk kebutuhan akan pendidikan.

Menurut Friedman (dalam Sinaga, 2023) faktor yang memengaruhi dukungan keluarga antara lain :

a) Faktor pengetahuan keluarga.

Keluarga dengan pengetahuan yang baik akan kebutuhan anggota keluarga cenderung memberikan dukungan yang lebih efektif. Pengetahuan ini bisa berasal dari pendidikan formal atau pengalaman pribadi

b) Faktor emosional.

Keluarga yang memiliki ikatan emosional yang kuat lebih mampu menunjukkan empati dan perhatian ketika ada anggota keluarga yang membutuhkan dukungan.

c) Faktor spiritual.

Nilai-nilai spiritual dan kepercayaan agama dapat mempengaruhi cara keluarga dalam memberikan dukungan. Keluarga yang memiliki keyakinan spiritual biasanya memberikan dukungan berdasarkan prinsip-prinsip agama.

d) Faktor tingkat ekonomi.

Kesejahteraan ekonomi keluarga berpengaruh pada kemampuan keluarga

dalam memberikan dukungan. Keluarga dengan ekonomi yang lebih baik biasanya memiliki kemudahan untuk memberikan fasilitas yang dapat membantu mendukung anggota keluarganya.

e) Faktor latar belakang budaya.

Faktor ini mencakup aspek-aspek yang mempengaruhi keyakinan, kebiasaan, dan cara anggota keluarga dalam memberikan dukungan, termasuk kebutuhan akan pendidikan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat 2 faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga yaitu faktor *internal* dan faktor *eksternal*. Faktor *internal* dukungan keluarga terdiri dari perkembangan, pendidikan dan tingkat pengetahuan, faktor emosi, dan faktor spiritualitas. Sedangkan faktor *eksternal* dukungan keluarga terdiri dari praktik di dalam keluarga, kondisi sosio-ekonomi, dan latar belakang budaya.

### 2.3 Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap *Quarter Life Crisis*

Robbins & Wilner mengemukakan bahwa *quarter life crisis* adalah krisis emosional yang terjadi pada usia 18-29 tahun, dimana pada fase ini muncul berbagai perasaan seperti cemas, khawatir, takut, kehilangan arah, dan panik akan masa depan yang berkaitan dengan pekerjaan, pendidikan, finansial, relasi sosial, serta hubungan romantis (Febriani & Fikry, 2023). Menurut Robbins & Wilner (2001) salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *quarter life crisis* yaitu faktor keluarga.

Keluarga diharapkan menjadi salah satu pemberi dukungan kepada individu yang sedang mengalami *quarter life crisis* sehingga individu tidak merasa tertekan

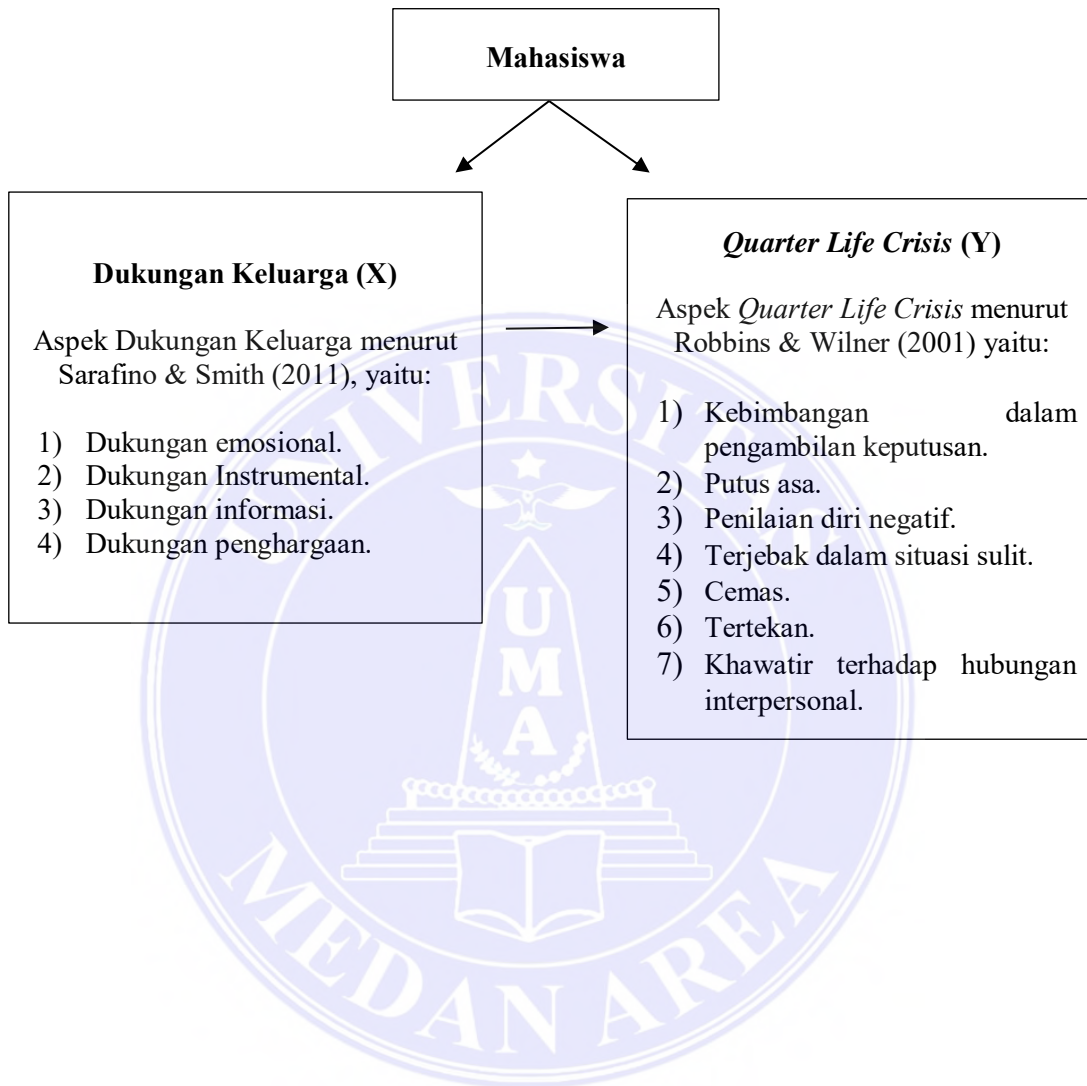
dan sendirian (Widiaratri, 2021). Dukungan keluarga dapat memberikan individu kenyamanan, perhatian, rasa penerimaan, maupun pertolongan. Dengan adanya dukungan keluarga individu akan merasa bahwa dirinya berharga, individu dapat percaya diri, dan diterima atas apa yang dialami (Sarafino, 2011).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Amnah (2023) terdapat pengaruh yang negatif dan signifikan dukungan keluarga terhadap *quarter life crisis*. Hasil penelitian diperoleh nilai p sebesar 0,000. Kesimpulan pada penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang mendapatkan dukungan dari keluarganya menunjukkan *quarter life crisis* yang lebih rendah dibandingkan dengan individu yang dukungan keluarganya rendah. Kemudian, pada penelitian yang dilakukan oleh Rahmatunnisa (2022) dukungan keluarga terbukti berpengaruh signifikan terhadap *quarter life crisis* dan berkorelasi negatif. Artinya semakin tinggi dukungan yang diberikan maka semakin rendah *quarter life crisis* atau dengan kata lain peningkatan dukungan keluarga dapat mempengaruhi penurunan *quarter life crisis*.

Dengan demikian berdasarkan paparan dan hasil penelitian-penelitian diatas jelas bahwa dukungan keluarga berpengaruh terhadap *quarter life crisis*. Dukungan keluarga dapat membantu individu yang mengalami *quarter life crisis* untuk mengurangi bahkan menghilangkan rasa takut dan cemas akibat *quarter life crisis*.

## 2.4 Kerangka Konseptual

Tabel 1.1 Kerangka Konseptual



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan sekitar 1 bulan dan tempat penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, yang beralamat di Jl. Lap. Golf No. 120, Kp. Tengah, Kec Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.

#### 3.2 Bahan dan Alat

Bahan dan Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala psikologi yang berbentuk skala *likert* yang di format menggunakan *google form*. Pada penelitian ini juga menggunakan alat yang berupa program aplikasi *computer* yang bernama *Statistical Program for Social Science* (SPSS) dimana program ini berfungsi untuk menentukan hasil penelitian, dan dua jenis skala penelitian yang berfungsi untuk mendapatkan data dari sampel penelitian.

#### 3.3 Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, metode pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan data konkrit, data penelitian berupa angka-angka yang akan diukur menggunakan statistik sebagai alat uji penghitungan, berkaitan dengan masalah yang diteliti untuk menghasilkan suatu kesimpulan (Sugiyono, 2018).

#### 3.4 Populasi dan Sampel

##### 3.4.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2018) populasi merupakan wilayah generalisasi yang



terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara stambuk 2020 berjumlah 432 mahasiswa.

### 3.4.2 Sampel

Menurut Sugiyono (2018) sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, atau pun bagian terkecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasi. Jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 145 mahasiswa.

### 3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling menurut Sugiyono (2016) adalah teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan yang sesuai ciri-ciri atau karakteristik tertentu yang telah ditetapkan sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun karakteristik subjek pada penelitian ini adalah :

- a) Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara stambuk 2020.
- b) Memiliki ciri-ciri *Quarter Life Crisis*

## 3.5 Prosedur Kerja

### 3.5.1 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah

dengan skala atau kuesioner, dan metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket. Angket adalah “sejumlah pertanyaan/pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui.”Pertanyaan/pernyataan tersebut mengandung informasi mengenai segala hal yang berhubungan dengan subyek penelitian (Sugiyono, 2016).

Kuesioner terdiri dari aitem-aitem pernyataan yang terbagi kedalam dua kelompok yaitu *favorable* dan *unfavorable*, aitem *favorable* adalah aitem yang berbentuk pernyataan yang positif atau mendukung sedangkan *unfavorable* adalah aitem yang berbentuk pernyataan negatif atau tidak mendukung.

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a) Skala Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga adalah bantuan atau dukungan yang diterima anggota keluarga terhadap anggota lain yang membuat individu merasa dicintai, dihargai, dan diperhatikan dalam bentuk materi maupun non- materi. Alat ukur dukungan keluarga menggunakan skala psikologi berdasarkan aspek-aspek dukungan keluarga yang dikemukakan oleh Sarafino & Smith (2011), yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan.

Skala dukungan keluarga menggunakan 4 alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Untuk aitem *favourabel*, skor bergerak dari 4 untuk Sangat Setuju (SS), 3 untuk Setuju (S), 2 untuk Tidak Setuju (TS), dan 1 untuk Sangat Tidak Setuju (STS). Demikian juga untuk item *unfavourabel*, skor 1 untuk Sangat Setuju (SS), 2 untuk Setuju (S),

3 untuk Tidak Setuju (TS), 4 untuk Sangat Tidak Setuju (STS).

b) Skala *Quarter Life Crisis*

*Quarter life crisis* ialah kondisi pergolakan emosional terhadap perubahan yang konstan, ketidakstabilan yang memuncak, dan banyaknya pilihan. Alat ukur *quarter life crisis* menggunakan skala psikologi berdasarkan aspek-aspek *quarter life crisis* yang dikemukakan oleh Robbins & Wilner (2001) yaitu: kebimbangan dalam pengambilan keputusan, putus asa, penilaian diri negatif, terjebak dalam situasi sulit, cemas, tertekan, dan khawatir terhadap hubungan interpersonal.

Skala *quarter life crisis* menggunakan 4 alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Untuk aitem *favourabel*, skor bergerak dari 4 untuk Sangat Setuju (SS), 3 untuk Setuju (S), 2 untuk Tidak Setuju (TS), dan 1 untuk Sangat Tidak Setuju (STS). Demikian juga untuk item *unfavourabel*, skor 1 untuk Sangat Setuju (SS), 2 untuk Setuju (S), 3 untuk Tidak Setuju (TS), 4 untuk Sangat Tidak Setuju (STS).

### 3.5.2 Prosedur Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan skala psikologi yang berbentuk skala *likert*, yaitu sejumlah daftar pernyataan yang harus di jawab oleh subjek. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan skala yang di format menggunakan *google forms* dan disusun sedemikian rupa sehingga subjek penelitian dapat mengisi dengan mudah (Azwar, 2015).

## 3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

### 3.6.1 Uji Validitas

Menguji validitas berarti menguji sejauh mana ketepatan atau kebenaran

suatu instrumen sebagai alat ukur variabel penelitian. Jika instrumen valid atau benar maka hasil pengukuran pun kemungkinan akan benar (Sugiyono, 2018). Uji validitas ini dilakukan dengan menggunakan program *SPSS 25.0 for windows*.

### 3.6.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas artinya dapat diandalkan sehingga skor bisa dipercaya. Reliabilitas dari suatu alat ukur diartikan sebagai keajegan atau kekonstanan dari alat ukur yang pada prinsipnya menunjukkan hasil-hasil yang relatif tidak berbeda bila dilakukan pengukuran kembali terhadap subjek yang sama (Sugiyono, 2018).

Uji reliabilitas dilakukan pada responden dengan menggunakan pertanyaan yang telah dinyatakan valid dalam uji validitas dan akan ditentukan reliabilitasnya, menggunakan program *SPSS 25.0 for windows*.

## 3.7 Teknik Analisis Data

Penelitian ini diuji secara *statistic* dengan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Alasan penulis menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana yaitu untuk melihat pengaruh antara variabel bebas yaitu dukungan keluarga (X) terhadap variabel terikat (Y) yaitu *quarter life crisis* pada Mahasiswa.

Sebelum data analisis dengan teknik analisis regresi linear sederhana maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi :

### 3.7.1 Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu pengujian yang berfungsi untuk menguji apakah data pada variabel bebas dan variabel terikat pada persamaan regresi, menghasilkan data yang berdistribusi normal atau berdistribusi tidak normal (Sugiyono, 2018). Model yang digunakan untuk mendeteksi uji normalitas dalam penelitian ini adalah uji *One Sample Kolmogorov Smirnov* menggunakan program *SPSS 25.0 for*

*windows.*

### 3.7.2 Uji Linieritas

Uji linieritas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linier tidaknya suatu distribusi nilai data hasil yang diperoleh, melalui uji linieritas akan menentukan analisis regresi yang digunakan. Apabila dari suatu hasil dikategorikan linier maka data penelitian diselesaikan dengan analisis regresi linear. Sebaliknya apabila data tidak linear maka diselesaikan dengan analisis regresi non linear (Sugiyono, 2018).





## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Sesuai temuan penelitian yang diperoleh, bisa ditarik kesimpulan diantaranya:

1. Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana terlihat bahwa ada pengaruh yang negatif dan signifikan antara dukungan keluarga terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa akhir di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, dimana  $r_{xy} = -0.565$ , dengan Signifikan  $p = 0,000 < 0,05$ . Dengan demikian maka hipotesis yang telah diajukan pada penelitian ini dapat dinyatakan “diterima”.
2. Koefisien determinan ( $r^2$ ) dari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah  $r^2 = 0,319$ . Ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga berdistribusi sebesar 31,9 % terhadap *quarter life crisis*. Sedangkan sisanya yaitu sebesar 68,1% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diuji dalam penelitian.
3. Berdasarkan hasil uji mean dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga tergolong rendah dengan nilai mean hipotetik sebesar 47,5 dan mean empiriknya sebesar 41,08. Selanjutnya *quarter life crisis* dapat disimpulkan memperoleh hasil tinggi dengan nilai hipotetik sebesar 60 dan nilai empiriknya sebesar 81,19.

## 5.2 Saran

Berdasarkan pada simpulan yang sudah diuraikan, selanjutnya dapat diberikan beberapa saran diantaranya:

### 1. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir

Meningkatkan dukungan dari orang terdekat terutama keluarga dapat menjadi salah satu cara dalam menghadapi *quarter life crisis*. Dengan memiliki motivasi, rencana dan evaluasi untuk masa mendatang, dapat membantu meminimalisir perasaan cemas terkait masa depan. Mahasiswa bisa bercerita mengenai apa yang sedang dirasakan untuk mengurangi beban dalam pikiran atau meminta bantuan orang-orang terdekat seperti keluarga sehingga dapat menemukan solusi dari permasalahan yang sedang dirasakan. Peneliti berharap mahasiswa yang sedang berada dalam fase *quarter life crisis* menyadari bahwa fase tersebut merupakan proses yang wajar dialami oleh individu di usia dewasa awal, sehingga yang perlu dilakukan adalah meminimalisir kecemasan dan optimis akan masa depan yang baik.

### 2. Bagi Orang tua

Keluarga harus lebih terlibat secara emosional dan memberikan perhatian yang mendalam kepada mahasiswa. Keluarga perlu menciptakan ruang komunikasi yang terbuka dimana mereka merasa nyaman berbagi kecemasan, kebingungan, atau tantangan yang sedang mereka hadapi tanpa merasa dihakimi. Dukungan finansial juga sebaiknya diiringi dengan empati dan pemahaman terhadap tekanan yang dirasakan mahasiswa, sehingga mereka merasa lebih dihargai dan didukung.

3. Bagi Pihak Universitas

Bagi pihak universitas diharapkan agar bisa memberikan dukungan yang lebih intensif bagi mahasiswa yang mengalami *quarter life crisis*. Pihak universitas dapat mengadakan seminar terkait manajemen stres, perencanaan karir, dan pengembangan diri untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan transisi menuju dunia kerja.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a) Bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian dengan tema serupa, diharapkan untuk dapat lebih mendalami pembahasan mengenai *quarter life crisis* atau dapat membahas faktor lain yang dapat mempengaruhi *quarter life crisis* selain variabel pada penelitian ini.
- b) Bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian dengan tema serupa, disarankan untuk meneliti *quarter life crisis* pada individu yang sudah lulus sarjana.
- c) Bagi peneliti selanjutnya, disarankan agar melakukan *screening* terlebih dahulu
- d) Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk lebih spesifik dalam mengidentifikasi jenis dukungan keluarga yang akan diteliti. Penelitian dapat membedakan antara dukungan dari orang tua, merantau, tinggal bersama anggota keluarga yang lain, atau dalam kondisi orang tua tunggal. Hal ini penting untuk memahami bagaimana konteks tempat tinggal dan jenis dukungan yang diterima individu selama masa *quarter life crisis*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afnan, R. F. (2020). Hubungan Efikasi Diri dengan Stress Pada Mahasiswa yang Berada dalam Fase Quarter Life Crisis. *Jurnal Kognisia*, 3 (1). 23-29.
- Amnah, J. N. (2023). *Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Quarter Life crisis Pada Emerging Adulthood di JABODETABEK*. Skripsi. Universitas Negeri Jakarta.
- Angelica, C. N. R. (2023). Pengaruh Kelekatan Keluarga Terhadap Krisis Usia Seperempat Abad Individu Yang Berada Pada Fase Peralihan Remaja-Dewasa Awal. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1127-1141.
- Arini, D. P. (2021). Emerging adulthood: Pengembangan teori erikson mengenai teori psikososial pada abad 21. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(01), 11-20.
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). Hubungan loneliness dan quarter life crisis pada dewasa awal. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5).
- Atwood, J. D., & Scholtz, C. (2008). The quarter-life time period: An age of indulgence, crisis or both?. *Contemporary Family Therapy*, 30(4), 233–250.
- Azwar, (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azzyati, A. R. (2020). *Gambaran Faktor Risiko Kejadian Pernikahan Dini Pada Masa Pandemi Di Kecamatan Gunungpati Kota Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Bukhori, B., Ag, S., & Si, M. (2012). Dukungan sosial keluarga dan subjective well being.
- Fauziah, S., Hamidah, E., & Anggraeni, N. (2024). Hubungan Dukungan Sosial dengan Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir di STIKes X Cianjur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(1), 412-419.
- Febriani, G., & Fikry, Z. (2023). Gambaran Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengalami Keterlambatan Penyelesaian Masa Kuliah. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(4), 1472-1487.
- Fischer, K. (2008). *Ramen Noodles, Rent and Resumes: An After-College Guide to Life*. Super College LLC.
- Fitri, M. I. N., & Lukman. (2023). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir. *Pinisi Journal of Art, Humanity and Social Studies*, 3(3), 70-76.
- Friedman, M. M. (2010). *Keperawatan Keluarga: Teori dan Praktik*. EGC.
- Gerhana Nurhayati Putri. (2019). *Quarter Life Crisis-Ketika Hidupmu berada di Persimpangan* (D. Putri (ed.)). PT Elex Media Komputindo.



- 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), 129-138.
- Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife Crisis Pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145–156.
- Juliani, D. (2022). *Pengaruh Orientasi Masa Depan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Kabupaten Purwakarta* (Bachelor's thesis, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Karpika, I. P., & Segel, N. W. W. (2021). Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia. *Widyadari*, 22(2), 513–527.
- Khaazanatuazzahra, P. (2023). *Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Sultan Agung.
- Korah, E. C. T. (2022). The role of family functioning in the quarter-life crisis in early adulthood during the Covid-19 pandemic. *Jurnal Psikologi Talenta*, 7(2), 54–61.
- Kusumaningrum, N. A. D., (2023). Representasi Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal Ditinjau Berdasarkan Demografi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 18-27.
- Lapian, F. M., Naharia, M., & Narosaputra, D. A. (2023). Gambaran Self-Compassion Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Fase Quarter Life Crisis di Kelurahan Uwuran Satu Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal Sains Riset*, 13(2), 699-708.
- Lestari, U., Masluchah, L., & Mufidah, W. (2022). Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(1), 14-28.
- Melati, I. S. (2024). Quarter Life Crisis: Apa penyebab dan solusinya dilihat dari Perspektif Psikologi?. *INNER: Journal of Psychological Research*, 4(1), 52-57.
- Nash, R. J., & Murray, M. C. (2010). *Helping College Students Find Purpose*.
- Permana, M. Z., & Astuti, M. F. (2021). Gambaran Kesepian Pada Emerging Adulthood. *Proyeksi*, 16(2), 133.
- Pratama, V. N. (2021). *Hubungan Antara Kualitas Hidup Dengan Krisis Seperempat Hidup Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Purnawan. (2008). *Dukungan Keluarga*. PT. Remaja Rosdakarya.



- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40.
- Putri, A. M., & Aprianti, M. (2023). Quarter-Life Crisis Mahasiswa Tingkat Akhir Pengguna Instagram: Apakah Berbeda Berdasarkan Gender?. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 3(1), 55-61.
- Rahakbauw, N. (2016). Dukungan keluarga terhadap kelangsungan hidup ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS). *INSANI*, 3(2), 64-82.
- Rahmatunnisa, D. (2022). *Pengaruh family support terhadap quarter life crisis pada sarjana fresh graduate*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Ratri, I. K., Satrio, P., Rachmah, E. N., & Budhi, S. (2023). Gambaran Quarter-Life Crisis Wanita Dewasa Awal di Era Digital Studi Fenomenologi: Wanita di Surabaya. *Humanistik'45*, 11(2), 66-76.
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife Crisis : The Unique Challenges of Life in Your Twenties*. Penguin Putnam Inc.
- Safitri, F., & Yuniwati, C. (2019). Pengaruh Motivasi dan Dukungan Keluarga terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Universitas Ubudiyah Indonesia. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 2(2), 154-161.
- Sallata, J. M. M., & Huwae, A. (2023). Resiliensi Dan Quarter Life-Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(5), 2103-2124.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions, 7th edition*. New York: John Wiley & Sons.
- Sefrina, F. (2016). Hubungan dukungan keluarga dan keberfungsian sosial pada pasien skizofrenia rawat jalan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(2), 140-160.
- Setiani, N. I. R. (2023). *Pengaruh Dukungan Keluarga dan Kemandirian Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Orda Keluarga Mahasiswa Jepara Semarang (KMJS) Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang*. Skripsi. Fakultas Psikologi dan Kesehatan. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
- Sinaga, R. M. (2023). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Medan Area.
- Siregar, E. Y., Nababan, E. M., Ginting, E. R., Nainggolan, B. A., Ritonga, D. L., & Nababan, D. (2022). *Perlunya Pembinaan Terhadap Dewasa Awal Dalam*

Menghadapi Tugas Perkembangannya. *Lumen: Jurnal Pendidikan Agama Katekese dan Pastoral*, 1(2), 16-22.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.

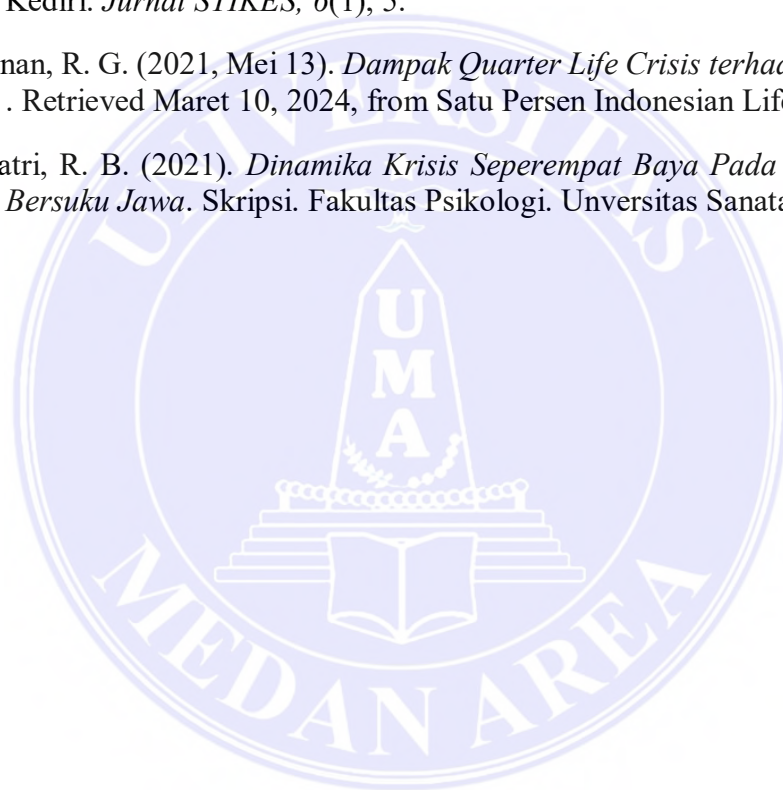
Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: ALFABETA.

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: ALFABETA.

Susanti, M. L., & Sulistyarini, T. (2013). Hubungan Keluarga Meningkatkan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Rawat Inap RS Baptis Kediri. *Jurnal STIKES*, 6(1), 5.

Tambunan, R. G. (2021, Mei 13). *Dampak Quarter Life Crisis terhadap Diri Kamu* . Retrieved Maret 10, 2024, from Satu Persen Indonesian Life School:

Widiaratri, R. B. (2021). *Dinamika Krisis Seperempat Baya Pada Dewasa Awal Bersuku Jawa*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma.



## LAMPIRAN 1

### LEMBAR INFORMASI

#### (*Informed Consent*)

Sebelum menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, penting bagi anda untuk membaca penjelasan berikut.

- 1. Tujuan:** Penelitian ini dilakukan untuk penyusunan skripsi peneliti. Tujuan dilibatkannya responden dalam penelitian ini ialah untuk pengambilan data terkait topik penelitian. Adapun latar belakang penelitian ini ialah untuk mengetahui persepsi Mahasiswa tentang Dukungan Keluarga Terhadap *Quarter Life Crisis* di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- 2. Prosedur Penelitian:** Jangka waktu penelitian yang melibatkan responden ialah sekitar dua minggu. Penelitian dilakukan dengan skala (kuesioner) dan metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket yang di format menggunakan *Google Form*. Informan yang digunakan oleh peneliti adalah Mahasiswa Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- 3. Identitas Peneliti**  
Nama : Amanda Irsal Azzahra Hutabarat  
Asal : Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area  
Kontak : 0813-6747-6490
- 4. Jaminan Sukarela:** Responden secara sukarela tanpa ada paksaan dari pihak manapun, bersedia berperan dalam penelitian ini. Responden berhak untuk menghentikan proses pengambilan data jika tidak ada kesesuaian dan ketidaknyamanan responden, dan peneliti tidak akan menuntut ganti rugi.
- 5. Jaminan Kerahasiaan:** Data yang diperoleh selama proses penelitian akan dirahasiakan. Tidak ada penulisan nama subjek, dan data hanya dapat diakses oleh peneliti. Hasil penelitian akan dipublikasikan dalam bentuk skripsi, dan selanjutnya akan dipresentasikan dalam forum ilmiah.
- 6. Manfaat dan Risiko:** Manfaat keikutsertaan dalam penelitian ini adalah kesempatan responden untuk menyampaikan perasaan serta pemikiran terkait dengan Dukungan Keluarga dengan *Quarter Life Crisis*, serta turut memberi sumbangan data pada penelitian. Selama proses penelitian berlangsung, segala risiko yang timbul sebagai akibat atau dampak dari proses pengambilan data terhadap responden akan menjadi tanggung jawab peneliti.

## LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Saya yang bertanda tangan di atas, sudah mengetahui tujuan dilakukannya penelitian. Sudah mengetahui prosedur pelaksanaan penelitian. Sudah mengetahui identitas peneliti. Sudah mengetahui jaminan sukarela dalam penelitian. Sudah mengetahui jaminan kerahasiaan dalam penelitian. Sudah mengetahui manfaat dan risiko selama proses penelitian.

Saya dalam keadaan SADAR dan TIDAK ADA PAKSAAN dari pihak manapun, menyatakan **SETUJU / TIDAK SETUJU** untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

**\*coret yang tidak perlu**

Medan, Agustus 2024

Responden

( )

## LEMBAR IDENTITAS

Nama :

Jenis kelamin :

Tempat, tanggal lahir :

Alamat :

Nomor Hp :





## LAMPIRAN 2

### SKALA DUKUNGAN KELUARGA

#### Petunjuk pengisian

- Bacalah dengan cermat, kemudian pilih jawaban yang sesuai dengan diri anda dengan memberikan tanda centang (√) pada salah satu kolom yang tersedia.

**SS : Sangat Setuju**

**S : Setuju**

**TS : Tidak Setuju**

**STS : Sangat Tidak Setuju**

- Peneliti mengucapkan terimakasih atas kesediaan anda menjadi responden penelitian.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Ketika saya bingung dengan masa depan, Orang tua tidak mengurangi kasih sayang mereka kepada saya				
2.	Orang tua tetap memantau perkembangan saya				
3.	Ayah dan ibu tidak meninggalkan perannya sebagai orang tua				
4.	Saya merasa kehilangan kasih sayang dari orang tua saya				
5.	Orang tua kurang peduli tentang masa depan saya				
6.	Orang tua saya sibuk dengan urusannya masing-masing				
7.	Saat saya cemas, orang tua hadir membantu menenangkan saya				
8.	Orang tua masih memberikan uang saku untuk memenuhi kebutuhan saya				
9.	Keperluan pendidikan saya selalu dipenuhi oleh orang tua				

10.	Saya kesulitan mendapatkan uang saku dari orang tua				
11.	Saya kehilangan kebersamaan dengan orang tua				
12.	Orang tua keberatan membiayai pendidikan saya				
13.	Orang tua memberikan solusi ketika saya memiliki masalah dengan masa depan saya				
14.	Saya merasa lebih nyaman menceritakan masalah masa depan saya kepada orang tua				
15.	Orang tua mengarahkan masa depan yang akan saya raih				
16.	Masalah yang saya hadapi saya selesaikan sendiri				
17.	Saya lebih sering menceritakan permasalahan yang saya alami kepada teman-teman				
18.	Suasana hati saya menjadi kacau saat orang tua memberikan saran masa depan saya				
19.	Orang tua menguatkan saya agar dapat bangkit untuk masa depan saya				
20.	Orang tua memberikan pujian atas prestasi saya				
21.	Saya tetap merasa percaya diri karena mendapat dukungan penuh dari orang tua				
22.	Saya menguatkan diri sendiri dalam menghadapi masa depan				
23.	Orang tua selalu kecewa dengan prestasi yang saya raih				
24.	Saya kurang percaya diri karena tidak mendapat dukungan orang tua				

## SKALA *QUARTER LIFE CRISIS*

### Petunjuk pengisian

3. Bacalah dengan cermat, kemudian pilih jawaban yang sesuai dengan diri anda dengan memberikan tanda centang (√) pada salah satu kolom yang tersedia.

**SS : Sangat Setuju**

**S : Setuju**

**TS : Tidak Setuju**

**STS : Sangat Tidak Setuju**

4. Peneliti mengucapkan terimakasih atas kesediaan anda menjadi responden penelitian.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya memiliki beberapa impian dan mengetahui cara mewujudkannya				
2	Saya ingin melakukan semua hal sesempurna mungkin dan menghindari kegagalan				
3	Saya yakin semua keputusan yang telah saya ambil adalah keputusan terbaik				
4	Saya merasa bahwa lulusan sarjana harus lebih sukses dalam bidang karir				
5	Saya merasa mampu melewati berbagai tantangan dalam hidup saya				
6	Saya percaya bahwa usaha saya selama ini akan membuahkan hasil				
7	Saya merasa ragu ketika menghadapi pilihan-pilihan di kehidupan masa depan				
8	Saya akhir-akhir ini mengkhawatirkan banyak hal, seperti keputusan karir, melanjutkan studi, dan menikah				
9	Saya mulai membangun relasi sebanyak mungkin semasa kuliah				
10	Saya merasa terbebani ketika di usia ini masih belum memiliki pasangan				
11	Saya tidak mengkhawatirkan masa depan saya				
12	Saya merasa gelisah ketika memikirkan hubungan percintaan saya seperti putus				

	dari kekasih atau ketidakmampuan memperoleh pasangan				
13	Saya memiliki gambaran yang jelas mengenai masa depan saya				
14	Jika terjadi perselisihan dengan orang tua saya, saya mampu menyelesaikan permasalahan				
15	Saya tidak tahu apa yang akan saya lakukan setelah lulus dari perkuliahan				
16	Saya merasa kehidupan saya akan berjalan dengan baik				
17	Saya merasa sudah semakin dewasa, namun belum mampu menghasilkan apa-apa				
18	Saya merasa tidak sehebat teman saya dalam bidang akademis				
19	Saya merasa permasalahan yang saya hadapi semakin menantang				
20	Saya merasa tantangan saya dalam mengerjakan skripsi lebih berat dibanding teman saya				
21	Saya merasa kehidupan saya berjalan sesuai dengan rencana				
22	Saya menemukan banyak kekurangan dalam diri saya dibandingkan kelebihan saya				
23	Saya merasa waktu berjalan begitu cepat, sementara saya belum mampu memutuskan karir yang tepat				
24	Saya khawatir salah dalam memutuskan karir yang tepat				
25	Saya memiliki target dan menghargai setiap proses				
26	Saya merasa bingung antara mengikuti keinginan saya atau orang tua saya				
27	Saya merasa percaya diri dalam mengambil keputusan karena telah mempertimbangkannya dengan baik				
28	Saya merasa puas dengan kehidupan saya saat ini				

### LAMPIRAN 3

### UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

#### Reliability

#### Scale: DUKUNGAN KELUARGA

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	145	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	145	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.801	24



**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
DK1	3.32	.704	145
DK2	3.41	.682	145
DK3	1.93	.751	145
DK4	2.02	.820	145
DK5	2.35	.909	145
DK6	2.74	.624	145
DK7	1.92	.640	145
DK8	2.08	.602	145
DK9	3.26	.537	145
DK10	3.19	.553	145
DK11	2.56	.588	145
DK12	3.19	.782	145
DK13	2.08	.786	145
DK14	3.08	.702	145
DK15	2.08	.672	145
DK16	2.00	.645	145
DK17	3.17	.782	145
DK18	2.79	.999	145
DK19	2.03	.634	145
DK20	3.40	.617	145
DK21	3.41	.619	145
DK22	2.90	.903	145
DK23	2.03	.634	145
DK24	3.19	.782	145

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DK1	60.79	35.461	.395	.897
DK2	60.70	34.477	.331	.886
DK3	62.17	35.713	.346	.801
DK4	62.08	36.257	.067	.810
DK5	61.75	34.993	.365	.802
DK6	61.37	35.970	.365	.899
DK7	62.19	36.458	.094	.804
DK8	62.03	37.971	.320	.816
DK9	60.85	37.699	-.060	.812
DK10	60.92	36.660	.394	.803
DK11	61.54	35.041	.317	.888
DK12	60.92	31.715	.598	.859
DK13	62.02	34.104	.313	.887
DK14	61.02	37.007	.011	.811
DK15	62.02	33.284	.498	.873
DK16	62.10	32.760	.598	.866
DK17	60.94	37.003	-.002	.815
DK18	61.31	34.757	.356	.805
DK19	62.08	33.571	.493	.874
DK20	60.70	36.182	.339	.800
DK21	60.69	33.049	.585	.868
DK22	61.21	33.957	.268	.891
DK23	62.08	33.571	.493	.874
DK24	60.92	31.715	.598	.859

## Reliability

## Reliability

### Scale: QUARTER LIFE CRISIS

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	145	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	145	100.0

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

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.890	28

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
QLC1	4.46	.612	145
QLC2	4.15	.828	145
QLC3	3.98	.954	145
QLC4	4.20	1.045	145
QLC5	3.41	1.194	145
QLC6	4.17	.866	145
QLC7	3.81	1.034	145
QLC8	3.43	1.154	145
QLC9	4.06	.952	145
QLC10	3.74	1.106	145
QLC11	3.90	1.373	145
QLC12	3.66	1.049	145
QLC13	3.58	1.065	145
QLC14	3.68	1.141	145
QLC15	3.41	1.152	145
QLC16	3.96	.964	145
QLC17	3.77	1.135	145
QLC18	3.68	1.141	145
QLC19	3.83	1.198	145
QLC20	3.59	1.133	145
QLC21	3.40	1.030	145
QLC22	3.69	1.010	145
QLC23	4.37	.744	145
QLC24	3.97	1.118	145
QLC25	4.10	1.101	145
QLC26	3.92	.909	145
QLC27	3.99	1.112	145
QLC28	4.06	.835	145

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
QLC1	103.52	211.890	.168	.890
QLC2	103.82	206.829	.325	.888
QLC3	103.99	199.076	.568	.884
QLC4	103.77	202.580	.390	.887
QLC5	104.56	204.373	.377	.890
QLC6	103.81	200.712	.562	.884
QLC7	104.16	199.509	.503	.885
QLC8	104.54	209.320	.138	.893
QLC9	103.91	205.110	.339	.888
QLC10	104.23	206.847	.226	.891
QLC11	104.08	188.334	.665	.880
QLC12	104.31	198.688	.523	.884
QLC13	104.39	195.893	.612	.882
QLC14	104.29	201.985	.369	.888
QLC15	104.56	194.693	.598	.882
QLC16	104.01	197.847	.608	.883
QLC17	104.20	195.314	.588	.883
QLC18	104.29	201.943	.371	.888
QLC19	104.14	193.333	.615	.882
QLC20	104.38	193.195	.660	.881
QLC21	104.57	194.413	.689	.881
QLC22	104.28	196.551	.624	.882
QLC23	103.61	207.824	.321	.888
QLC24	104.00	201.597	.391	.887
QLC25	103.88	204.068	.317	.889
QLC26	104.06	206.691	.396	.889
QLC27	103.99	198.694	.489	.885
QLC28	103.91	210.138	.183	.891



## LAMPIRAN 4

### UJI NORMALITAS DAN UJI LINEARITAS

#### NPar Tests

##### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		dukungan keluarga	quarter life crisis
N		145	145
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	41.08	81.19
	Std. Deviation	5.184	13.298
Most Extreme Differences	Absolute	.120	.103
	Positive	.120	.058
	Negative	-.078	-.103
Kolmogorov-Smirnov Z		1.441	1.245
Asymp. Sig. (2-tailed)		.132	.190
a. Test distribution is Normal.			

#### Means

##### Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
quarter life crisis * dukungan keluarga	145	100.0%	0	.0%	145	100.0%

**Report**

quarter life crisis

dukungan keluarga	Mean	N	Std. Deviation
40	93.33	3	10.970
41	80.00	2	11.314
43	84.20	5	7.259
45	91.00	5	13.565
46	75.80	5	7.328
47	90.45	11	19.796
48	95.14	14	6.175
49	91.47	15	10.480
50	89.36	14	9.435
51	94.73	15	14.974
52	92.11	9	18.045
53	86.50	12	16.329
54	88.00	4	8.679
55	85.40	5	12.341
56	88.00	5	16.793
57	106.60	5	10.431
59	96.50	2	4.950
60	96.60	5	12.442
63	95.67	9	10.320
Total	91.19	145	13.298

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
quarter life crisis * dukungan keluarga	Between Groups	(Combined)	4255.394	18	236.411	1.404	.001
		Linearity	697.461	1	697.461	4.143	.004
		Deviation from Linearity	3557.933	17	209.290	1.243	.241
	Within Groups		21210.578	126	168.338		
Total			25465.972	144			

**Measures of Association**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
quarter life crisis * dukungan keluarga	.565	.319	.409	.167

## LAMPIRAN 5 UJI ANALISIS

### Correlations

		dukungan keluarga	qquarter life crisis
dukungan keluarga	Pearson Correlation	1	_-.565**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	145	145
qquarter life crisis	Pearson Correlation	_-.565**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	145	145

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

### Regression

#### Variables Entered/Removed<sup>b</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	dukungan keluarga <sup>a</sup>		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: qquarter life crisis

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.565 <sup>a</sup>	.319	.021	13.161

a. Predictors: (Constant), dukungan keluarga

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	697.461	1	697.461	41.027	.000 <sup>a</sup>
Residual	24768.511	143	173.206		
Total	25465.972	144			

a. Predictors: (Constant), dukungan keluarga

b. Dependent Variable: qqarter life crisis

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	69.504	10.860		6.400	.000
	dukungan keluarga	-.425	.212	.165	2.007	.047

a. Dependent Variable: qqarter life crisis





**LAMPIRAN 6**

### DATA PENELITIAN DUKUNGAN KELUARGA DAN *QUARTER LIFE CRISIS*

TABULASI VARIABLE Y (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	JUMLAH	
A1	5	5	4	1	1	5	5	2	4	4	5	3	5	5	4	5	5	2	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	87	
A2	4	4	4	4	5	4	2	4	4	5	5	2	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	89	
A3	4	4	4	5	4	4	3	4	5	4	5	5	4	3	3	4	3	4	5	3	3	3	5	4	5	4	5	4	86	
A4	5	5	5	5	5	4	3	4	5	3	5	4	3	5	3	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	3	5	4	94	
A5	5	4	5	5	3	4	4	5	4	3	5	4	3	4	3	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	1	4	5	5	94
A6	5	5	4	5	3	5	4	4	4	2	4	4	2	5	2	4	3	3	4	3	3	4	2	3	2	4	3	2	82	
A7	4	4	2	4	3	2	5	5	5	3	2	4	4	3	1	2	5	5	3	4	3	5	5	1	2	5	3	4	78	
A8	5	4	5	5	3	5	4	2	4	4	5	4	5	1	4	5	5	4	3	5	4	4	4	5	4	3	5	4	90	
A9	4	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	98	
A10	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	106	
A11	5	5	5	5	4	5	5	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	101
A12	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	100	
A13	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	99	

A14	4	5	4	5	1	4	4	2	4	2	5	4	3	5	2	4	5	2	4	2	4	5	5	5	5	5	4	5	3	80
A15	5	4	4	5	4	5	5	2	2	3	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	91
A16	4	4	4	5	4	4	4	2	3	2	5	4	5	4	4	5	5	3	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	89
A17	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84
A18	5	4	4	4	2	4	3	2	5	5	4	4	4	5	4	3	4	5	3	4	4	3	5	2	4	3	4	4	4	85
A19	5	4	4	5	4	5	4	3	2	2	4	2	5	4	4	5	3	4	5	5	2	3	4	4	5	3	5	4	84	
A20	4	4	5	4	2	4	2	2	3	2	4	4	2	4	2	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	5	69
A21	4	3	2	5	3	3	4	4	4	5	1	3	1	5	2	3	3	4	1	2	2	3	5	5	5	3	3	4	67	
A22	4	3	3	5	3	4	4	2	4	3	5	4	3	4	3	5	5	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	80	
A23	4	2	4	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	5	4	2	3	4	3	5	4	3	3	3	76	
A24	5	4	4	4	1	4	4	3	3	3	3	5	3	4	5	4	4	5	5	3	3	3	4	4	4	3	3	4	82	
A25	4	2	4	3	4	4	3	4	4	5	3	3	3	4	4	3	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	2	4	72	
A26	5	4	5	4	4	5	3	2	3	4	5	4	5	4	4	5	3	2	3	4	5	4	4	3	5	3	3	5	87	
A27	5	5	3	4	3	5	5	4	3	4	4	5	3	4	3	5	5	4	3	4	4	5	4	4	5	4	4	5	90	
A28	5	4	3	2	2	1	3	3	4	4	2	2	3	2	2	1	3	3	4	4	2	2	4	3	3	5	3	3	61	
A29	4	5	3	3	4	4	5	4	3	5	5	5	3	3	4	4	5	4	3	5	5	5	5	4	5	5	4	5	91	
A30	5	4	4	3	3	4	4	3	5	5	5	4	4	3	3	4	4	3	5	5	5	4	5	4	5	3	3	4	89	

A31	3	2	3	2	1	2	1	2	3	1	2	2	3	2	1	2	1	2	3	1	2	2	4	4	3	3	4	5	43
A32	5	4	3	4	4	5	5	4	4	5	2	4	3	4	4	5	5	4	4	5	2	4	4	4	4	5	4	4	89
A33	4	4	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	5	3	4	5	5	5	48
A34	5	5	3	3	4	4	5	5	3	2	3	4	3	3	4	4	5	5	3	2	3	4	4	5	5	5	4	4	82
A35	5	5	2	2	1	1	2	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2	2	2	3	1	2	2	5	5	5	4	5	46
A36	5	5	3	2	3	3	2	2	3	3	1	3	3	2	3	3	2	2	3	3	1	3	5	4	5	5	4	5	60
A37	4	5	3	3	2	4	3	3	4	5	5	4	3	3	2	4	3	3	4	5	5	4	5	5	4	3	5	5	81
A38	5	5	4	4	3	4	5	5	4	4	5	5	4	4	3	4	5	5	4	4	5	5	3	5	4	4	5	4	96
A39	4	4	3	4	4	5	5	4	4	3	3	5	3	4	4	5	5	4	4	3	3	5	4	5	4	5	4	5	88
A40	5	4	4	4	5	3	3	4	4	5	5	4	4	4	5	3	3	4	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	91
A41	5	5	5	4	3	3	4	5	5	5	4	4	5	4	3	3	4	5	5	5	4	4	5	5	5	4	5	4	94
A42	4	4	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	4	4	5	4	4	5	46
A43	4	4	1	2	2	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	1	4	5	5	4	5	4	44
A44	4	4	3	3	3	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4	5	5	86
A45	3	3	4	3	4	5	4	4	5	3	5	5	4	3	4	5	4	4	5	3	5	5	5	3	3	3	2	5	90
A46	3	2	3	4	3	3	4	5	4	4	5	5	3	4	3	3	4	5	4	4	5	5	4	3	4	4	4	5	85
A47	5	4	4	3	3	5	5	3	5	5	4	4	4	3	3	5	5	3	5	5	4	4	3	4	4	4	5	5	91

A48	4	4	2	3	1	2	2	1	2	2	3	2	2	3	1	2	2	1	2	2	3	2	4	4	3	4	4	5	48
A49	4	4	3	4	4	5	5	4	4	5	5	4	3	4	4	5	5	4	4	5	5	4	3	4	5	3	1	2	94
A50	3	3	3	4	3	3	4	4	5	4	3	4	3	4	3	3	4	4	5	4	3	4	4	4	5	3	5	5	80
A51	5	4	3	4	4	5	2	3	5	4	2	3	5	3	5	3	1	4	2	2	3	2	4	4	3	4	5	4	74
A52	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	1	4	4	2	4	4	4	5	5	5	4	2	4	4	3	4	4	5	91
A53	5	5	3	3	5	4	5	5	5	4	3	1	3	2	4	4	1	3	2	2	4	3	4	1	4	4	2	2	76
A54	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	1	5	4	1	4	5	5	3	2	3	2	3	4	5	3	5	5	5	85
A55	5	5	5	4	5	4	5	5	5	3	1	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	5	3	5	5	5	4	80
A56	5	4	3	4	5	4	3	4	4	5	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	1	2	2	71
A57	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	1	1	2	2	1	2	1	3	2	1	3	2	5	3	4	5	2	4	64
A58	3	5	3	5	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	4	1	4	3	2	3	1	2	62
A59	5	5	5	5	5	4	4	5	3	4	3	2	4	2	5	4	2	4	4	4	2	3	4	4	3	2	3	4	84
A60	5	5	1	1	5	5	2	5	5	5	2	4	4	2	4	4	4	4	2	2	2	1	5	4	2	3	1	2	74
A61	5	5	5	4	5	5	3	5	5	5	4	2	4	3	5	4	3	4	4	4	3	3	5	5	3	3	1	3	90
A62	4	5	4	5	5	5	3	5	5	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	3	4	3	5	3	4	5	5	4	86
A63	5	4	5	3	5	5	3	5	5	4	1	2	3	1	4	3	1	1	3	3	2	1	5	1	4	4	5	5	69
A64	4	4	5	4	4	4	3	4	5	5	2	2	2	2	4	3	2	5	5	5	2	3	5	4	4	3	3	5	79



A65	5	5	5	5	4	4	5	4	4	5	1	1	2	1	3	2	1	1	1	2	2	2	4	2	4	5	5	4	65
A66	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	1	2	2	1	2	5	2	2	1	2	2	1	3	1	5	5	4	4	71
A67	5	5	4	4	5	4	3	4	4	4	3	2	2	2	4	4	4	2	3	3	4	4	4	2	1	2	1	2	79
A68	2	4	4	5	5	4	2	5	5	4	5	4	5	3	5	5	2	5	5	5	2	3	5	4	2	1	2	1	89
A69	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	2	4	2	2	2	2	5	4	5	4	4	4	84
A70	3	5	5	3	5	4	5	5	4	3	5	5	3	4	5	5	3	5	5	2	4	5	5	5	5	3	5	5	93
A71	5	5	4	1	1	5	5	2	4	4	5	3	5	5	4	5	5	2	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	87
A72	4	4	4	4	5	4	2	4	4	5	5	2	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	89
A73	4	4	4	5	4	4	3	4	5	4	5	5	4	3	3	4	3	4	5	3	3	3	5	4	5	4	5	4	86
A74	5	5	5	5	5	4	3	4	5	3	5	4	3	5	3	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	3	5	4	94
A75	5	4	5	5	3	4	4	5	4	3	5	4	3	4	3	5	4	5	5	5	4	5	5	5	1	4	5	5	94
A76	5	5	4	5	3	5	4	4	4	2	4	4	2	5	2	4	3	3	4	3	3	4	2	3	2	4	3	2	82
A77	4	4	2	4	3	2	5	5	5	3	2	4	4	3	1	2	5	5	3	4	3	5	5	1	2	5	3	4	78
A78	5	4	5	5	3	5	4	2	4	4	5	4	5	1	4	5	5	4	3	5	4	4	4	5	4	3	5	4	90
A79	4	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	98
A80	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	106
A81	5	5	5	5	4	5	5	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	101

A82	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	100
A83	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	99
A84	4	5	4	5	1	4	4	2	4	2	5	4	3	5	2	4	5	2	4	2	4	5	5	5	5	4	5	3	80
A85	5	4	4	5	4	5	5	2	2	3	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4	91
A86	4	4	4	5	4	4	4	2	3	2	5	4	5	4	4	5	5	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	89
A87	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	84
A88	5	4	4	4	2	4	3	2	5	5	4	4	4	5	4	3	4	5	3	4	4	3	5	2	4	3	4	4	85
A89	5	4	4	5	4	5	4	3	2	2	4	2	5	4	4	5	3	4	5	5	2	3	4	4	5	3	5	4	84
A90	4	4	5	4	2	4	2	2	3	2	4	4	2	4	2	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	5	69
A91	4	3	2	5	3	3	4	4	4	5	1	3	1	5	2	3	3	4	1	2	2	3	5	5	5	3	3	4	67
A92	4	3	3	5	3	4	4	2	4	3	5	4	3	4	3	5	5	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	80
A93	4	2	4	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	5	4	2	3	4	3	5	4	3	3	3	76
A94	5	4	4	4	1	4	4	3	3	3	3	5	3	4	5	4	4	5	5	3	3	3	4	4	4	3	3	4	82
A95	4	2	4	3	4	4	3	4	4	5	3	3	3	4	4	3	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	2	4	72
A96	5	5	4	1	1	5	5	2	4	4	5	3	5	5	4	5	5	2	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	87
A97	4	4	4	4	5	4	2	4	4	5	5	2	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	89
A98	4	4	4	5	4	4	3	4	5	4	5	5	4	3	3	4	3	4	5	3	3	3	5	4	5	4	5	4	86

A99	5	5	5	5	5	4	3	4	5	3	5	4	3	5	3	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	3	5	4	94	
A100	5	4	5	5	3	4	4	5	4	3	5	4	3	4	3	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	1	4	5	5	94
A101	5	5	4	5	3	5	4	4	4	2	4	4	2	5	2	4	3	3	4	3	3	4	2	3	2	4	3	2	82	
A102	4	4	2	4	3	2	5	5	5	3	2	4	4	3	1	2	5	5	3	4	3	5	5	1	2	5	3	4	78	
A103	5	4	5	5	3	5	4	2	4	4	5	4	5	1	4	5	5	4	3	5	4	4	4	5	4	3	5	4	90	
A104	4	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	4	98
A105	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	106
A106	5	5	5	5	4	5	5	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	101
A107	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	100	
A108	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	99
A109	4	5	4	5	1	4	4	2	4	2	5	4	3	5	2	4	5	2	4	2	4	5	5	5	5	5	4	5	3	80
A110	5	4	4	5	4	5	5	2	2	3	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4	91	
A111	4	4	4	5	4	4	4	2	3	2	5	4	5	4	4	5	5	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	89
A112	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	84
A113	5	4	4	4	2	4	3	2	5	5	4	4	4	5	4	3	4	5	3	4	4	3	5	2	4	3	4	4	85	
A114	5	4	4	5	4	5	4	3	2	2	4	2	5	4	4	5	3	4	5	5	2	3	4	4	5	3	5	4	84	
A115	4	4	5	4	2	4	2	2	3	2	4	4	2	4	2	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	5	69	

A116	4	3	2	5	3	3	4	4	4	5	1	3	1	5	2	3	3	4	1	2	2	3	5	5	5	3	3	4	67	
A117	4	3	3	5	3	4	4	2	4	3	5	4	3	4	3	5	5	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	80	
A118	4	2	4	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	5	4	2	3	4	3	5	4	3	3	3	76	
A119	5	4	4	4	1	4	4	3	3	3	3	5	3	4	5	4	4	5	5	3	3	3	4	4	4	3	3	4	82	
A120	4	2	4	3	4	4	3	4	4	5	3	3	3	4	4	3	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	2	4	72	
A121	5	5	4	1	1	5	5	2	4	4	5	3	5	5	4	5	5	2	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	87	
A122	4	4	4	4	5	4	2	4	4	5	5	2	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	89	
A123	4	4	4	5	4	4	3	4	5	4	5	5	4	3	3	4	3	4	5	3	3	3	5	4	5	4	5	4	86	
A124	5	5	5	5	5	4	3	4	5	3	5	4	3	5	3	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	3	5	4	94	
A125	5	4	5	5	3	4	4	5	4	3	5	4	3	4	3	5	4	5	5	5	4	5	5	5	1	4	5	5	94	
A126	5	5	4	5	3	5	4	4	4	2	4	4	2	5	2	4	3	3	4	3	3	4	2	3	2	4	3	2	82	
A127	4	4	2	4	3	2	5	5	5	3	2	4	4	3	1	2	5	5	3	4	3	5	5	1	2	5	3	4	78	
A128	5	4	5	5	3	5	4	2	4	4	5	4	5	1	4	5	5	4	3	5	4	4	4	5	4	3	5	4	90	
A129	4	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	98	
A130	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	106
A131	5	5	5	5	4	5	5	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	101
A132	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	100	

A133	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	99
A134	4	5	4	5	1	4	4	2	4	2	5	4	3	5	2	4	5	2	4	2	4	5	5	5	5	4	5	3	80
A135	5	4	4	5	4	5	5	2	2	3	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4	91
A136	4	4	4	5	4	4	4	2	3	2	5	4	5	4	4	5	5	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	89
A137	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	84
A138	5	4	4	4	2	4	3	2	5	5	4	4	4	5	4	3	4	5	3	4	4	3	5	2	4	3	4	4	85
A139	5	4	4	5	4	5	4	3	2	2	4	2	5	4	4	5	3	4	5	5	2	3	4	4	5	3	5	4	84
A140	4	4	5	4	2	4	2	2	3	2	4	4	2	4	2	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	5	69
A141	4	3	2	5	3	3	4	4	4	5	1	3	1	5	2	3	3	4	1	2	2	3	5	5	5	3	3	4	67
A142	4	3	3	5	3	4	4	2	4	3	5	4	3	4	3	5	5	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	80
A143	4	2	4	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	5	4	2	3	4	3	5	4	3	3	3	76
A144	5	4	4	4	1	4	4	3	3	3	3	5	3	4	5	4	4	5	5	3	3	3	4	4	4	3	3	4	82
A145	4	2	4	3	4	4	3	4	4	5	3	3	3	4	4	3	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	2	4	72



TABULASI VARIABLE X (DUKUNGAN KELUARGA)																								
X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	JUMLAH
4	3	1	1	1	3	1	1	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	58
4	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	70
4	3	2	2	2	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	4	3	2	1	3	62
3	4	1	3	3	3	3	1	4	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	62
3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2	4	1	4	1	2	4	2	2	3	4	4	2	4	67
4	4	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	3	1	4	4	4	1	3	60
3	3	2	2	4	4	1	2	3	4	3	2	1	3	1	1	4	1	2	4	2	1	2	2	57
3	4	2	2	2	3	1	3	3	4	3	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	63
3	4	3	4	1	2	2	2	4	3	2	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	66
4	4	2	2	3	3	2	2	4	3	4	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	72
3	3	1	1	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	63
4	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	78
4	2	2	1	4	2	1	2	3	4	2	3	2	4	2	2	3	3	1	4	3	2	1	3	60
3	2	1	1	2	3	2	2	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	59
3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	4	4	3	1	2	4	1	2	3	4	3	2	4	66
4	3	1	1	1	3	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	59

4	4	2	2	2	4	2	2	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	74
4	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	4	3	2	1	3	61
3	4	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	62
3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	1	4	1	2	4	2	2	3	4	4	2	4	64
4	4	1	1	1	3	1	1	3	3	2	3	2	2	2	1	2	3	1	4	4	4	1	3	56
3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	1	1	4	1	2	4	2	1	2	2	52
2	4	2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	61
2	4	1	3	3	3	3	1	4	3	3	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	66
4	4	3	2	3	3	2	2	3	4	2	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	71
3	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	62
4	4	2	2	4	4	1	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	79
4	2	2	2	2	3	1	3	3	4	3	3	2	4	2	2	3	3	1	4	3	2	1	3	62
3	2	3	4	1	2	2	2	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	61
3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	4	4	3	1	2	4	1	2	3	4	3	2	4	68
3	4	1	1	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	59
3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	1	4	1	2	4	2	2	3	4	4	2	4	67
4	4	2	1	4	2	1	2	3	4	2	3	2	2	2	1	2	3	1	4	4	4	1	3	61
3	3	1	1	2	3	2	2	4	3	3	2	1	3	1	1	4	1	2	4	2	1	2	2	53

2	4	3	3	3	2	2	1	3	3	3	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	62
2	4	1	1	1	3	1	2	3	3	2	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	59
4	4	2	2	2	4	2	2	3	4	3	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	71
3	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	63
4	4	1	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	78
4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	4	2	2	3	3	1	4	3	2	1	3	60
2	4	1	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	60
2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	66
4	4	2	1	4	2	1	2	3	4	2	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	68
3	3	1	1	2	3	2	2	4	3	3	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	63
4	4	3	3	3	2	2	1	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	77
4	2	1	1	1	3	1	2	3	3	2	3	2	4	2	2	3	3	1	4	3	2	1	3	56
3	2	2	2	2	4	2	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	62
2	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	4	4	3	1	2	4	1	2	3	4	3	2	4	63
4	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	66
4	4	1	3	3	3	3	1	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	74
4	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	1	4	3	2	1	3	64
3	4	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	58

3	3	2	2	4	4	1	2	3	4	3	4	1	4	1	2	4	2	2	3	4	4	2	4	68
4	4	2	2	2	3	1	3	3	4	3	3	2	2	2	1	2	3	1	4	4	4	1	3	63
3	3	3	4	1	2	2	2	4	3	2	2	1	3	1	1	4	1	2	4	2	1	2	2	55
2	4	2	2	3	3	2	2	4	3	4	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	64
2	4	1	1	3	2	3	3	3	3	2	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	63
4	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	71
3	3	2	1	4	2	1	2	3	4	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	63
4	4	1	1	2	3	2	2	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	75
4	3	1	1	1	3	1	1	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	58
4	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	70
4	3	2	2	2	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	4	3	2	1	3	62
3	4	1	3	3	3	3	1	4	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	62
3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2	4	1	4	1	2	4	2	2	3	4	4	2	4	67
4	4	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	3	1	4	4	4	1	3	60
3	3	2	2	4	4	1	2	3	4	3	2	1	3	1	1	4	1	2	4	2	1	2	2	57
3	4	2	2	2	3	1	3	3	4	3	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	63
3	4	3	4	1	2	2	2	4	3	2	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	66
4	4	2	2	3	3	2	2	4	3	4	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	72

3	3	1	1	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	63
4	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	78
4	2	2	1	4	2	1	2	3	4	2	3	2	4	2	2	3	3	1	4	3	2	1	3	60
3	2	1	1	2	3	2	2	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	59
3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	4	4	3	1	2	4	1	2	3	4	3	2	4	66
4	3	1	1	1	3	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	59
4	4	2	2	2	4	2	2	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	74
4	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	4	3	2	1	3	61
3	4	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	62
3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	1	4	1	2	4	2	2	3	4	4	2	4	64
4	4	1	1	1	3	1	1	3	3	2	3	2	2	2	1	2	3	1	4	4	4	1	3	56
3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	1	1	4	1	2	4	2	1	2	2	52
2	4	2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	61
2	4	1	3	3	3	3	1	4	3	3	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	66
4	4	3	2	3	3	2	2	3	4	2	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	71
3	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	62
4	4	2	2	4	4	1	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	79
4	2	2	2	2	3	1	3	3	4	3	3	2	4	2	2	3	3	1	4	3	2	1	3	62



3	2	3	4	1	2	2	2	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	61
3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	4	4	3	1	2	4	1	2	3	4	3	2	4	68
3	4	1	1	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	59
3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	1	4	1	2	4	2	2	3	4	4	2	4	67
4	4	2	1	4	2	1	2	3	4	2	3	2	2	2	1	2	3	1	4	4	4	1	3	61
3	3	1	1	2	3	2	2	4	3	3	2	1	3	1	1	4	1	2	4	2	1	2	2	53
2	4	3	3	3	2	2	1	3	3	3	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	62
2	4	1	1	1	3	1	2	3	3	2	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	59
4	4	2	2	2	4	2	2	3	4	3	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	71
3	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	63
4	4	1	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	78
4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	4	2	2	3	3	1	4	3	2	1	3	60
2	4	1	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	60
2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	66
4	4	2	1	4	2	1	2	3	4	2	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	68
3	3	1	1	2	3	2	2	4	3	3	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	63
4	4	3	3	3	2	2	1	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	77
4	2	1	1	1	3	1	2	3	3	2	3	2	4	2	2	3	3	1	4	3	2	1	3	56

3	2	2	2	2	4	2	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	62
2	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	4	4	3	1	2	4	1	2	3	4	3	2	4	63
4	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	66
4	4	1	3	3	3	3	1	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	4	4	2	3	74
4	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	1	4	3	2	1	3	64
3	4	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	58
3	3	2	2	4	4	1	2	3	4	3	4	1	4	1	2	4	2	2	3	4	4	2	4	68
4	4	2	2	2	3	1	3	3	4	3	3	2	2	2	1	2	3	1	4	4	4	1	3	63
3	3	3	4	1	2	2	2	4	3	2	2	1	3	1	1	4	1	2	4	2	1	2	2	55
2	4	2	2	3	3	2	2	4	3	4	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	64
2	4	1	1	3	2	3	3	3	3	2	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	63
4	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	71
3	3	2	1	4	2	1	2	3	4	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	63
4	4	1	1	2	3	2	2	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	75
4	3	1	1	1	3	1	1	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	58
4	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	70
4	3	2	2	2	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	4	3	2	1	3	62
3	4	1	3	3	3	3	1	4	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	62

3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2	4	1	4	1	2	4	2	2	3	4	4	2	4	67	
4	4	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	3	1	4	4	4	1	3	60	
3	3	2	2	4	4	1	2	3	4	3	2	1	3	1	1	4	1	2	4	2	1	2	2	57	
3	4	2	2	2	3	1	3	3	4	3	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	63	
3	4	3	4	1	2	2	2	4	3	2	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	4	66
4	4	2	2	3	3	2	2	4	3	4	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	72	
3	3	1	1	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	63	
4	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	78	
4	2	2	1	4	2	1	2	3	4	2	3	2	4	2	2	3	3	1	4	3	2	1	3	60	
3	2	1	1	2	3	2	2	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	59	
3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	4	4	3	1	2	4	1	2	3	4	3	2	4	66	
4	3	1	1	1	3	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	59	
4	4	2	2	2	4	2	2	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	74	
4	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	4	3	2	1	3	61	
3	4	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	62	
3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	1	4	1	2	4	2	2	3	4	4	2	4	64	
4	4	1	1	1	3	1	1	3	3	2	3	2	2	2	1	2	3	1	4	4	4	1	3	56	
3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	1	1	4	1	2	4	2	1	2	2	52	

2	4	2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	61
2	4	1	3	3	3	3	1	4	3	3	4	1	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	66
4	4	3	2	3	3	2	2	3	4	2	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	4	71



LAMPIRAN 7

SURAT PENELITIAN



**UNIVERSITAS MEDAN AREA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 42402994, Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

Nomor : 2632/FPSI/01.10/VIII/2024  
Lampiran : -  
Hal : Penelitian

6 Agustus 2024

Yth. Bapak/Ibu Dekan  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara  
di -

Tempat

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

Nama : Amanda Irsal Azzahra Hutabarat  
NPM : 208600164  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Jl. Lap. Golf, Kp. Tengah, Kec. Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang guna penyusunan skripsi yang berjudul *"Dukungan Keluarga Terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara"*.

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 Fakultas yang Bapak/Ibu pimpin.

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

An. Dekan,  
Ketua Program Studi Psikologi

  
Faadbil, S. Psi, M. Psi, Psikolog

Tembusan  
- Mahasiswa Ybs  
- Arsip







**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

Jln. Lapangan Golf, Desa Durian Jangak, Kec. Pancur Batu, Kab. Deli Serdang, 20353  
Website: [www.fkm.uinsu.ac.id](http://www.fkm.uinsu.ac.id), Email: [fkm@uinsu.ac.id](mailto:fkm@uinsu.ac.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: B.59/KM/KM.V/PP.00.9/08/2024

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan dengan ini menerangkan bahwa nama diawah ini :

Nama : Amanda Irsal Azzahra Hutabarat  
Tempat/Tanggal Lahir : Medan, 28 November 2001  
NIM : 208600164  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Judul Skripsi : Dukungan Keluarga Terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

Bahwa yang bersangkutan telah selesai melakukan penelitian dan memperoleh data-data pendukung untuk penyelesaian skripsi atau tugas akhir pada tanggal 07 Agustus 2024 sampai dengan tanggal 26 Agustus 2024.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Medan, 28 Agustus 2024  
Dekan



Prof. Dr. Mesiono, M.Pd  
NIP.19710727 2007011031



Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.

Token : EJK7rK