

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
*QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA  
TINGKAT AKHIR DI FAKULTAS  
PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh :**

**CUT NAZIRRAH SABILA**

**NIM. 180901133**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
BANDA ACEH  
2022**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *QUARTER***  
***LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**  
**DI FAKULTAS PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi**  
**UIN Ar-Raniry Banda Aceh**  
**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh**  
**Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

**Oleh:**

**Cut Nazirrah Sabila**  
**NIM. 180901133**

**Disetujui Oleh:**

جامعة الرانيري

**Pembimbing I**

**A R - R A N I R Y** Pembimbing II

  
**Jasmadi, S.Psi., M.A., Psikolog**  
**NIP. 197609122006041001**

  
**Siti Hajar Sri Hidayati, M.A**  
**NIP. 199107142022032001**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *QUARTER*  
*LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR  
DI FAKULTAS PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY**

**SKRIPSI**

**Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh  
Dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai  
Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

**Diajukan oleh:  
Cut Nazirrah Sabila  
NIM. 180901133**

**Pada Hari/Tanggal : Sabtu / 16 Juli 2022**

**Panitia Sidang Munaqasyah**

**Ketua**

**Sekretaris**

  
**Jasmadi, S.Psi., M.A., Psikolog  
NIP. 197609122006041001**

  
**Siti Hajar Sri Hidayati, S.Psi., M.A  
NIP. 199107142022032001**

**Penguji I**

**Penguji II**

  
**Julianto, S.Ag., M.Si.  
NIP. 197209021997031002**

  
**Harri Santoso, S.Psi., M.Ed.  
NIDN. 1327058101**

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry**



  
**Dr. Salami., M.A  
NIP. 196512051992032003**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya :

Nama : Cut Nazirrah Sabila  
NIM : 180901133  
Jenjang : Strata Satu (S-1)  
Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry

Menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga pernah terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

AR-RANIRY

Banda Aceh, 2 Juli 2022

Menyatakan,



Cut Nazirrah Sabila

180901133

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji beserta syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya setiap waktu. Shalawat dan salam mari sama-sama kita doakan kepada Allah SWT. untuk dilimpahkan rahmat kepada baginda Nabi Muhammad SAW., yang telah memperjuangkan Islam dan membawa umatnya kepada alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Alhamdulillah berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry”.

Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari dukungan moral dan moril dari berbagai pihak, keluarga dan teman-teman terdekat. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Ibu Dr. Salami MA sebagai Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada semua mahasiswa Psikologi.
2. Bapak Jasmadi, S.Psi., MA., Psikolog sebagai Wakil Dekan I bidang Akademik dan Kelembagaan serta merupakan pembimbing I yang telah membantu dalam

proses penyelesaian skripsi ini, dan yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan meluangkan waktu untuk melakukan bimbingan kepada penulis.

3. Bapak Muhibuddin, S.Ag., M.Ag., sebagai Wakil Dekan II bidang Administrasi dan Keuangan yang telah membantu dalam administrasi mahasiswa.
4. Bapak Dr. Fuad, S.Ag., M.Hum., sebagai Wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
5. Ibu Siti Hajar Sri Hidayati., M.A selaku pembimbing II dalam proses penyelesaian skripsi ini, yang telah banyak membantu dan memberikan masukan serta telah meluangkan waktu untuk melakukan bimbingan kepada penulis.
6. Bapak Julianto Saleh, S.Ag., M.Si., selaku penguji I dalam penyusunan skripsi ini dan yang telah banyak membantu dan memberikan masukan dalam skripsi ini.
7. Bapak Harri Santoso, S.Psi., M.Ed selaku penguji II peneliti dalam sidang munaqasyah skripsi yang telah banyak membantu dan memberikan masukan dalam skripsi ini.
8. Ibu Iyulen Pebry Zuanny, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku penasehat akademik, yang telah membantu banyak hal dan meluangkan waktu sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Terima kasih kepada seluruh dosen beserta staf Program Studi Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah membantu, mendidik, dan memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus.

10. Terima kasih kepada kedua orangtua tercinta Ayah saya Anwar Yusuf, Nyanyak Cut Zuhra dan Nyaksyik saya tersayang Cut Roslaili, yang telah memberikan dukungan moral dan moril beserta doa yang tiada henti sehingga penulis dapat sampai ke tahap akhir penyelesaian program S-1 ini.
11. Terima kasih kepada sahabat-sahabat seperjuangan yaitu Ade Putri Juliati, Nurul Arifin, Rafifah Aisyi Putri, Maulidia Rizqa, yang telah banyak memberikan dukungan serta membantu penulis melewati masa sulit dan senang bersama selama masa kuliah.
12. Terima kasih kepada teman-teman yang telah berjuang bersama dalam menyelesaikan skripsi yaitu seluruh teman leting 2018 lainnya yang tidak mungkin penulis sebut satu persatu karena telah dengan sabar memberi petunjuk dan penjelasan kepada penulis serta telah meluangkan waktu dan tenaga demi membantu penulis menyelesaikan skripsi dengan baik.
13. Terima kasih juga kepada responden yang telah membantu mengisi kuesioner penelitian ini sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.
14. Kepada semua pihak yang telah banyak membantu dalam penelitian ini, semoga Allah SWT memudahkan segala urusan dan membalas jasa-jasanya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena kesempurnaan itu sesungguhnya hanyalah milik Allah SWT. oleh karena itu, saran dan kritikan dari pembaca sangat diharapkan. Harapan penulis, semoga skripsi ini

dapat memberikan manfaat kepada banyak pihak, terutama bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

Banda Aceh, 2 Juli 2022

Yang Menyatakan,

Cut Nazirrah Sabila

NIM. 180901133



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat Teoritis.....	8
2. Manfaat Praktis.....	8
E. Keaslian Penelitian .....	8
BAB II LANDASAN TEORI.....	12
A. <i>Quarter life crisis</i> .....	12
1. Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i> .....	12
2. Fase-fase dalam <i>Quarter life crisis</i> .....	14
3. Bentuk-Bentuk <i>Quarter Life Crisis</i> .....	15
4. Aspek-aspek <i>Quarter Life Crisis</i> .....	17
5. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Quarter life crisis</i> .....	21
B. Dukungan Sosial.....	25
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	25
2. Bentuk-bentuk dukungan sosial.....	27
3. Aspek-aspek dukungan sosial.....	29

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	31
C. Hubungan Dukungan Sosial dengan <i>Quarter life crisis</i> .....	32
D. Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	35
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	35
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
1. Dukungan Sosial.....	36
2. <i>Quarter Life Crisis</i> .....	36
D. Subjek Penelitian.....	37
1. Populasi.....	37
2. Sampel.....	38
E. Teknik Pengumpulan Data.....	39
1. Instrumen Penelitian.....	39
2. Validitas.....	41
3. Uji Daya Beda.....	43
4. Reliabilitas.....	44
F. Teknik Analisis Data.....	44
1. Teknik Analisis Data.....	44
BAB IV PEMBAHASAN.....	47
A. Deskripsi Lokasi dan Subjek Penelitian.....	47
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	48
C. Analisis Data Penelitian.....	55
1. Analisis Deskriptif.....	55
2. Analisis uji prasyarat.....	59
BAB V PENUTUP.....	65
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA.....	68

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual .....	34
Gambar 4. 1 Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Angkatan .....	47
Gambar 4. 2 Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Jenis Kelamin .....	48



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Populasi Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry .....	37
Tabel 3. 2 <i>Blue Print Quarter life crisis</i> .....	40
Tabel 3. 3 <i>Blue Print Dukungan Sosial</i> .....	41
Tabel 3. 4 Koefisien reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i> .....	44
Tabel 4. 1 Koefisien <i>CVR Skala Quarter life crisis</i> .....	49
Tabel 4. 2 Koefisien <i>CVR Skala Dukungan Sosial</i> .....	50
Tabel 4. 3 Koefisien Daya Beda Aitem Skala <i>Quarter life crisis</i> .....	51
Tabel 4. 4 Koefisien Daya Beda Aitem Skala Dukungan Sosial .....	51
Tabel 4. 5 <i>Blueprint Akhir Skala Quarter life crisis</i> .....	53
Tabel 4. 6 <i>Blueprint Akhir Skala Dukungan Sosial</i> .....	54
Tabel 4. 7 Deskripsi Data Penelitian <i>Quarter life crisis</i> .....	56
Tabel 4. 8 Kategorisasi <i>Quarter life crisis</i> .....	57
Tabel 4. 9 Deskripsi Data Penelitian Dukungan Sosial .....	57
Tabel 4. 10 Kategorisasi Dukungan Sosial .....	58
Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas Sebaran .....	59
Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas Hubungan .....	60
Tabel 4. 13 Uji Hipotesis Data Penelitian.....	61



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-raniry tentang Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3 Surat Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 4 Kuesioner Penelitian (*Google Form*)
- Lampiran 5 Tabulasi Penelitian (*Quarter life crisis*)
- Lampiran 6 Tabulasi Penelitian (Dukungan Sosial)



**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *QUARTER*  
*LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR  
DI FAKULTAS PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY**

**ABSTRAK**

*Quarter life crisis* adalah periode kritis pada rentang usia 18 sampai 29 tahun, di mana seseorang mengalami kecemasan dan kegelisahan karena mulai mempertanyakan arah dan tujuan hidup, serta banyaknya pilihan dalam hidup. Kekuatan dukungan sosial dari relasi terdekat seperti teman, keluarga, atau dosen kepada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengalami *quarter life crisis* dapat mengurangi kecemasan dan membantu meringankan apa yang dikhawatirkan, sehingga lebih percaya diri dan kompeten. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry angkatan tahun 2016, 2017 dan 2018 yang sedang dalam proses mengerjakan skripsi dengan berjumlah 155 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan teknik sampling jenuh. Penelitian ini menggunakan metode skala psikologi berupa *Skala Likert* yang terdiri atas dua skala yaitu, skala *quarter life crisis* 41 butir aitem ( $\alpha = 0,953$ ) dan skala dukungan sosial 32 butir aitem ( $\alpha = 0,960$ ). Analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment pearson*. Hasil penelitian ini memperoleh nilai koefisien korelasi ( $r_{xy} = -0,257$  dengan  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ )) yang berarti bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir sehingga hipotesis diterima. Semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki, maka semakin tinggi *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry.

**Kata Kunci:** *Quarter life crisis*, Dukungan Sosial, Mahasiswa Tingkat Akhir

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND *QUARTER LIFE CRISIS* IN FINAL LEVEL STUDENTS AT THE FACULTY OF PSYCHOLOGY UIN AR-RANIRY**

**ABSTRACT**

*Quarter life crisis is a critical period in the age range of 18 to 29 years, where a person experiences anxiety and restlessness because he begins to question the direction and purpose of life, as well as the many choices in life. The strength of social support from closest relations such as friends, family, or lecturers to final year students who are experiencing a quarter life crisis can reduce anxiety and help alleviate what is feared, so that they are more confident and competent. The subjects of this research are final year students at the Faculty of Psychology UIN Ar-Raniry class of 2016, 2017 and 2018 who are in the process of working on a thesis with a total of 155 students. Sampling using nonprobability sampling with saturated sampling technique. This study uses a psychological scale method in the form of a Likert Scale which consists of two scales, namely, the 41-Aitem quarter-life crisis scale ( $\alpha = 0.953$ ) and the 32-Aitem social support scale ( $\alpha = 0.960$ ). Analysis of the data used is the product moment person. The results of this study obtained a correlation coefficient value ( $r_{xy}$ ) = -0.257 with  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) which means that there is a significant negative relationship between social support and the quarter life crisis in final year students so that the hypothesis is accepted. The lower the social support, the higher the quarter life crisis for final year students.*

**Keywords:** *Quarter life crisis, Social Support, Final Year Students*

A R - R A N I R Y

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Setiap manusia pasti akan mengalami proses perkembangan baik secara fisik maupun psikologisnya, mulai dari masa kanak-kanak, masa remaja, masa dewasa, hingga masa lanjut usia. Menurut Hurlock, peralihan dari masa remaja ke masa dewasa merupakan masa yang penting bagi seorang individu. Masa peralihan tersebut disebut sebagai dewasa awal. Fase ini dialami oleh individu dengan rentang usia 18-29 tahun (Hidayati & Farid, 2016). Masa peralihan perkembangan dan pertumbuhan yang dihadapi oleh remaja akibat berbagai perubahan fisik, sosial, emosional yang semuanya itu akan menimbulkan rasa cemas dan ketidaknyamanan. Akibatnya masa ini disebut juga sebagai masa yang penuh dengan badai dan tekanan, karena remaja harus belajar beradaptasi dan menerima semua perubahan yang sering kali menyebabkan pergolakan emosi di dalamnya. Pada masa ini seseorang akan mengeksplorasi diri, hidup mandiri dari orang tua, mengembangkan sistem nilai-nilai, membentuk hubungan, sebagian dari mereka menjadi mahasiswa dan menjalani perkuliahan.

Kehidupan mahasiswa di perkuliahan tentunya bukan hanya sekedar kegiatan sehari-hari seperti pergi ke kampus, mengikuti kelas, mengerjakan tugas dan ujian, kemudian lulus. Selain itu, mahasiswa juga harus mampu bersosialisasi dengan

orang-orang baru, mengembangkan relasi, bekerja untuk menambah uang saku, memenuhi tuntutan orang tua dan masyarakat di sekelilingnya, menerima tekanan dan pengharapan dari orang lain. Oleh karena itu, mahasiswa sangat berpotensi menimbulkan stress karena tuntutan dari lingkungan eksternal juga tanggung jawabnya sebagai individu dewasa lebih rumit dibandingkan dengan individu remaja (Govaerts & Grégoire, 2004)

Banyaknya tuntutan, tanggung jawab dan pilihan yang tersaji dari lingkungan eksternal serta kebingungan untuk memutuskan mana yang dirasa sesuai (pilihan yang benar) cenderung membuat dewasa muda atau mahasiswa tersebut stress. Individu dituntut untuk bersaing dengan lebih baik agar dapat bertahan hidup, yang mengakibatkan dewasa muda menjadi stress dan merasa terbebani (Atwood & Scholtz, 2008). Individu yang merasa tidak mampu mengatasi tantangan dan juga perubahan yang terjadi pada masa *Emerging Adulthood*, kemudian memunculkan krisis emosional atau respon yang negatif dari dalam diri individu. Krisis ini disebut dengan *quarter life crisis*. *Quarter life crisis* merupakan fenomena yang dialami oleh individu sebagai respon terhadap munculnya ketidakstabilan, ragu akan kemampuan diri sendiri, takut akan kegagalan, terisolasi, perubahan yang terus menerus, banyaknya pilihan juga kerap merasa gelisah akibat tidak berdaya (Robbins & Wilner, 2001)

*Quarter life crisis* dapat menyebabkan berbagai macam tekanan dan kecemasan seperti kebimbangan dan pencapaian karier, peluang finansial, meningkatnya persaingan antar anggota dalam suatu kelompok, maraknya isu-isu

psikologi seperti depresi, kecemasan, serta ketakutan menjalani hubungan terhadap relasi maupun terhadap lawan jenis. Salah satu faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* berasal dari faktor eksternal berupa dukungan sosial yang meliputi teman, percintaan, dan relasi dengan keluarga, kehidupan pekerjaan dan karir, serta tantangan di bidang akademik yang dapat memicu stress, gangguan kecemasan bahkan depresi (Allison, 2010).

Menurut Riewanto (2003) dalam Wahyuningsih, Krisis yang dialami mahasiswa tingkat akhir juga sering disebabkan oleh berbagai kesulitan seperti mencari judul skripsi, dana yang terbatas, kecemasan dalam menghadapi dosen pembimbing, revisi yang terus menerus, serta tuntutan rentan waktu dalam menempuh pendidikan hingga selesai, kekhawatiran karier, tuntutan lain setelah lulus (Wahyuningsih, 2016). Saat mahasiswa telah berada pada semester akhir, mahasiswa dihadapkan dengan berbagai pilihan, apakah mereka akan menikah, melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi, mencari pekerjaan serta peran sosial kepada orang lain. Kondisi seperti ini akan menimbulkan krisis pada diri individu yang saat ini dikenal sebagai *quarter life crisis* oleh karena itu, dukungan dari sosialnya akan membantu mahasiswa dalam menghadapi *quarter life crisis* ini.

Menurut survei yang dilakukan oleh Robinson yang bertemakan *One Poll dalam First Direct Bank* terhadap 2.000 responden millennial di Inggris menggambarkan 56% individu berada dalam *quarter life crisis*. Hampir 60% melaporkan bahwa individu mempertanyakan situasi kehidupan mereka dikarenakan adanya tekanan-tekanan dari lingkungan. Semakin mendapat tekanan, individu

frustrasi dan memandang negatif terhadap diri sendiri. Kesulitan keuangan adalah penyebab kedua krisis seperempat kehidupan atau *quarter life crisis*. Lebih dari 30% individu dalam *quarter life crisis* mengeluarkan uang lebih banyak daripada yang mereka hasilkan (Robinson O. , 2017).

*Quarter life crisis* serupa juga ditemukan pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Berikut beberapa komunikasi personal yang dilakukan :

Cuplikan wawancara 1 :

*“Aku tuh ngerasa tiap hari tuh susah, bingung, gelisah gitu kaya aku tuh nggak tau mau buat apa terus mau gimana nggak tau, aku buntu orang tua aku selalu nuntut aku untuk bisa wisuda tahun ini, tapi aku nggak yakin sama diri aku sendiri, aku rasa kayanya nggak bisa aku lulus tepat waktu kaya teman-teman aku karna proposal akupun masih banyak kali revisinya”* (CN/Komunikasi interpersonal, 1 Juni 2022)

Cuplikan wawancara 2 :

*“Tiap hari tuh aku mikir kalo aku itu udah harus mulai buka usaha kecil-kecilan walaupun aku masih kuliah, nggak mungkin kan aku terus terusan ngebebanin orang tua aku, aku tau aku harus melakukan suatu hal baru, aku harus melangkah lebih maju, tapi disatu sisi aku tuh nggak yakin sama diriku aku sendiri, aku takut, kalau nanti apa yang aku buat itu gagal terus rugi gimana?”* (MB/Komunikasi interpersonal, 1 Juni 2022)

Cuplikan wawancara 3 :

*“Kita udah dewasa ya? Kok makin kesini aku ngerasa kaya banyak hal yang nuntut aku untuk harus ngambil keputusan sendiri. disaat banyaknya pilihan yang diberikan oleh lingkungannya aku, malah bukan ngasih aku solusi tapi lebih buat aku tambah pusing bingung gelisah dan pada akhirnya aku nggak tau milih keputusan apa untuk diri aku sendiri, kaya aku ngerasa nggak berdaya aja gitu sama situasi saat ini. Dengan dikampus belum selesai tapi keluarga aku udah mulai berekspektasi aku*

*harus kerja di mana setelah ini terus harus nikah sama orang yang gimana,”* (M/Komunikasi interpersonal, 2 Juni 2022)

Hasil dari wawancara tersebut menunjukkan bahwa responden CN mengalami krisis yaitu ragu akan kemampuan diri sendiri dan membandingkan diri dengan teman-teman lainnya, terlihat dari kutipan “.....aku nggak yakin sama diri aku sendiri, aku rasa kayanya nggak bisa aku lulus tepat waktu kaya teman-teman aku.....,” selain itu, responden MB juga tampak ragu akan dirinya sendiri dan takut akan kegagalan terlihat dari kutipan “.....aku nggak yakin sama diriku aku sendiri, aku takut, kalau nanti apa yang aku buat itu gagal .....“ kemudian hal serupa juga terjadi pada mahasiswa yang berinisial M yang mengalami perasaan gelisah akibat tidak berdaya terlihat dari kutipan “.....disaat banyaknya pilihan yang diberikan oleh lingkungannya aku, malah bukan ngasih aku solusi tapi lebih buat aku tambah pusing bingung gelisah dan pada akhirnya aku nggak tau milih keputusan apa untuk diri aku sendiri, kaya aku ngerasa nggak berdaya aja gitu sama situasi saat ini...”

Salah satu faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* berasal dari faktor eksternal berupa dukungan sosial yang meliputi teman, percintaan, dan relasi dengan keluarga, kehidupan pekerjaan dan karir, serta tantangan di bidang akademik yang dapat memicu stress, gangguan kecemasan bahkan depresi (Allison, 2010).

Dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang di dalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek- aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosi, penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui

interaksi dengan lingkungan, di mana hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya. Dukungan sosial yang diterima oleh individu dari lingkungannya, baik berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang membuat individu menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain. Jika individu diterima dan dihargai secara positif, maka individu tersebut cenderung mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri dan lebih menerima dan menghargai dirinya sendiri (Kumalasari & Ahyani, 2012).

Dukungan sosial dapat membantu menurunkan tekanan psikologis, menumbuhkan kesehatan emosional, dan mengendalikan emosi negatif (Donenberg & Maryland, 2005). Oleh karena itu, Individu membutuhkan dukungan sosial ketika menghadapi krisis usia seperempat abad karena krisis tersebut menyebabkan kepanikan, terasa lebih sulit, stress, tidak stabil, memicu kecemasan, bahkan menyebabkan perasaan tidak berdaya (Wijaya & Saprowi, 2022)

Menurut Hurlock mahasiswa dapat memperoleh dukungan sosial dari teman sebaya dalam lingkungan kampus, berupa perasaan senasib yang menjadikan adanya hubungan saling mengerti, simpati yang tidak didapat dari orang tuanya sekalipun. Dukungan sosial dalam penelitian ini bersumber dari orang-orang yang ada di lingkungan sekitar seperti keluarga, sahabat, teman sebaya, dosen serta pihak kampus, dan lain sebagainya (Tionardi, 2018).

Bagi mahasiswa tingkat akhir sendiri, dukungan sosial sangat dibutuhkan dalam menghadapi *quarter life crisis*. Adanya dukungan sosial pada mahasiswa saat

sedang mencari jati diri, mengeksplorasi diri, insecure, ragu, cemas terhadap hidup dan masa depannya, mahasiswa akan merasa diperhatikan, dipedulikan, dihargai, dihormati, dicintai, lebih percaya diri dan kompeten dalam menjalankan aktivitasnya.

Berdasarkan penjelasan latar belakang yang telah disebutkan, maka peneliti tertarik ingin mengetahui lebih dalam lagi terkait hubungan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-raniry Banda Aceh.

#### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka rumusan dalam penelitian ini masalahnya ialah “Adakah hubungan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-raniry Banda Aceh?”

#### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-raniry.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan wawasan pengetahuan bagi pembaca terkait dukungan sosial dan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir.

b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan perkembangan ilmu psikologi khususnya ilmu psikologi sosial dan psikologi perkembangan.

### **2. Manfaat Praktis**

a. Bagi mahasiswa tingkat akhir agar dapat memahami fenomena serta penanganan yang tepat dalam menghadapi *quarter life crisis*.

b. Bagi keluarga, masyarakat dan pembaca diharapkan dapat memberikan dukungan, semangat dan kasih sayang kepada anggota keluarga yang sedang dalam fase *quarter life crisis*.

c. Bagi institusi UIN Ar-Raniry diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topic yang berhubungan dengan judul penelitian di atas.

## **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian yang diteliti oleh Wijaya dan Utami yang meneliti tentang Peran Kepribadian Kesungguhan terhadap Krisis Usia Seperempat Abad pada *Emerging Adulthood* dengan Dukungan Sosial sebagai Mediator. Tujuan dari penelitian ini adalah menguji peran kepribadian kesungguhan terhadap krisis usia seperempat abad

pada *Emerging Adulthood* dengan dukungan sosial sebagai mediator. Partisipan penelitian ini adalah individu yang berada pada kelompok usia 18-25 tahun sebanyak 286 orang. Terdapat tiga alat ukur yang digunakan, yaitu Skala *quarter life crisis*, *Big-Five Inventory* (BFI), dan *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS). Analisis mediasi menggunakan PROCESS. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah terdapat pada partisipan, waktu dan tempat penelitian. Partisipan penelitian yang peneliti gunakan yaitu mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-raniry sedangkan yang diteliti pada penelitian ini adalah individu yang berada pada kelompok usia 18-25 tahun. Teknik penelitian dalam penelitian ini menggunakan (Wijaya & Utami, 2021).

Penelitian selanjutnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Rossi dan Mebert (2011) yang membagi 4 kategori, yaitu sekolah menengah ke dunia kerja, sekolah menengah ke perguruan tinggi, perguruan tinggi ke dunia kerja, dan perguruan tinggi ke pascasarjana menunjukkan bahwa 48% lulusan perguruan tinggi ke dunia kerja memiliki kecemasan tertinggi ( $M = 17,21$ ,  $SD = 2,41 < 0,01$ ). Perguruan tinggi ke dunia kerja merupakan masa yang relatif lebih sulit dalam banyak hal, seperti dukungan sosial dari teman dan keluarga, depresi, kecemasan, kepuasan hidup, pasangan, serta perspektif waktu pada masa depan.

Lalu, penelitian selanjutnya yang diteliti oleh Artiningsih dan Savira yang meneliti tentang hubungan *Loneliness* dan *quarter life crisis* pada dewasa awal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *loneliness* dan *quarter life crisis* pada dewasa awal serta menguji hubungan antar keduanya. Kriteria yang ditetapkan yaitu

berusia 20-29 tahun, tinggal di Surabaya, dan bersedia menjadi subjek penelitian. Teknik sampling yang digunakan yaitu insidental sampling dengan menyebar kuesioner secara online hingga diperoleh subjek sebanyak 330 dewasa awal. Alat ukur yang digunakan yaitu adaptasi *Social and Emotional Loneliness Scale for Adults* (SELSA) dan skala yang disusun peneliti berdasarkan aspek *quarter life crisis* menurut Robbins dan Wilner. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang bersifat positif antara loneliness dengan *quarter life crisis*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah terdapat pada variabel terikatnya yaitu peneliti memilih *quarter life crisis* sebagai variabel terikatnya adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah terdapat pada variabel bebasnya yaitu dukungan sosial (Artiningsih & Savira, 2021).

Selanjutnya, Penelitian yang diteliti oleh Afanan, Fauzia dan Tanau yang meneliti tentang hubungan efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam fase *quarter life crisis*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam fase *quarter life crisis*. Sampel pada penelitian ialah mahasiswa akhir Fakultas Kedokteran Universitas lambung mangkurat sebanyak 123 orang mahasiswa dengan teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Metode pengambilan data menggunakan skala efikasi diri dan skala stress sedangkan pemilihan sampel menggunakan alat ukur *quarter life crisis* oleh Hassler (2009). Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik *korelasi product moment pearson* dari Karl Pearson. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah terdapat

pada variabel terikatnya yaitu peneliti memilih *quarter life crisis* sebagai variabel terikatnya adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah terdapat pada variabel bebasnya yaitu dukungan sosial (Afnan, Fauzia, & Tanau, 2020).

Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Wijaya dan Saprowi yang meneliti tentang Analisis Dimensi: Dukungan Sosial dan Krisis Usia Seperempat Abad pada *Emerging Adulthood*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui aspek dukungan sosial mana yang memiliki korelasi terhadap krisis usia seperempat abad pada *Emerging Adulthood*. Partisipan penelitian ini sebanyak 220 orang yang berusia 18-25 tahun. Melibatkan 220 orang partisipan berusia 18-25 tahun, penelitian ini menggunakan Skala *Quarter-life Crisis*, dan *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) sebagai alat ukur. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah terdapat pada subjek, waktu dan tempat penelitian di mana peneliti menggunakan mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN-Arraniry sebagai subjek penelitian adapun pada penelitian ini subjek yang digunakan adalah individu yang berusia 18-25 tahun (Wijaya & Saprowi, 2022).

Dari beberapa penelitian terdahulu, terkait dengan pembahasan yang akan dikaji dalam penelitian ini, terdapat kesamaan dalam hal pembahasan variabel, baik itu variabel dukungan sosial atau *quarter life crisis* yang dikaitkan dengan variabel lainnya. Namun, terdapat pula beberapa perbedaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu diantaranya seperti perbedaan pada salah satu variabel terikat maupun variabel bebasnya, juga perbedaan pada subjek juga lokasi penelitiannya.



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. *Quarter life crisis*

##### 1. Pengertian *Quarter Life Crisis*

Masa dewasa awal merupakan masa transisi dari remaja menuju dewasa di mana menjadi sebuah transisi yang kompleks. Terdapat banyak *stressor* yang mengarah pada berbagai kesulitan, sehingga individu merasa terjebak dan kehilangan arah dalam masa dewasanya. Kondisi ini dikenal dengan istilah *quarter life crisis* yaitu suatu fenomena umum yang terjadi pada usia 20 - 30 tahun. Fenomena ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik itu faktor internal maupun faktor eksternal. Mahasiswa merupakan yang termasuk terkena dampak *quarter life crisis* karena berada pada usia dewasa awal. Mahasiswa yang berada pada dewasa awal yakni mulai berani melakukan kehidupan dirinya sendiri baik dari kemandirian secara keuangan maupun belajar kehidupan sendiri ataupun intelektualnya (Aisyah, 2013).

*Quarter life crisis* dapat didefinisikan sebagai suatu respon terhadap ketidakstabilan yang memuncak, perubahan yang konstan, terlalu banyaknya pilihan-pilihan serta perasaan panik dan tidak berdaya (*sense of helplessness*) yang biasanya muncul pada individu pada rentang usia 18 hingga 29 tahun (Robbins & Wilner, 2001). Rossi dan Mabert menggambarkan bahwa individu dewasa muda memiliki

tantangan dan kesulitan yang dihadapi ketika mereka membuat pilihan mengenai karir, keuangan, pengaturan hidup, hubungan, dan hal-hal lain berkaitan dengan tugas perkembangannya. Kesulitan tersebut dapat menghasilkan rasa ketidakberdayaan, ketidaktahuan, keraguan, dan ketakutan, yang merupakan pengalaman nyata dan umum terjadi dan disebut sebagai *quarter-life crisis* (Rossi & Mebert, 2011)

Menurut Artiningsih dan Safira, *quarter life crisis* merupakan krisis identitas yang dialami seseorang akibat ketidaksiapan memenuhi tuntutan perkembangan masa dewasa. Akibatnya individu yang sedang dalam fase *quarter life crisis* ini mengalami kebingungan dalam mengambil keputusan, merasa putus asa, memiliki penilaian negatif terhadap diri, merasa terjebak dalam situasi sulit, merasa cemas, tertekan, dan memiliki kekhawatiran terhadap relasi interpersonal (Artiningsih & Savira, 2021).

Menurut Atwood dan Scholtz istilah *quarter life crisis* merupakan kondisi krisis secara emosional yang umumnya dialami oleh individu pada usia 20-an tahun, kondisi krisis tersebut meliputi perasaan ragu terhadap kemampuan diri, merasa tidak berdaya, terisolasi, serta takut akan kegagalan. Individu yang sekarang berada dalam periode tersebut pasti mengalami masa yang krusial (Atwood & Scholtz, 2008).

Menurut Fischer *quarter-life crisis* adalah perasaan khawatir yang hadir atas ketidakpastian kehidupan mendatang seputar relasi, karier, dan kehidupan sosial yang terjadi sekitar usia 20-an (Habibi, Syakarofath, & Anwar, 2019). Mendukung pernyataan tersebut Nash dan Murray mengatakan bahwa yang dihadapi ketika mengalami *quarter life crisis* adalah masalah terkait mimpi dan harapan, tantangan kepentingan akademis, agama dan spiritualitasnya, serta kehidupan pekerjaan dan

karier. Permasalahan-permasalahan tersebut muncul ketika individu masuk pada usia 18-28 tahun atau ketika telah menyelesaikan pendidikan menengah, contohnya mahasiswa (Habibi, Syakarofath, & Anwar, 2019).

Berdasarkan paparan tersebut, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa *quarter life crisis* merupakan periode kritis di mana seseorang mengalami kecemasan dan kegelisahan karena mulai mempertanyakan arah dan tujuan hidupnya, pencapaian yang sudah diraih, kepuasan terhadap apa yang sedang dijalani. *Quarter life crisis* dapat menyebabkan berbagai macam tekanan dan kecemasan seperti kebimbangan atas pencapaian karir, peluang finansial, meningkatnya persaingan antar anggota dalam suatu kelompok, maraknya isu-isu psikologi seperti depresi, kecemasan, serta ketakutan menjalin hubungan antar relasi atau lawan jenis.

Berdasarkan definisi *quarter life crisis* yang telah dijelaskan di atas, peneliti memilih untuk merujuk pada definisi yang dikemukakan oleh Robbins dan Wilner (2001) yaitu, *quarter life crisis* merupakan suatu respon terhadap ketidakstabilan yang memuncak, perubahan yang konstan, terlalu banyaknya pilihan-pilihan serta perasaan panik dan tidak berdaya (*sense of helplessness*) yang biasanya muncul pada individu pada rentang usia 18 hingga 29 tahun.

## 2. Fase-fase dalam *Quarter life crisis*

Menurut Robinson terdapat 5 (lima) fase yang dilalui oleh individu dalam *quarter life crisis* (Aristawati, Meiyuntariningsih, Cahya, & Putri, 2021). Fase pertama, yaitu adanya perasaan terjebak dalam berbagai macam pilihan serta tidak

mampu memutuskan apa yang harus dijalani dalam hidup. Fase kedua, adanya dorongan yang kuat untuk mengubah situasi. Fase ketiga, melakukan tindakan-tindakan yang sifatnya sangat krusial, misalnya keluar dari pekerjaan dan memutuskan suatu hubungan yang sedang dijalani lalu mencoba pengalaman baru. Fase keempat, membangun pondasi baru di mana individu dapat mengendalikan arah tujuan kehidupannya dan fase kelima, membangun kehidupan baru yang lebih fokus pada hal-hal yang memang menjadi minat dan sesuai dengan nilai-nilai yang dianut oleh individu itu sendiri.

Menurut Atwood dan Scholiz pada masa dewasa awal ini muncul respon yang negatif serta krisis emosional yang terjadi dalam diri individu (Allison, 2010). Krisis emosional yang terjadi pada individu pada usia 20 - an tahun dengan karakteristik perasaan tak berdaya, terisolasi, ragu akan kemampuan diri sendiri serta takut akan kegagalan. Kondisi ini yang dikenal dengan istilah *quarter life crisis*.

Berdasarkan fase-fase yang telah disebutkan di atas, dapat disimpulkan bahwa individu yang sedang mengalami *quarter life crisis* akan melewati lima fase yaitu merasa terjebak dalam berbagai macam pilihan, dorongan untuk mengubah situasi, mencoba pengalaman baru, membangun pondasi baru dan membangun kehidupan baru.

### 3. Bentuk-Bentuk *Quarter Life Crisis*

Menurut Robbinson *quarter life crisis* dibedakan menjadi 2 bentuk, yaitu *the locked out form* dan *the locked in form* :

a. *The Locked out form*

Bentuk ini akan terjadi ketika individu memasuki peran orang dewasa tetapi individu merasa tidak mampu dalam menjalaninya. Pada fase ini individu akan merasa tidak memiliki pekerjaan, tidak memiliki hubungan interpersonal yang baik dan merasa tidak mampu mandiri secara finansial. Pada fase pertama dalam bentuk ini, individu akan merasa optimis ketika memasuki peran sosial yang menantang bagi individu tersebut, tetapi dapat menjadi awal dari adanya rasa kecewa dan frustrasi. Pada fase kedua mencakup kegagalan yang terjadi terus menerus dalam memperoleh suatu peran, tujuan serta hubungan yang dapat menimbulkan rasa cemas dan depresi. Pada fase ketiga individu akan memulai merefleksikan diri, mencari penyelesaian serta alternatif pilihan baru. Pada fase keempat mulai merencanakan strategi baru agar mencapai tujuan yang telah direncanakan sebelumnya. Fase ini biasanya individu berkompromi pada pencapaian dan perubahan tujuan dalam hidupnya. Fase ini akan diakhiri dengan kemajuan pada peran yang tetap dan tidak seperti pada awal krisis.

b. *The Locked in form*

Bentuk ini akan terjadi ketika individu merasa terjebak dalam peran orang dewasa. Hal tersebut dapat terjadi ketika individu mulai membuat komitmen sebagai peran orang dewasa menetap pada pola yang stabil dari perkembangan dewasa,

individu memiliki harapan bahwa dapat berpengaruh positif dalam kehidupannya, tetapi individu dapat menyadari bahwa sebenarnya hal tersebut tidak begitu mengharapkannya, sehingga merasa terperangkap dan munculnya perasaan frustrasi.

Berdasarkan penjelasan dari bentuk-bentuk *quarter life crisis*, peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat dua bentuk *quarter life crisis* yaitu *the locked out form* di mana individu memasuki peran orang dewasa namun merasa tidak mampu menjalaninya dan *the locked inform* yaitu ketika individu merasa terjebak dalam peran orang dewasa namun individu memiliki harapan positif dalam kehidupannya.

#### 4. Aspek-aspek *Quarter Life Crisis*

Menurut (Robbins & Wilner, 2001) ada tujuh aspek dalam *quarter life crisis*, yaitu kebingungan dalam mengambil keputusan, putis asa, penilaian diri yang negaif, terjebak dalam situasi yang sulit, perasaan cemas, tertekan dan khawatir terhadap relasi interpersonal yang akan dan sedang dibangun :

##### a. Kebimbangan dalam pengambilan keputusan

Tidak dapat dipungkiri bahwa pada usia menuju dewasa seseorang mulai menjadi individu yang mandiri, termasuk dalam hal membuat keputusan untuk dirinya sendiri. Semakin banyaknya pilihan dalam hidup akan memunculkan pula harapan-harapan yang membuat individu menjadi takut dan bingung. Hal ini disebabkan individu percaya bahwa keputusan yang dipilih sekarang akan mengubah perjalanan hidupnya, sehingga seseorang akan begitu memikirkan apakah keputusan yang dibuat merupakan suatu pilihan yang tepat. Adapun yang membuat individu

semakin bimbang adalah bahwa tidak adanya pengalaman sebelumnya dalam mengetahui apakah keputusan yang diambil merupakan pilihan yang tepat. Selain itu individu juga bingung keputusan yang dibuat untuk jangka pendek atau jangka panjang.

b. Putus asa

Kegagalan dan hasil yang kurang memuaskan dalam pekerjaan atau aktivitas tertentu mendorong individu semakin tidak mempercayai dirinya. Terlebih ditambah melakukan beberapa usaha yang dianggap sia-sia dan tidak mendapatkan kepuasan diri. Sehingga, harapan dan impian yang awalnya dapat lebih dikembangkan kemudian menjadi tidak tersentuh akibat munculnya perasaan bahwa apapun pada akhirnya hanya berakhir menjadi kegagalan, tidak bermakna, dan sia-sia. Hal tersebut masih ditambahkan oleh pandangan sekeliling teman sebaya yang menjadi sukses dan berhasil dalam karir dan akademiknya. Sedangkan dirinya merasa tidak mendapatkan itu padahal memulai langkah awalnya bersama-sama dan dalam usia yang tidak jauh berbeda. Perasaan putus asa tersebut juga dapat muncul karena kurang luasnya jaringan yang dibangun dan mendukung dirinya untuk berkembang.

c. Penilaian diri yang negatif

Kecemasan menjadi dewasa, ketakutan akan kegagalan, ketidaktahuan dalam membuat keputusan penting, dan masalah identitas diri membuat individu tertekan karena semua hal tersebut merupakan hal yang tidak diharapkan. Individu mulai menanyakan dirinya dan kemampuannya apakah sanggup untuk melewati tantangan-tantangan tersebut. Individu ragu akan dirinya sendiri dan merasa bahwa hanya

dirinya yang mengalami hal sulit tersebut walaupun pada kenyataannya banyak orang pada seusianya juga mengalami hal yang sama dengan dirinya, sehingga individu yang mengalami *quarter life crisis* sering membandingkan dirinya dengan orang lain dan memandang dirinya lebih rendah dari yang lain. Individu akan melihat bahwa teman seusianya sudah memiliki pencapaian hidup yang hebat sedangkan dirinya masih bergelut dengan ketakutan dan keraguan.

d. Terjebak dalam situasi yang sulit

Lingkungan yang menjadi tempat individu beraktivitas, menjadi tempat tinggal atau tempat berasal tentu memberikan pengaruh besar pada pikiran dan tindakan yang dijalani. Hal ini tidak jarang membawa individu pada situasi yang berat untuk memilih satu keputusan tetapi juga tidak dapat meninggalkan keputusan yang lain. Situasi demikian ini sebenarnya dapat membuat individu mencari suatu pernyataan mendasar tentang siapa dirinya, bagaimana individu mengetahui siapa sebenarnya dirinya, apa yang dapat dilakukannya, dan mengapa terjadi situasi seperti ini secara jernih. Namun, situasi sulit tersebut memang tidak mudah dihadapi individu yang bertambah semakin larut pada kebingungan yang individu maknai seperti labirin yang tak berujung. Terkadang individu seperti tahu apa yang harus dilakukannya untuk menghadapi kesulitan tersebut namun di sisi lain dirinya tidak tahu bagaimana caranya untuk memulainya.

e. Perasaan cemas

Perkembangan usia dan besarnya harapan yang harus dipenuhi tetapi terasa sulit membuat individu dihantui perasaan khawatir jika semua itu tidak memberikan

hasil yang memuaskannya. Individu menuntut dirinya untuk dapat sempurna dalam melakukan sesuatu dan enggan menghadapi kegagalan yang dapat menimpa dirinya. Kekhawatiran ini membuat individu merasa bahwa apa yang dilakukannya selalu membuat tidak nyaman karena bayang-bayang kegagalan yang menghantui.

f. Tertekan

Individu merasakan bahwa masalah yang dihadapi semakin terasa berat dari hari ke hari. Membuat banyak aktivitas dirinya yang lain kemudian terganggu dan tidak berjalan dengan maksimal. Ada keyakinan pada diri individu bahwa masalahnya selalu hadir di mana saja individu berada. Membebaninya dalam banyak hal yang semestinya dapat dilakukan dengan efektif. Individu merasakan bahwa ketidakberhasilannya dalam menghadapi hidup membuatnya semakin tersiksa, terlebih pandangan masyarakat terhadap mahasiswa dalam tuntutan yang harus mencapai target atau lebih sukses.

g. Khawatir terhadap relasi interpersonal yang akan dan sedang dibangun

Salah satu hal yang sangat dikhawatirkan oleh individu pada masa ini adalah terkait hubungannya dengan lawan jenisnya. Hal ini terjadi karena melihat budaya yang berkembang di Indonesia bahwa pada umumnya seseorang akan menikah pada usia tiga puluh ke bawah. Sehingga individu akan bertanya pada dirinya sendiri kapan akan menikah, apakah dirinya siap untuk menikah, apakah seseorang yang dipilihnya sekarang merupakan orang yang tepat menjadi teman hidupnya atautkah dirinya harus mencari seseorang lain yang lebih tepat, walaupun di sisi lain dirinya juga

memikirkan perasaan orang terdekat. Selain itu individu akan mengkhawatirkan apakah dirinya dapat menyeimbangkan antara hubungannya dengan teman, keluarga, pasangan, dan karirnya.

Berdasarkan aspek-aspek *quarter life crisis* yang telah disebutkan, penelitian memilih untuk menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Robbins & Wilner karena untuk saat ini belum ada aspek-aspek lain yang dikemukakan oleh ahli lainnya.

#### 5. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Quarter life crisis*

*Quarter life crisis* tidak tiba-tiba begitu saja muncul pada individu. Ada beberapa kecenderungan umum yang mempengaruhi kondisi tersebut. Allison mengemukakan bahwa terdapat dua faktor yaitu factor internal dan eksternal yang mempengaruhi *quarter life crisis*, yaitu (Allison, 2010) :

##### a. Faktor Internal

Individu sendiri sangat mungkin menjadi pemicu timbulnya *quarter life crisis*. Hal ini terjadi karena individu akan mengalami dan melewati masa *Emerging Adulthood*, di mana periode tersebut memiliki karakteristik yang dapat mempengaruhi munculnya *quarter life crisis*. Faktor-faktor internal tersebut ialah;

- 1) *Identity exploration*, pada tahap inilah proses eksplorasi seseorang menuju kedewasaan dimulai. Individu akan mencari dan mengeksplorasi identitas

yang dicari secara serius dan fokus untuk mempersiapkan dirinya dalam memasuki kehidupan selanjutnya seperti cinta dan pekerjaan. Selain itu individu juga mulai merenungkan hal-hal yang belum terpikirkan secara serius sebelumnya. Mulai dari pertanyaan yang cukup filosofis seperti, “untuk apa seseorang tersebut hidup atau bagaimana perannya menjadi bermanfaat bagi keluarga dan masyarakat, apa jati diri seseorang tersebut dan akan menjadi apa nanti di masa depan”. Proses pencarian identitas diri ini terkadang membuat seseorang mengalami kebingungan dan kecemasan, karena pada akhirnya identitas diri akan membangun kesadaran pada pilihan-pilihan hidupnya. Kondisi yang seperti ini membuat seseorang rentan akan *quarter life crisis*.

2) *Instability*, pada tahap *Emerging Adulthood* individu akan mengalami perubahan yang terus-menerus. Perubahan ini disebabkan oleh berbagai hal, salah satunya yakni perubahan gaya hidup. Pada tahun 1970, umumnya seseorang yang berusia 21 tahun sudah memasuki tahap menikah, disibukkan dengan kehamilan, sudah menyelesaikan sekolah, memiliki pekerjaan penuh, dan lain-lain. Namun seiring berjalannya waktu, usia 21 tahun merupakan saat di mana individu disibukkan dengan tantangan akademik, pencarian pekerjaan, kegelisahan untuk mandiri, dan lain sebagainya. Perubahan-perubahan tersebut kemudian menuntun individu untuk selalu siap pada berbagai keadaan yang tidak sesuai dengan apa yang direncanakannya.

3) *Being self-focused*, individu mulai berusaha untuk menjadi mandiri, mulai dari belajar untuk membuat keputusannya sendiri dan bertanggung jawab atas

hal tersebut, hingga mulai membangun pondasi untuk masa dewasa. Banyak keputusan sulit yang harus diambil yang nantinya akan berpengaruh untuk masa depannya, seperti memilih perguruan tinggi, bekerja, mencoba kuliah dan bekerja, tetap kuliah atau *drop out*, apakah jurusan yang diambil sesuai dengan keinginannya, dan sebagainya. Meskipun dalam proses pengambilan keputusan, orang lain masih turut berperan tetapi pada akhirnya keputusan akhir ada ditangan individu tersebut. Karena orang lain tidak benar-benar memahami apa yang diinginkan.

4) *Feeling in between*, adalah tahap seseorang berada pada perasaan antara dewasa dan remaja, di mana individu harus memenuhi beberapa kriteria untuk menjadi dewasa karena dirinya masih belum dewasa secara penuh. Terkadang individu akan merasa bahwa dirinya bukan lagi remaja, namun di waktu lain dirinya juga merasa belum memenuhi kriteria dewasa, seperti bertanggung jawab penuh atas dirinya sendiri, mampu membuat keputusannya sendiri, juga sudah mandiri secara finansial.

5) *The age of possibilities*, di mana individu mengalami berbagai kemungkinan dan kesempatan baik tentang pekerjaan, pasangan hidup, maupun falsafah hidup. Tahap ini dipenuhi dengan harapan yang luar biasa akan masa depannya. Mimpi dan harapan menjadi sesuatu yang sangat penting dalam diri individu. Kemudian individu mulai mempertanyakan harapan dan mimpinya di masa depan, bagaimana jika apa yang diharapkan dan diimpikan tidak sesuai dengan perencanaan di masa lalu, hingga muncul kekhawatiran tidak tercapainya harapan dan mimpi tersebut.

a. Faktor Eksternal

1) Dukungan sosial

Salah satu faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* berasal dari faktor eksternal adalah berupa dukungan sosial yang meliputi teman, percintaan, relasi dan keluarga (Praherso, Tear, & Cruwys, 2017). Pada periode ini individu juga mulai mempertanyakan kapan dirinya siap untuk menikah, apakah pasangannya saat ini merupakan orang yang tepat untuk mendampingi atau menghabiskan waktu bersama di sisa-sisa hidupnya. Selain itu, bagi seseorang yang lajang akan menghadapi keinginannya untuk juga dapat menjalin hubungan dengan lawan jenisnya. Kemudian dalam membangun relasi dengan keluarga, individu merasa sudah cukup dewasa untuk terus membebani orangtua, sehingga timbul keinginan untuk mandiri. Meskipun di sisi lain dirinya belum cukup mampu mandiri secara finansial sedangkan dalam menjalin hubungan pertemanan seseorang akan mempertanyakan bagaimana dirinya menemukan teman sejati yang sekaligus dapat menjadi figur bagi dirinya.

2) Kehidupan pekerjaan dan karir

Sebagian orang merasa bahwa secara emosional bangku perkuliahan tidak cukup membantu dalam menyiapkan seseorang di dunia kerja. Perubahan lingkungan dalam dunia kerja yang penuh persaingan dan tekanan membuat individu harus beradaptasi dengan hal tersebut, dan tidak sedikit orang yang merasa stres olehnya. Selain itu muncul kebingungan dalam diri individu yakni antara memilih pekerjaan

yang sesuai dengan minat dan potensi dirinya, atau pekerjaan yang hanya sebagai tuntutan kebutuhan.

### 3) Tantangan di bidang akademik

Dalam perjalanan akademisnya, individu merasa tidak sesuai dengan bidang yang diminati. Pada tahap *quarter life crisis* individu akan semakin bertanya tentang hal-hal yang lebih “menantang” sehingga akan muncul keraguan-keraguan tentang akademik yang ditempuh. Selain itu individu juga mulai bertanya apakah bidang yang digelutinya saat sekolah mampu menunjang karirnya di masa depan. Kemudian tidak sedikit yang merasa bimbang untuk melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi karena berbagai alasan, seperti finansial, tuntutan sosial, tuntutan keluarga, dan sebagainya. Berdasarkan faktor-faktor di atas, penelitian ini mengacu pada faktor eksternal sebagai variabel bebas.

Berlandaskan dengan faktor-faktor *quarter life crisis* ini, peneliti lebih memfokuskan pada faktor eksternal yaitu dukungan sosial seperti dukungan dari teman, percintaan, relasi dengan keluarga Individu, kehidupan pekerjaan dan karir dan tantangan di bidang akademik.

## **B. Dukungan Sosial**

### 1. Pengertian Dukungan Sosial

Ketika melewati situasi yang sulit, setiap orang tentunya sangat membutuhkan dukungan sosial. Sarafino dan Smith menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan dari seseorang atau sekelompok orang terhadap

individu yang merasakan bahwa dirinya disayangi, diperhatikan, dihargai, ditolong serta diberi dukungan baik itu dukungan emosional, instrumental, penghargaan, informasi juga dukungan jaringan sosial. Dinamika psikologis dukungan sosial merupakan serangkaian sikap yang dimiliki individu untuk mempertahankan kehidupan, mengontrol setiap peristiwa yang menekan serta usaha untuk mengubah setiap permasalahan dalam hidup sebagai tantangan yang harus diselesaikan dalam menjalankan peran dan tanggung jawabnya (Sarafino & Smith, 2011).

Menurut Sarason dkk, Dukungan sosial merupakan transaksi interpersonal yang ditunjukkan dengan memberikan bantuan kepada individu yang lain dan bantuan itu diperoleh dari orang yang berarti bagi individu yang bersangkutan. Dukungan didapatkan dari hubungan sosial yang akrab atau dari keberadaan mereka yang membuat individu merasa diperhatikan, dinilai, dan dicintai (Tentama, 2014).

Alemi mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan suatu konsep yang cukup rumit dan bersifat multidimensional. Untuk memahami dinamika dari dukungan sosial tersebut perlu adanya suatu pemahaman tentang berbagai pendekatan. Ada yang dilihat dari aspek dukungan sosial yang merupakan pendekatan dari sisi fungsi, selain itu pengukuran mengenai dukungan sosial juga bervariasi sesuai dengan sumber/tipe dari penyedia dukungan sosial misal keluarga atau di luar keluarga, dari sisi satuan/unit, dukungan sosial dapat berbentuk jaringan kerja ataupun diberikan secara individual (Alemi, et al., 2003).

Menurut Murtiningrum dukungan sosial merupakan model dukungan yang dihasilkan dari interaksi antar pribadi yang melibatkan salah satu atau lebih aspek

emosi, penilaian, informasi dan instrumen sehingga dapat mereduksi beban yang diterima oleh individu (Murtiningrum, 2005).

Dukungan sosial merupakan salah satu istilah yang digunakan untuk menerangkan bagaimana hubungan sosial menyumbang manfaat bagi kesehatan mental atau kesehatan fisik individu (Maslihah, 2011).

Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk kasih sayang, perhatian, petunjuk, dan dapat juga berupa barang atau jasa yang diberikan oleh keluarga maupun teman kepada individu. Peneliti merujuk pada definisi yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan dari seseorang atau sekelompok orang terhadap individu yang merasakan bahwa dirinya disayangi, diperhatikan, dihargai, ditolong serta diberi dukungan baik itu dukungan emosional, instrumental, penghargaan, informasi juga dukungan jaringan sosial.

## 2. Bentuk-bentuk dukungan sosial

Berikut adalah bentuk-bentuk dukungan sosial Menurut (Taylor, 2012):

a. *Tangible assistance* (bantuan nyata) Yaitu bantuan nyata dalam menyediakan bantuan materil, seperti pelayanan, bantuan keuangan, atau barang. Misalnya, bantuan keuangan yang diberikan oleh kerabat atau keluarga untuk seseorang yang sedang mengalami masalah finansial.

b. *Informational support* (dukungan informatif) Yaitu memberikan dukungan yang berupa informasi-informasi yang dibutuhkan oleh individu yang sedang mengalami krisis. Bantuan informasi ini mungkin sportif jika relevan dengan penilaian diri, seperti pemberian nasihat tentang apa yang harus dilakukan, mensugesti ataupun memberi arahan langsung.

c. *Emotional support* (dukungan emosional) Yaitu dukungan emosional yang diberikan agar menentramkan hati individu bahwa individu tersebut berharga dan merasa dipedulikan. Teman atau keluarga dapat menenangkan seseorang yang berada di bawah tekanan stress bahwa individu adalah orang yang berharga dan dicintai oleh orang lain. Mengetahui bahwa orang lain peduli memungkinkan seseorang untuk terlepas dari stress dan dapat mengatasinya dengan keyakinan yang lebih besar.

d. *Invisible support* (dukungan terselubung) Yaitu ketika individu menerima bantuan dari orang lain yang tidak menyadari telah membantu, tetapi bantuan tersebut tetap bermanfaat bagi penerima.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk dukungan sosial dapat berupa bantuan nyata seperti bantuan keuangan, bantuan informasi yang bermanfaat bagi individu, dukungan emosional dan dukungan terselubung.

### 3. Aspek-aspek dukungan sosial

Menurut Sarafino dan Smith (2011), dukungan sosial adalah transaksi interpersonal yang memiliki empat aspek yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan:

#### a. Dukungan emosional

Dukungan dalam bentuk kelekatan, kehangatan, kepedulian, dan ungkapan empati sehingga timbul keyakinan bahwa individu yang bersangkutan dicintai dan diperhatikan. Individu menjadi yakin bahwa orang lain tersebut mampu memberikan cinta dan kasih sayang sehingga merasa nyaman. Dukungan emosional dapat memberikan rasa aman dan nyaman, perasaan dimiliki dan dicintai dalam situasi-situasi stres yang dirasakan. Indikator dukungan emosional antara lain : merasakan empati, merasakan perhatian, merasakan kepedulian dari lingkungan sosial.

#### b. Dukungan instrumental

Aspek ini meliputi penyediaan sarana untuk mempermudah menolong orang lain, meliputi peralatan, perlengkapan, dan sarana pendukung seperti berwujud barang, pelayanan, keuangan, bantuan melaksanakan aktivitas dan memberikan waktu luang. Indikator dukungan instrumental ialah mendapatkan bantuan langsung berupa tindakan dan mendapatkan bantuan langsung berupa material serta fasilitas.

#### c. Dukungan informasi

Bantuan yang meliputi pemberian informasi untuk mengatasi masalah pribadi. Terdiri atas pemberian nasihat, bimbingan, pengarahan, pemberian informasi, dan keterangan lain yang dibutuhkan dalam mengatasi masalah. Indikator dari dukungan

informasi yaitu mendapatkan nasihat atau saran serta mendapatkan penghargaan atau petunjuk dari lingkungan sosial sekitar.

d. Dukungan penghargaan

Aspek ini terdiri atas dukungan peran sosial yang meliputi umpan balik, penghargaan, afirmasi (persetujuan), dan perbandingan sosial untuk evaluasi diri. Dukungan ini melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain. Indikator dukungan penghargaan yaitu penghargaan positif, mendapatkan persetujuan terhadap ide dan pendapat, mendapat dorongan semangat.

Menurut House, ada empat aspek dukungan sosial (Smet, 1994) yaitu :

a. Perhatian Emosional

Individu membutuhkan empati. Bilamana seseorang dapat menghargai mempercayai dan mengerti dirinya lebih baik, individu akan menjadi terbuka terhadap aspek-aspek baru dari pengalaman hidupnya.

b. Bantuan Instrumental

Penyediaan piranti guna menunjang kelancaran kerja, secara langsung akan meringankan beban yang ditanggung seseorang.

c. Pemberian Informasi

Pemberian informasi, maksudnya agar informasi dapat digunakan untuk mengatasi masalah pribadi maupun masalah pekerjaan.

d. Adanya penilaian

Penilaian meliputi dukungan pekerjaan, prestasi dan peran sosial yang terdiri atas umpan balik, perbandingan sosial dan afirmasi

Berdasarkan beberapa aspek yang telah dijelaskan para ahli tersebut maka peneliti memilih untuk menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Sarafino & Smith (2011) karena aspek tersebut memiliki empat sub aspek yang lebih spesifik.

#### 4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Myers mengemukakan bahwa terdapat 3 faktor untuk memberikan seseorang dukungan sosial (Maslihah, 2011). Faktor-faktor tersebut yaitu empati, norm-norma dan sosial, dan pertukaran sosial :

a. Empati

Turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.

b. Norma-norma dan nilai sosial

Selama dalam masa pertumbuhan dan perkembangan pribadi, individu menerima norma-norma dan nilai-nilai sosial dari lingkungan sebagai bagian dari pengalaman sosial seseorang. Norma-norma dan nilai-nilai tersebut akan mengarahkan individu untuk bertingkah laku dan menjelaskan kewajiban-kewajiban

dalam kehidupan. Dalam ruang lingkup sosial individu didesak untuk memberikan pertolongan kepada orang lain supaya dapat mengembangkan kehidupan sosialnya.

c. Pertukaran sosial

Hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, informasi. Keseimbangan dan pertukaran akan menghasilkan kondisi hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman akan pertukaran secara timbal balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan.

### **C. Hubungan Dukungan Sosial dengan *Quarter life crisis***

*Quarter life crisis* adalah periode ketidakstabilan yang memuncak, perubahan konstan, terlalu banyaknya pilihan-pilihan serta perasaan panik dan tidak berdaya yang muncul pada individu di rentang usia 18 hingga 29 tahun (Robbins & Wilner, 2001). Ketika individu berada pada periode ini individu kerap kali merasa cemas dan gelisah karena mulai mempertanyakan bagaimana arah dan tujuan hidup masa depannya, pencapaian yang sudah diraih maupun belum dilakukan di masa sekarang. Tidak jarang individu juga dihadapkan dengan banyak tuntutan dari lingkungannya sehingga individu kerap merasa tertekan dan putus asa. Oleh karena itu, dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh individu dalam melewati fase *quarter life crisis*. Salah satu faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* menurut Praherso adalah dukungan sosial dari teman keluarga dan sosial individu (Praherso, Tear, & Cruwys, 2017).

Adanya dukungan sosial akan membuat individu yang mengalami berbagai macam kecemasan, tekanan, kebingungan tidak merasa sendiri. Ada yang membantu menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya, mengontrol setiap peristiwa yang menekan serta usaha untuk mengubah setiap permasalahan dalam hidup sebagai tantangan yang harus diselesaikan dalam menjalankan peran dan tanggung jawabnya.

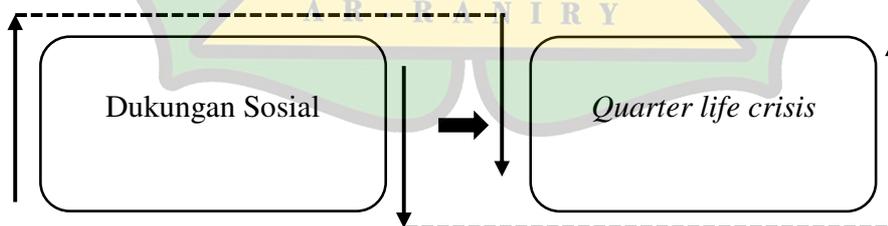
Menurut Wijaya & Utami Salah satu faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* adalah dukungan sosial. Penelitian Wijaya dan Utami juga mengungkapkan bahwa *quarter life crisis* memiliki hubungan negatif dengan dukungan sosial yang mana semakin tinggi dukugan sosial yang dimiliki maka semakin rendah *quarter life crisis* yang dirasakan individu (Wijaya & Utami, 2021).

Hal ini juga didukung penelitian yang dilakukan oleh Rossi dan Mabert yang menyatakan bahwa semakin maksimal dukungan sosial yang diberikan kepada individu yang sedang dalam fase *quarter life crisis* membuat individu semakin kecil kemungkinan untuk mengalami depresi ketika *Emerging Adulthood* atau dewasa awal (Rossi & Mebert, 2011).

Penelitian terkait yang dilakukan oleh Wijaya dan Saprowi juga menyatakan bahwa dukungan sosial memediasi peran kepribadian kesungguhan terhadap krisis usia seperempat abad di mana dukungan sosial dari keluarga memiliki sumbangan yang lebih besar dibanding dukungan sosial dari teman maupun *significant others* (Wijaya & Saprowi, 2022).

Adapun menurut penelitian yang dilakukan oleh Habibi, Syakafarofath dan Anwar kepada 219 orang dengan usia 18-25 tahun menunjukkan bahwa pada aspek *quarter life crisis* kekhawatiran akan relasi interpersonal meningkat karena angka korelasinya positif sebesar 0,540. Religiusitas mempengaruhi *quarter life crisis* yaitu sebesar 3,4% sedangkan sisanya sebesar 96,6% di luar religiusitas yang berasal dari faktor internal maupun eksternal berupa dukungan sosial seperti kondisi sosial dan lingkungan, tingkat pendidikan, tradisi dan budaya serta tuntutan hidup sehari-hari (Habibi, Syakarofath, & Anwar, 2019).

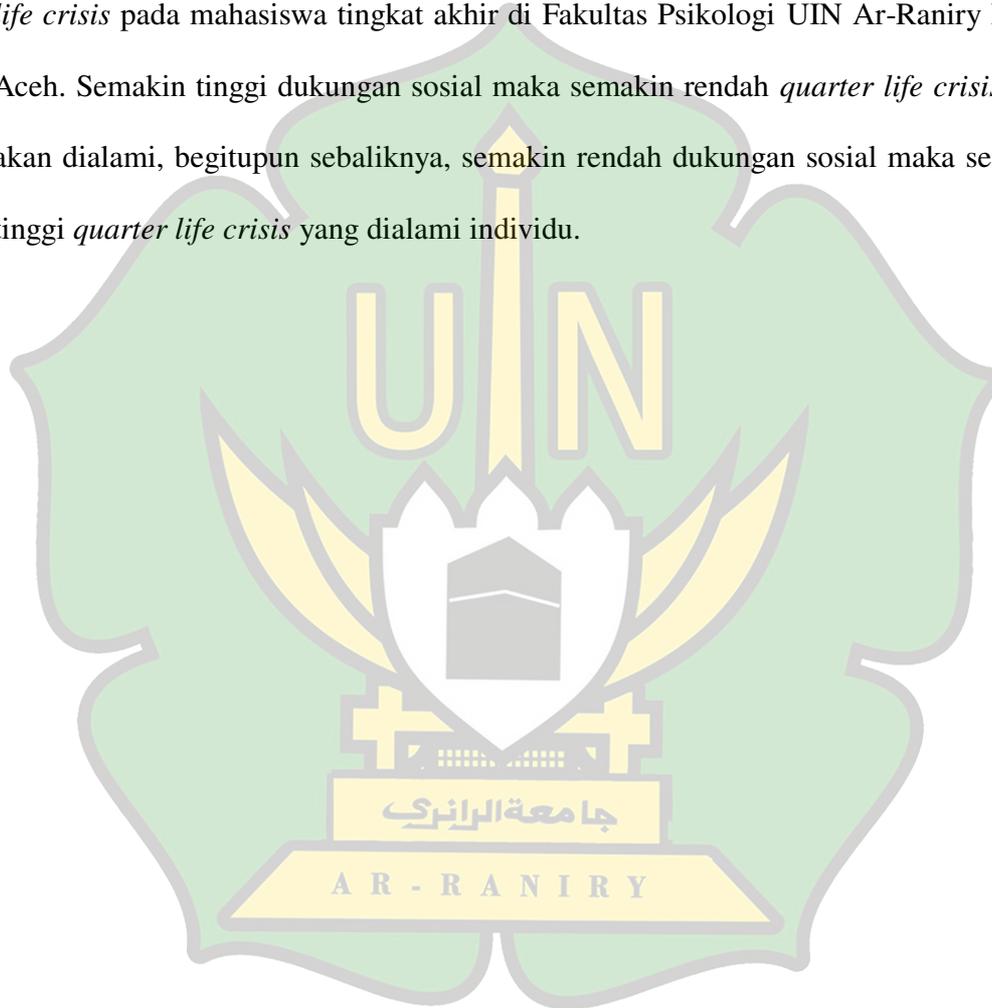
Berdasarkan hasil dari penelitian sebelumnya dengan menggunakan variable yang sama yaitu dukungan sosial dan *quarter life crisis* , terlihat bahwa terdapat hubungan negative antara kedua variabel tersebut. Hubungan kedua Variabel secara deskripsi dapat dilihat pada gambar berikut :



**Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual**

#### D. Hipotesis

Berdasarkan kerangka konseptuan pada gambar 2.1, hipotesis pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah *quarter life crisis* yang akan dialami, begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi *quarter life crisis* yang dialami individu.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Metode Penelitian

Pendekatan yang peneliti gunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik korelasi, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa Psikologi UIN Ar-Raniry di Banda Aceh. Penelitian korelasi adalah penelitian untuk mengetahui hubungan antar dua variabel atau lebih. Hubungan variabel dinyatakan dalam satu indeks yang dinamakan koefisien korelasi. Koefisien korelasi dapat digunakan untuk menguji hipotesis tentang hubungan antar variabel atau menyatakan besar kecilnya hubungan antar kedua variabel (Juliansyah, 2012).

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dibedakan menjadi dua macam yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas.

Adapun variabel bebas dan variabel terikat pada penelitian ini adalah :

1. Variabel Bebas (X) : Dukungan sosial
2. Variabel Terikat (Y) : *Quarter life crisis*

### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

#### 1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah bentuk penerimaan dari seseorang atau sekelompok orang terhadap individu yang merasakan bahwa dirinya disayangi, diperhatikan, dihargai, ditolong serta diberi dukungan baik itu dukungan emosional, instrumental, penghargaan, informasi juga dukungan jaringan sosial (Sarafino & Smith, 2011).

Dukungan sosial dalam penelitian ini diukur menggunakan aspek-aspek Menurut Sarafino & Smith (2011) yaitu : Dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan.

#### 2. Quarter Life Crisis

*Quarter life crisis* dapat didefinisikan sebagai suatu respon terhadap ketidakstabilan yang memuncak, perubahan yang konstan, terlalu banyaknya pilihan-pilihan serta perasaan panik dan tidak berdaya (*sense of helplessness*) yang biasanya muncul pada individu pada rentang usia 18 hingga 29 tahun. dalam fase *quarter life crisis* ini, individu memiliki keinginan untuk mencapai dan mewujudkan mimpi orang tua, membangun karier, membentuk identitas yang disukai, menjadi bagian dari kelompok atau komunitas, memilih pasangan, menyesuaikan diri dilingkungan sosial juga mengembangkan stabilitas emosi.

*Quarter life crisis* dalam penelitian ini diukur menggunakan aspek-aspek dari Robbins dan Wilner (2001) yaitu : kebimbangan dalam pengambilan keputusan, putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi yang sulit, perasaan

cemas, tertekan dan khawatir terhadap relasi interpersonal yang akan dan sedang dibangun.

#### D. Subjek Penelitian

##### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir (mahasiswa angkatan 2016, 2017 dan 2018 yang sedang mengerjakan tugas akhir (skripsi) di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang berjumlah 155 mahasiswa. Alasan peneliti mengambil populasi ini adalah karena mahasiswa tingkat akhir ini sedang dalam proses menyusun skripsi dan sedang berada pada fase dewasa awal yang mana dewasa awal ini sangat rentan mengalami *quarter life crisis*.

**Tabel 3. 1**  
**Populasi Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir**

Angkatan	Laki-Laki	Perempuan	Total
2016	11	23	34
2017	26	48	74
2018	15	32	47
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>103</b>	<b>155</b>

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2017). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode *nonprobability sampling*. Teknik ini dijelaskan oleh Sugiyono bahwa “*nonprobability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel” (Sugiyono., 2013).

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 155 mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry (angkatan 2016, 2017 dan 2018) dan peneliti menghendaki semua anggota populasi menjadi sampel penelitian dengan kriteria subjek yang telah ditentukan yaitu sedang menyelesaikan tugas akhir, merupakan mahasiswa/i aktif di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry dan merupakan angkatan 2016, 2017 dan 2018. Maka teknik yang digunakan dalam penentuan sampel ini menggunakan *sampling jenuh*. Sugiyono merumuskan bahwa *sampling jenuh* merupakan teknik penentuan sampel apabila semua anggota populasi yang telah ditentukan dalam penelitian digunakan sebagai sampel (Sugiyono., 2013).

## E. Teknik Pengumpulan Data

### 1. Instrumen Penelitian

Tahap pertama yang harus digunakan dalam penelitian ini adalah mempersiapkan alat ukur. Alat ukur yang digunakan adalah dua Skala Psikologi yaitu skala dukungan sosial dan *quarter life crisis*. Aspek dari variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator dan dari indikator tersebut maka diturunkan untuk membuat aitem instrumen berupa pernyataan dalam bentuk *favorable* dan *unfavorable*. Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang mendukung atau memihak pada objek variabel yang diteliti, sedangkan pernyataan *unfavorable* merupakan pernyataan yang tidak mendukung atau memihak terhadap objek variabel yang diteliti (Azwar S. , 2016).

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert* yang mempunyai gradasi dari sangat positif sampai dengan sangat negatif yang berupa jawaban yang Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Untuk keperluan analisis kuantitatif maka jawaban dapat diberikan skor dari 4 sampai 1 untuk aitem *favorable* dan 1 sampai 4 untuk aitem *unfavorable* (Sugiyono, 2017).

#### a. Skala *Quarter life crisis*

*Quarter life crisis* dapat diukur dengan menggunakan skala *quarter life crisis* yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Robbins dan Wilner (2001), yaitu: kebimbangan dalam pengambilan keputusan, putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi yang sulit, perasaan cemas dan tertekan khawatir terhadap relasi interpersonal yang akan dan sedang dibangun.

**Tabel 3. 2**  
**Blueprint Quarter life crisis**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorable	Unfavorable	
1.	Kebimbangan dalam pengambilan keputusan	1. Merasa ragu dalam memutuskan pilihan yang berpengaruh bagi masa depan.	1, 24	6	3
		2. Mempertanyakan ulang tentang keputusan yang telah diambil	27, 37	21	3
2.	Putus asa	1. Merasa apa yang dilakukan sia-sia	7, 13	15	3
		2. merasa gagal menjalani hidup.	34, 41	5	3
3.	Penilaian diri yang negatif	1. Menilai dirinya lebih buruk di banding orang lain	9, 18	20	3
		2. Menganalisis diri secara berlebihan	17, 32	39	3
4.	Terjebak dalam situasi yang sulit	1. Merasa tidak termotivasi	12, 3	38	3
		2. Merasa berada pada situasi jenuh dan sulit	31, 40	19	3
5.	Perasaan cemas	1. Takut gagal	2, 29	36	3
		2. Khawatir secara berlebihan	8, 4	11	3
6.	Tertekan	1. Merasa tertekan terhadap tuntutan yang ada	10, 16	14	3
		2. Merasa selalu dikelilingi masalah	25, 28	33	3
7.	Khawatir terhadap interpersonal	1. Memikirkan hubungan dengan keluarga,	23, 26	35	3
		2. Memikirkan hubungan dengan teman	22, 30	42	3
<b>Total</b>			<b>28</b>	<b>14</b>	<b>42</b>

b. Skala dukungan sosial

Dukungan sosial dapat diukur dengan menggunakan skala dukungan sosial yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh (Sarafino & Smith, 2011) yaitu; Dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan.

**Tabel 3. 3**  
**Blueprint Dukungan Sosial**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorable	Unfavorable	
1.	Dukungan emosional	1. Empati	1, 9	5	8
		2. Kepedulian	30,10	23	
		3. Perhatian	27	32	
2.	Dukungan instrumental	1. Bantuan langsung berupa barang atau uang	3,15,	7, 11,	8
		2. Bantuan langsung berupa tindakan	25, 26	17, 19	
3.	Dukungan informasi	1. Nasihat	8,16,	4	8
		2. Saran	18, 31	20	
		3. Petunjuk	12	24	
4.	Dukungan penghargaan	1. Penghargaan positif	6, 14	2, 13,	8
		2. Persetujuan gagasan	21, 28	22, 29	
<b>Total</b>			<b>18</b>	<b>14</b>	<b>32</b>

2. Validitas

Menurut (Azwar, 2008) validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukuran dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan

hasil ukur, yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah.

Uji validitas yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi (*content validity*). Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi dan dikuantifikasi lewat pengujian terhadap isi skala melalui *expert judgement* dengan tujuan untuk melihat apakah masing-masing aitem mencerminkan ciri perilaku yang ingin diukur (Azwar S. , 2016). Apabila sebagian *expert judgement* (para ahli) sepakat bahwa suatu aitem adalah relevan, maka aitem tersebut dinyatakan sebagai aitem yang layak mendukung validasi isi skala.

Lawshe dalam (Azwar S. , 2016) merumuskan ini *Content Validity Ratio* (CVR) yang digunakan untuk mengukur validitas isi Aitem-Aitem berdasarkan data empirik yang diperoleh dari hasil penilaian para ahli yang disebut *Subject Matter Experts (SME)* yang menyatakan apakah aitem dalam skala sifatnya esensial bagi operasionalisasi konstruk teoritik skala yang bersangkutan. *Subject Matter Experts (SME)* menilai apakah suatu aitem esensial dan relevan ataupun tidak relevan dengan tujuan pengukuran skala. Adapun *Content Validity Ratio (CVR)* dirumuskan sebagai berikut :

$$CVR = \frac{2ne}{n} - 1$$

Keterangan :

ne = Banyaknya *SME* yang menilai suatu aitem “esensial”

n = Banyaknya *SME* yang melakukan penilaian

### 3. Uji Daya Beda

Sebelum peneliti melakukan analisis reliabilitas, peneliti terlebih dahulu melakukan analisis daya beda aitem yaitu sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar S. , 2016). Perhitungan daya beda aitem-aitem menggunakan koefisien korelasi product moment dari Pearson. Formula Pearson untuk komputasi koefisien korelasi Aitem-Aitem total (Azwar S. , 2016).

$$r_{iX} = \frac{\sum iX - (\sum i)(\sum X)/n}{\sqrt{[\sum i^2 - (\sum i)^2/n][\sum X^2 - (\sum X)^2/n]}}$$

Keterangan :

i = Skor Aitem  
 X = Skor skala  
 N = Banyaknya subjek

Kriteria dalam pemilihan aitem yang peneliti gunakan berdasarkan aitem total yaitu batasan  $r_{iX} \geq 0,3$ . Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi atau daya beda aitem minimal 0,3 daya bedanya dianggap memuaskan, sedangkan aitem yang memiliki harga  $r_{iX}$  kurang dari 0,3 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah (Azwar S. , 2016).

#### 4. Reliabilitas

Pengertian reliabilitas mengacu kepada keterpercayaan atau konsistensi alat ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran (Azwar, 2008). Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan formula *Cronbach's Alpha* yang dihitung pada Aitem-Aitem yang telah dianggap layak. Pengujian reliabilitasnya menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Perhitungan ini dilakukan dengan komputer menggunakan program *Statistical Package for Social Science SPSS version 21.0 for Windows*.

Menurut Guilford (dalam Sugiyono, 2007) kriteria koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* dapat dikategorikan seperti tabel di bawah ini:

**Tabel 3. 4**

**Koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach***

Kriteria	Koefisien
<b>Sangat reliabel</b>	>0.900 (sangat tinggi)
<b>Reliabel</b>	0.700 – 0.900 (tinggi)
<b>Cukup reliabel</b>	0.400 – 0.700 (sedang)
<b>Kurang reliabel</b>	0.200 – 0.400 (rendah)
<b>Tidak reliabel</b>	<0.200 (sangat rendah)

#### F. Teknik Analisis Data

##### 1. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Kegiatan dalam menganalisis data yaitu mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari

seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti (Sugiyono, 2017). Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry dengan menggunakan metode analisis data *product moment*. *Product moment* merupakan analisis korelasi antara satu variabel dengan variabel lainnya. Cara perhitungan dibantu dengan menggunakan program SPSS.

Sebelum melakukan analisis data, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi atau prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dan linieritas merupakan syarat sebelum dilakukannya pengujian nilai korelasi, dengan maksud agar kesimpulan yang ditarik tidak menyimpang dari kebenaran yang seharusnya ditarik (Hadi, 2000).

a. Uji Prasyarat

Uji prasyarat merupakan uji yang bertujuan untuk mengetahui layak atau tidak layaknya syarat-syarat yang harus dipenuhi oleh suatu data agar dapat dianalisis dengan menggunakan teknik statistik (Mishahuddin, 2013). Uji prasyarat dalam penelitian ini meliputi uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan.

1) Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas adalah pengujian tentang kenormalan distribusi data (Noor, 2011). Uji ini menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov dengan kaidah yang digunakan bahwa apabila signifikansi  $> 0,05$  maka dikatakan distribusi normal,

begitu pula sebaliknya jika signifikansinya  $< 0,05$  maka dikatakan distribusi tidak normal (Azwar S. , 2016).

## 2) Uji Linieritas Hubungan

Uji linieritas hubungan merupakan uji yang digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel secara signifikan mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang dapat ditarik garis lurus apabila nilai signifikansi pada linieritas kurang dari 0,05 (Priyatno, 2011). Pengujian linieritas dalam penelitian ini menggunakan *F deviation from linearity* yang terdapat pada SPSS.

## 3) Uji Hipotesis

Setelah uji prasyarat terpenuhi, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis penelitian. Untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini bahwa dukungan sosial berkorelasi dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh, dilakukan menggunakan analisis statistik korelasi *Product Moment* dari *Pearson*. Menurut (Sarwono, 2006) jika angka signifikansi  $< 0,05$  artinya ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Analisis penelitian data yang dipakai adalah dengan bantuan komputer program *SPSS version 21.0 for Windows*.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Lokasi dan Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2016, 2017 dan 2018) di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh sebanyak 243 mahasiswa dan jumlah sampel yang memenuhi kriteria (yaitu yang sedang mengerjakan skripsi) adalah 155 mahasiswa. Data demografi sampel dapat dilihat pada gambar 4.1:

##### 1. Subjek Berdasarkan Angkatan

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa jumlah subjek yang paling banyak digunakan sebagai sampel dalam penelitian adalah mahasiswa angkatan 2017 yaitu berjumlah 74 mahasiswa (47,7%) Selanjutnya mahasiswa angkatan 2018 yaitu berjumlah 47 mahasiswa (30,3%) dan terakhir mahasiswa angkatan 2016 yaitu berjumlah 34 mahasiswa (21,9%) sebagaimana pada gambar 4.1 di bawah ini

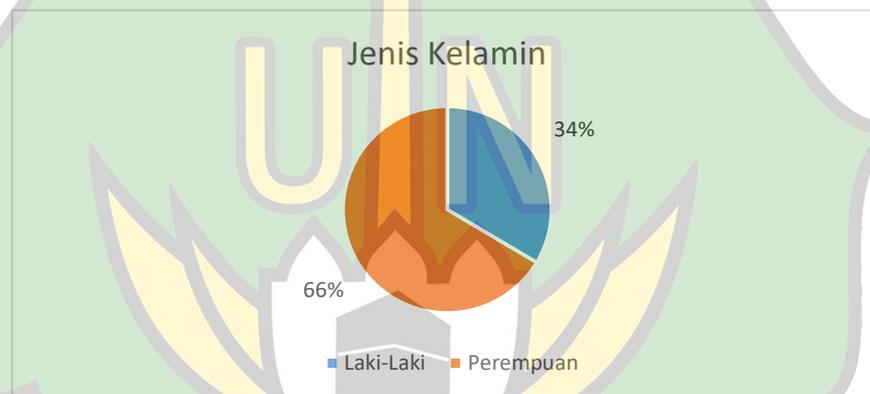
*Gambar 4. 1 Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Angkatan*



## 2. Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, menunjukkan bahwa sampel berjenis kelamin laki-laki berjumlah 52 orang (34%) dan berjenis kelamin perempuan berjumlah 103 orang (66%), Sebagaimana pada gambar 4.2 berikut ini :

*Gambar 4. 2 Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Jenis Kelamin*



## B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

### 1. Administrasi Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mempersiapkan surat permohonan izin penelitian yaitu ke bagian akademik Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry, selanjutnya peneliti memberikan surat permohonan izin tersebut kepada bagian Administrasi di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry untuk dilanjutkan kepada Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh pada Senin, 16 Juni 2022. Selanjutnya, pihak Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry memberikan izin kepada peneliti untuk

pengumpulan data dengan memberikan surat izin dengan nomor B-729/Un.08/FPsi/Ks.02/07/2022.

## 2. Persiapan Penelitian

### a. Hasil Validasi alat ukur

Validasi penelitian ini menggunakan komputasi *conten validity ratio* skala *quarter life crisis* dan skala dukungan sosial yang diestimasi dan dikuantifikasi lewat pengujian terhadap isi skala melalui *expert judgment* dari tiga orang *expert* untuk memeriksa apakah masing-masing aitem mencerminkan ciri perilaku yang ingin diukur. Oleh karena itu, untuk mencapai validitas tersebut, maka skala yang telah disusun dinilai oleh tiga orang *expert judgment*. Hasil CVR dapat dilihat pada table 4.1 dan table 4.2 :

**Tabel 4. 1**  
**Koefisien CVR Skala Quarter life crisis**

No	Koefisien CVR	No.	Koefisien CVR	No.	Koefisien CVR	No.	Koefisien CVR
1	1	12	1	23	1	34	1
2	1	13	1	24	1	35	1
3	1	14	1	25	1	36	1
4	1	15	1	26	1	37	1
5	1	16	1	27	1	38	1
6	1	17	1	28	1	39	1
7	1	18	1	29	1	40	1
8	1	19	1	30	1	41	1
9	1	20	1	31	1	42	1
10	1	21	1	32	1		
11	1	22	1	33	1		

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian *SME* pada skala *quarter life crisis* didapatkan data bahwa semua koefisien *CVR* menunjukkan nilai di atas (0), sehingga semua aitem adalah esensial dan dinyatakan valid.

**Tabel 4. 2**  
**Koefisien *CVR* Skala Dukungan Sosial**

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

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian *SME* pada skala dukungan sosial, didapatkan data bahwa semua koefisien *CVR* menunjukkan nilai di atas (0), sehingga semua aitem adalah esensial dan dinyatakan valid.

#### b. Hasil analisis daya beda Aitem

Hasil analisis daya beda aitem pada penelitian ini, peneliti menggunakan *tryout* terpakai, di mana, *tryout* terpakai adalah suatu teknik untuk menguji validitas dan reliabilitas dengan cara satu kali pengambilan data dan hasil uji coba langsung digunakan untuk menguji hipotesis. Pengambilan data dilakukan di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry pada Senin 16 Juni 2022 sampai Senin 23 Juni 2022, pada

155 mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang sedang mengerjakan tugas akhir. Subjek diminta untuk mengisi kuesioner menggunakan *googleform* yang berisikan dua skala yaitu skala *quarter life crisis* dan skala dukungan sosial. Berdasarkan proses uji coba pada kedua skala tersebut diperoleh hasil dan selanjutnya dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan IBM SPSS *Statistics 21*. Hasil analisis daya beda aitem masing-masing skala dukungan sosial dan *quarter life crisis* dapat dilihat pada tabel 4.3 dan 4.4 di bawah ini:

**Tabel 4.3**  
**Koefisien Daya Beda Aitem Skala *Quarter life crisis***

No	Rix	No.	Rix	No.	Rix	No.	Rix
1	0.636	12	0.598	23	0.706	34	0.554
2	0.458	13	0.571	24	0.682	35	0.448
3	0.592	14	0.418	25	0.685	36	0.570
4	0.529	15	0.460	26	0.603	37	0.367
5	0.392	16	0.598	27	0.692	38	0.512
6	0.430	17	0.591	28	0.630	39	0.467
7	0.625	18	0.633	29	0.582	40	0.555
8	0.557	19	0.459	30	0.700	41	0.601
9	0.665	20	0.543	31	0.633	42	0.523
10	0.602	21	0.634	32	0.646		
11	<b>0.294</b>	22	0.589	33	0.428		

Berdasarkan tabel 4.3 di atas maka dari 42 aitem diperoleh nilai koefisien korelasi atau daya beda aitem di bawah 0,30 sebanyak 1 aitem yaitu aitem nomor 11. Aitem tersebut tidak terpilih atau gugur dan 41 aitem lain dilanjutkan uji reliabilitas tahap ke dua.

Berikut akan dipaparkan tabel koefisien daya beda aitem pada skala dukungan sosial :

**Tabel 4.4**  
**Koefisien Daya Beda Aitem Skala Dukungan Sosial**

No	Rix	No.	Rix	No.	Rix.	No.	Rix
1	0.683	11	0.568	21	0.656	31	0.679
2	0.636	12	0.528	22	0.659	32	0.611
3	0.696	13	0.504	23	0.673		
4	0.564	14	0.672	24	0.591		
5	0.669	15	0.661	25	0.695		
6	0.687	16	0.647	26	0.618		
7	0.622	17	0.566	27	0.734		
8	0.761	18	0.719	28	0.681		
9	0.724	19	0.545	29	0.667		
10	0.685	20	0.527	30	0.676		

Berdasarkan tabel 4.4 di atas maka dari 32 aitem memiliki daya beda di atas 0,30 aitem yang artinya semua aitem siap dilanjutkan untuk penelitian.

#### c. Hasil analisis reliabilitas alat ukur

Hasil analisis reliabilitas uji coba tahap pertama pada skala *quarter life crisis*  $\alpha = 0,953$  selanjutnya hasil analisis reliabilitas pada skala *quarter life crisis* tahap kedua diperoleh  $\alpha = 0,953$ . Sedangkan analisis reliabilitas pada skala dukungan sosial diperoleh  $\alpha = 0,960$  Berdasarkan hasil validitas dan reliabilitas di atas, peneliti memaparkan blue print terakhir dari kedua skala tersebut sebagaimana yang dipaparkan pada tabel 4.5 dan 4.6.

**Tabel 4. 5**  
**Blueprint Akhir Skala Quarter life crisis**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorable	Unfavorable	
1.	Kebimbangan dalam pengambilan keputusan	1. Merasa ragu dalam memutuskan pilihan yang berpengaruh bagi masa depan.	1, 23	6	3
		2. Mempertanyakan ulang tentang keputusan yang telah diambil	26, 36	20	3
2.	Putus asa	1. Merasa apa yang dilakukan sia-sia	7, 12	14	3
		2. merasa gagal menjalani hidup.	33, 40	5	3
3.	Penilaian diri yang negatif	1. Menilai dirinya lebih buruk di banding orang lain	9, 17	19	3
		2. Menganalisis diri secara berlebihan	16, 31	38	3
4.	Terjebak dalam situasi yang sulit	1. Merasa tidak termotivasi	11, 3	37	3
		2. Merasa berada pada situasi jenuh dan sulit	30, 39	18	3
5.	Perasaan cemas	1. Takut gagal	2, 28	35	3
		2. Khawatir secara berlebihan	8, 4		2
6.	Tertekan	1. Merasa tertekan terhadap tuntutan yang ada	10, 15	13	3
		2. Merasa selalu dikelilingi masalah	24, 27	32	3
7.	Khawatir terhadap interpersonal	1. Memikirkan hubungan dengan keluarga,	22, 25	34	3
		2. Memikirkan hubungan dengan teman	21, 29	41	3
<b>Total</b>			<b>28</b>	<b>13</b>	<b>41</b>

**Tabel 4. 6**  
**Blueprint Akhir Skala Dukungan Sosial**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorable	Unfavorable	
1.	Dukungan emosional	1. Empati	1, 9	5	8
		2. Kepedulian	30,10	23	
		3. Perhatian	27	32	
2.	Dukungan instrumental	1. Bantuan langsung berupa barang atau uang	3,15,	7, 11,	8
		2. Bantuan langsung berupa tindakan	25, 26	17, 19	
3.	Dukungan informasi	1. Nasihat	8,16,	4	8
		2. Saran	18, 31	20	
		3. Petunjuk	12	24	
4.	Dukungan penghargaan	1. Penghargaan positif	6, 14	2, 13,	8
		2. Persetujuan gagasan	21, 28	22, 29	
<b>Total</b>			<b>18</b>	<b>14</b>	<b>32</b>

### 3. Analisis Data Penelitian

Proses pengumpulan data penelitian berlangsung 8 hari yaitu mulai dari tanggal 16 Juni 2022 sampai 23 Juni 2022. Adapun penyebaran skala dilakukan dengan mengirimkan link *g-form* secara *online* <https://forms.gle/rZJ1Hwn5emfYDWZc9>. Selain itu peneliti mengirimkan *link* secara personal melalu *Whatsaap* pada salah satu mahasiswa dari ketiga angkatan tersebut, sehingga *link* tersebut diteruskan melalui grub *Whatsaap* sesuai data yang diperlukan oleh peneliti. Adapun syarat untuk mengisi skala *online* tersebut, responden harus

sesuai dengan karakteristik atau kriteria penelitian yang ditentukan oleh peneliti. Jika karakteristik atau kriteria tersebut sesuai dengan keadaan responden maka subjek dapat mengisi skala *online* tersebut. Setelah semua skala terkumpul kembali sejumlah yang dibutuhkan, proses pengumpulan data dihentikan dan penelitian dilanjutkan ke tahap tahapan pengolahan data.

### **C. Analisis Data Penelitian**

#### **1. Analisis Deskriptif**

Pembagian kategorisasi sampel yang digunakan peneliti adalah kategorisasi berdasarkan model distribusi normal dengan kategorisasi jenjang (ordinal). Menurut Azwar kategorisasi yang menempatkan individu ke dalam kelompokkelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Pengkategorisasian ini akan diperoleh dengan membuat kategorisasi skor subjek berdasarkan besarnya satuan deviasi standar populasi . Karena kategorisasi ini bersifat relatif, maka luasnya interval yang mencakup setiap kategori yang diinginkan dapat ditetapkan secara subjektif selama penetapan itu berada dalam pengkategorisasian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi (Azwar, 2012).

##### **a. Skala *Quarter life crisis***

Peneliti menguraikan analisis secara deskriptif terhadap skala *quarter life crisis* berupa analisis data hipotetik untuk melihat kemungkinan yang terjadi di

lapangan dan analisis data empirik untuk melihat keadaan yang sebenarnya terjadi di lapangan. Deskripsi data hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 4.7.

**Tabel 4.7**  
**Deskripsi Data Penelitian Quarter life crisis Pada Mahasiswa**

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	Mean	SD	Xmaks	Xmin	Mean	SD
Quarter life crisis	164	41	102,5	20,5	164	54	98,2	23,2

Keterangan Rumus Skor Hipotetik :

Xmin (Skor minimal) = Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.

Xmaks (Skor maksimal) = Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban.

M (Mean) = Dengan rumus  $\mu$  (skor maks+skor min) / 2

SD (Standar Deviasi) = Dengan rumus  $s = (\text{skor maks}-\text{skor min}) / 6$

Berdasarkan hasil uji statistik data penelitian pada tabel 4.9 di atas, analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah 41, maksimal 164, nilai rerata 102,5, dan standar deviasi 20,5 Sedangkan data empirik menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah sebesar 54, maksimal 164, nilai rerata 98,2 dan standar deviasi 23,2. Deskripsi data hasil penelitian tersebut, dijadikan sebagai batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi dengan menggunakan metode kategorisasi jenjang (ordinal). Berikut rumus pengkategorian pada skala *quarter life crisis*.

Rendah =  $X < M - 1SD$

Sedang =  $M - 1SD \leq X < M + 1SD$

Tinggi =  $M + 1SD \leq X$

Keterangan

X = Rentang butir pernyataan

M = Mean (rata rata)

SD = Standar Deviasi

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan, maka didapat hasil

kategorisasi skala adalah sebagaimana tabel 4.8 berikut :

**Tabel 4. 8**  
**Kategorisasi Quarter life crisis**

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	$X < 75$	31	20,0%
Sedang	$75 \leq X < 121,4$	90	58,1%
Tinggi	$121,4 \leq X$	34	21,9%
Jumlah		155	100%

Hasil kategorisasi *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir (2016, 2017, 2018) yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh secara keseluruhan di atas menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir mengalami *quarter life crisis* pada kategori rendah yaitu sebanyak 31 orang (20,0%), kategori sedang sebanyak 90 orang (58,1%), dan sisanya berada pada kategori tinggi sebanyak 34 orang (21,9%). Maka dapat disimpulkan bahwa *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry berada pada kategori sedang.

**Tabel 4. 9**  
**Deskripsi data penelitian Dukungan Sosial**

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	Mean	SD	Xmaks	Xmin	Mean	SD
Sosial	128	32	80	16	122	33	85,8	18,4

Keterangan Rumus Skor Hipotetik :

$X_{min}$  (Skor minimal) = Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.

$X_{maks}$  (Skor maksimal) = Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban.

M (Mean) = Dengan rumus  $\mu = (\text{skor maks} + \text{skor min}) / 2$

SD (Standar Deviasi) = Dengan rumus  $s = (\text{skor maks} - \text{skor min}) / 6$

Berdasarkan hasil uji statistik data penelitian pada tabel 4.9 di atas, analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah 32, maksimal 128, nilai rerata 80, dan standar deviasi 16. Sedangkan data empirik menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah sebesar 33, maksimal 122, nilai rerata 85,8 dan standar deviasi 18,4. Deskripsi data hasil penelitian tersebut, dijadikan sebagai batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi dengan menggunakan metode kategorisasi jenjang (ordinal). Berikut rumus pengkategorian pada skala *quarter life crisis*.

**Tabel 4. 10**  
**Kategorisasi Dukungan sosial**

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	$X < 67,4$	32	20,6%
Sedang	$67,4 \leq X < 104,2$	95	61,3%
Tinggi	$104,2 \leq X$	28	18,1%
Jumlah		155	100%

Hasil kategorisasi dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir (2016, 2017, 2018) yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh secara keseluruhan di atas menunjukkan bahwa dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir yang berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 32 orang

(20,6%), berada pada kategori sedang sebanyak 95 orang (61,3%), dan sisanya berada pada kategori tinggi sebanyak 28 orang (18,1%). Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry berada pada kategori sedang.

## 2. Analisis uji prasyarat

### a. Normalitas Sebaran

Uji normalitas sebaran adalah pengujian tentang kenormalan distribusi data (Noor, 2011). Uji ini menggunakan teknik *kolmogorov – smirnov* dengan kaidah yang digunakan bahwa apabila signifikansi ( $> 0,05$ ) maka dikatakan distribusi normal, begitu pula sebaliknya jika signifikansi di bawah ( $< 0,05$ ) maka dikatakan distribusi tidak normal (Azwar,2012).

**Tabel 4. 11**  
**Hasil Uji Normalitas Sebaran**

Variabel Penelitian	Koefisien K-SZ	p
<i>Quarter life crisis</i>	1.324	0.060
Dukungan sosial	1.209	0.108

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4.11 di atas diperoleh nilai signifikansi untuk variabel *quarter life crisis* yaitu sebesar 0.060 artinya data *quarter life crisis* berdistribusi normal. Selanjutnya, nilai signifikansi untuk variabel dukungan sosial yaitu sebesar 0.108 artinya data variabel dukungan sosial berdistribusi secara normal. Kesimpulannya, skala *quarter life crisis* dan dukungan sosial berlaku untuk seluruh populasi.

a. Uji Linearitas Hubungan

Uji linieritas hubungan digunakan untuk mengetahui apakah variabel x dan y yaitu dukungan sosial dengan *quarter life crisis* memiliki hubungan yang linear atau tidak. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linearitas kedua hubungan yaitu variabel bebas dan variabel terikat adalah jika  $p > 0,05$  maka hubungannya linier dan sebaliknya jika  $p > 0,05$  maka hubungannya tidak linier.

**Tabel 4. 12**  
**Hasil Uji Linearitas Hubungan**

Variabel Penelitian	F Deviation from Linearity	p
Dukungan sosial dengan <i>Quarter life crisis</i>	1,282	0,139

Berdasarkan tabel 4.12 di atas, hasil uji linieritas hubungan yang dilakukan dengan menggunakan *SPSS 21.00*, diperoleh *F deviation from linearity* = 1,282 dan  $p = 0,139$  ( $p > 0,05$ ). Hal ini berarti kedua skala memiliki sifat linear dan tidak menyimpang dari garis lurus, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis*. Artinya data tersebut dapat digunakan untuk uji hipotesis.

### 3. Analisis Uji Hipotesis

Setelah terpenuhi uji prasyarat, maka langkah selanjutnya adalah uji hipotesis yang dilakukan dengan analisis korelasi *product moment* dari Pearson. Hal ini dikarenakan kedua variabel penelitian bersifat linier. Metode ini digunakan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada

mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry. Dan hasil analisis hipotesis dapat dilihat pada tabel 4.13.

**Tabel 4. 13**  
**Uji Hipotesis Data Penelitian**

Variabel	Paerson Correlation Product Moment	P
Dukungan sosial dengan <i>Quarter life crisis</i>	-0,257	0,001

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa koefisien korelasi ( $r$ ) = -0,257 dengan signifikansi 0,001 hal tersebut menandakan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis*. Dengan demikian, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah *quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi *quarter life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya hipotesis penelitian diterima.

Hasil analisis pada penelitian ini juga menunjukkan sumbangan relatif dari ke dua variabel yang dapat dilihat dari hasil kuadrat dari linearitas. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa nilai  $r$  Square ( $r^2$ ) = 0,066 yang artinya terdapat pengaruh negatif dukungan sosial terhadap *quarter life crisis*. Dengan melihat pada nilai tersebut maka dapat dikatakan bahwa variabel *quarter life crisis* pada

mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry dipengaruhi sebesar 66% oleh variabel dukungan sosial.

#### **D. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2016, 2017 dan 2018) di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry. Analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* (hipotesis diterima) dengan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar  $r = -0,257$  dengan taraf signifikansi 0,001 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah *quarter life crisis* yang dialami seseorang sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry.

Berdasarkan analisis deskriptif secara empirik, hasil penelitian ini menyatakan bahwa tingkat dukungan sosial berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 95 mahasiswa (61,3%), sedangkan sisanya berada pada kategori rendah 32 mahasiswa (20,6%), dan pada kategori tinggi sebanyak 28 mahasiswa (18,1%). Kemudian variabel *quarter life crisis* juga berada pada kategori sedang yaitu 90 mahasiswa (58,1%), sedangkan sisanya berada pada kategori rendah 31 mahasiswa (20,0%), dan pada kategori tinggi sebanyak 34 mahasiswa (21,9%).

Selain itu yang mendominasi pada penelitian ini adalah perempuan yaitu 103 mahasiswa (66%) sedangkan laki-laki yaitu 52 mahasiswa (37%). Ditinjau dari angkatan mahasiswa diketahui bahwa kategori terbanyak berasal dari angkatan 2017 yaitu sebanyak 81 mahasiswa (47,7%), selanjutnya angkatan 2018 sebanyak 47 mahasiswa (30,3%) dan sampel yang paling sedikit yaitu angkatan 2016 sebanyak 34 mahasiswa (21,9%).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wijaya dan Saprowi (2022) yang meneliti tentang Analisis Dimensi: Dukungan Sosial dan Krisis Usia Seperempat Abad pada *Emerging Adulthood*. Penelitian ini menggunakan Skala *Quarter-life Crisis*, dan *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) sebagai alat ukur. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berkorelasi terhadap krisis usia seperempat abad dengan aspek tertinggi adalah dukungan keluarga sebesar 11%. Lebih detailnya lagi, penelitian ini mengungkapkan bahwa aspek dukungan dari keluarga lebih tinggi dibandingkan dengan aspek dukungan sosial dari teman maupun *significant other*.

Kemudian penelitian lainnya yang dilakukan oleh Rossi & Mebert (2011) yang meneliti tentang *Does Quarter life crisis Exist?* mengungkapkan bahwa semakin maksimal dukungan sosial yang diberikan kepada individu yang sedang dalam fase *quarter life crisis* membuat individu semakin kecil kemungkinan untuk mengalami depresi ketika *Emerging Adulthood* atau dewasa awal.

Maka dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan negative yang signifikan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Habibi, Syakafarofath dan Anwar (2021) kepada 219 orang dengan usia 18-25 tahun menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dengan variabel krisis usia seperempat abad juga berhubungan secara linier ( $F=20,615$ ; *deviation from linearity* $>0,05$ ). Hubungan dukungan sosial terhadap krisis usia seperempat abad memiliki koefisien  $-0,2718$  dengan signifikansi  $< 0,05$ . Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki, maka semakin rendah krisis usia seperempat abad yang dialami (Habibi, Syakarofath, & Anwar, 2019).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yaitu tidak mampu melihat dinamika psikologis di lapangan selama proses penelitian berlangsung. Penyebaran skala juga dilakukan secara *online* melalui *google form* dengan cara membagikan *link* kuesioner ke grup-grup juga membatasi peluang peneliti untuk mengobservasi responden secara langsung.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini, maka diperoleh nilai korelasi ( $r$ ) = -0,257 dengan  $p = 0,001$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang dalam proses pengerjaan skripsi di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah tingkat *quarter life crisis* yang dialami individu, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat *quarter life crisis* yang dialami. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

#### B. Saran

Beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan untuk kepentingan praktis dan teoritis bagi yang akan meneliti dengan variabel yang serupa adalah :

1. Bagi subjek penelitian

Saran bagi mahasiswa semester akhir yang sedang berada dalam fase *quarter life crisis* agar selalu berada di lingkungan yang *positive* sehingga dapat mendukung dalam penyelesaian tugas akhir dan menjadi *support system* dalam proses penyelesaian tugas akhir. Mahasiswa dapat memperoleh dukungan tersebut baik itu

dari keluarga, teman, dosen pembimbing dan orang-orang terdekat lainnya agar memiliki semangat dalam menyelesaikan tugas akhirnya sehingga dapat menurunkan tingkat *quarter life crisis* pada mahasiswa.

## 2. Bagi Keluarga dan Lingkungan Sosial

Diharapkan keluarga dan lingkungan sosial mampu menjadi *support system* kepada mahasiswa tingkat akhir yang sedang dalam pengerjaan tugas akhir / skripsi misalnya dengan menanyakan kabar, memberikan semangat dan lain sebagainya. Dengan adanya *support system* akan memberikan motivasi kepada mahasiswa untuk lebih giat dalam pengerjaan skripsinya dan juga mengurangi tingkat *quarter life crisis* pada mahasiswa tersebut.

## 3. Bagi peneliti selanjutnya

Selanjutnya, Peneliti mengharapkan agar peneliti selanjutnya dapat menambahkan factor lainnya dalam mengkaji *quarter life crisis*, misalnya menghubungkan dengan faktor-faktor lain seperti kehidupan pekerjaan dan karir, tantangan di bidang akademik dan lain sebagainya. Diharapkan juga dapat menambah dan memperkaya penyajian data yang lebih beragam sehingga dapat memperluas pengetahuan dunia penelitian.

#### 4. Bagi Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry

Bagi Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry diharapkan dapat menyediakan aturan dan standar operasional prosedur (SOP) yang baku terkait dengan skripsi yang menjadi tugas akhir mahasiswa, sehingga dapat menjadi pedoman bagi mahasiswa, penasehat akademik dosen pembimbing dan dosen penguji.



## DAFTAR PUSTAKA

- Afnan, Fauzia, R., & Tanau, M. U. (2020). hubungan efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam fase Quarter life crisis. *Jurnal Kognisia Vol. 3 No.1*, 23-27.
- Aisyah, N. (2013). Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru. *Psikologi Indonesia Vol.2 No. 2*, 108-121.
- Alemi, F., Stephens, R., Llorens, S., Schaeferd, D., Nemes, S., & Arendt, R. (2003). The Orientation of Social Support measure. *Addictive Behaviors 28*, 1285-1298.
- Allison, B. (2010). "Halfway Between Somewhere and Nothing" : An Exploration of The Quarter-Life Crisis and Life Satisfaction Among Graduate Students. Thesis. USA: Univesity of Arkansas.
- Aristawati, A. R., Meiyuntariningsih, T., Cahya, F. D., & Putri, A. (2021). Emotional Intelegence Dan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengalami Quarter Life Crisis. *Jurnal Psikologi Konseling Vol 19 No 2*, 1035-1046.
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). hubungan Loneliness dan Quarter life crisis pada dewasa awal. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1-11.
- Atwood, J. D., & Scholtz, C. (2008). The Quarter Life Time Period; An Age of Indulgence, Crisis or Both ? 233-250.
- Azwar. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar. (2012). *Realibitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Donenberg, G. R., & Maryland. (2005). Youths and HIV/AIDS: Psychiatry's Role in a. *J. Am. Acad. Child. Adol. Psychiatry*, 44, 728-747., 728-747.
- Fatihudin, D. (2015). *Metode Penelitian*. Sidoarjo: Zifatama Publisher.
- Govaerts, S., & Grégoire, J. (2004). Stressful academic situations: study on appraisal variables in adolescence. *Revue europeenne de psychologie appliquee*, 54 (2004) 261-271, 261-271.
- Habibi, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa. *Gadajah Mada Jurnal Of Psychology Vol 5 No 2*, 129-138.

- Hadi, S. (2000). *Metodologi Research*. . Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 5, No. 02, 137-144.
- Juliansyah, N. (2012). *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis dan Disertasi Karya Ilmiah. Cetakan Kedua*. Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 21-31.
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 103-104.
- Murtiningrum, A. (2005). *Tesis Analisis Pengaruh Konflik Pekerjaan-Keluarga Terhadap Stress Kerja Dengan Dukungan Sosial Sebagai Variabel Moderasi*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Noor, J. (2011). *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*. . Jakarta: Kencana. Purwono dan Sri Suharmini.
- Praharso, N. F., Tear, M. J., & Cruwys, T. (2017). Stressful life transitions and wellbeing: a comparison of the stress buffering hypothesis and the social identity model of identity change. *Psychiatry Research*, 265-275.
- Priyatno. (2011). *Buku Saku Analisis Statistik Data SPSS*. Yogyakarta: Mediakom.
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarter life crisis ; The unique challenges of life in your twenties*. Penguin Putnam.
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *The Unique Challenges of Life in Your Twenties*. New York: Penguin Putnam.
- Robinson, O. (2017). *How to turn your Quarter life crisis in to quarter life catalyst*. Greenwich: First Direct Bank.
- Robinson, O. C. (2018). A Longitudinal Mixed-Methods Case Study of Quarter-Life Crisis During the Postuniversity Transition: Locked-Out and Locked-In Forms in Combination. *Sagepub*, 1-13.
- Robinson, W. (2015). *Quarter life crisis; An overview of research and theory conference on emerging adulthood*. United Kingdom: he Universitu of Greenwich.
- Rossi, N. E., & Mebert, C. J. (2011). Does a Quarterlife Crisis Exist? *Genetic Psychology*, 141-161.

- Salsabhilla, A., & Panjaitan, R. U. (2019). Dukungan Sosial Dan Hubungannya Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 107-114.
- Sarafino, & Smith. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction*. USA: John Wiley & Sons.
- Sarafino, E. P. (1994). *Health psychology: Biopsychological Interactions*. New York: John Willy & Sons.
- Sarwono, J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Penerbit Graha Ilmu.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taylor. (2012). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Prenada Media Grup.
- Tentama, F. (2014). Dukungan Sosial Dan Post Traumatic Stress Disorder Pada Remaja Penyintas Gunung Berapi. *Jurnal Psikologi Undip Vol 13 No 2*, 133-138.
- Tionardi, E. F. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Baru yang Berasal dari Luar Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol.7 No.2* , 3725-3738.
- Wahyuningsih, S. (2016). Hubungan Komunikasi Interpersonal dan Strategi Coping dengan Stres Pada Mahasiswa. *Psikoborneo, Vol 4, No 3*, 376-382.
- Wijaya, D. A., & Utami, M. S. (2021). Peran Kepribadian Kesungguhan terhadap Krisis Usia Seperempat Abad pada Emerging Adulthood dengan Dukungan Sosial sebagai Mediator. *Gadjah Mada Journal of Psychology, Volume 7, Number*, 143-161.
- Wijaya, D., & Saprowi, F. (2022). Analisis Dimensi: Dukungan Sosial dan Krisis Usia Seperempat Abad pada Emerging Adulthood. *Psycho Idea Vol 20 No1*, 41-49.

# LAMPIRAN



### Quarter Life Crisis

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	TOTAL			
1	3	1	3	1	2	1	3	1	2	3	1	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	3	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	76	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	168
3	3	4	3	2	3	3	1	4	2	2	1	4	2	3	3	2	3	1	3	3	4	1	1	2	2	4	3	3	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	103
2	3	1	3	2	2	1	3	1	2	4	1	1	1	1	1	3	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	3	2	2	3	1	1	1	1	1	2	73		
2	2	2	4	3	3	2	4	1	4	4	2	1	1	4	4	4	1	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	2	4	2	1	2	1	1	4	1	3	4	2	1	1	2	114		
2	2	2	2	2	1	2	3	2	4	2	4	4	3	4	3	3	1	2	3	2	2	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	1	3	2	2	107	
2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	4	1	1	1	1	1	2	83		
2	3	3	4	1	3	2	3	2	4	4	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	2	1	3	1	1	3	3	1	3	2	1	2	98		
1	4	2	4	1	1	2	3	2	2	4	1	2	2	1	2	3	2	1	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	3	1	1	3	1	1	2	2	1	85			
2	3	1	3	2	2	2	3	1	2	4	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	1	2	75
1	4	2	3	1	2	1	3	1	3	4	2	2	1	1	2	3	1	1	1	2	2	2	3	1	4	2	1	3	2	3	2	1	3	2	1	4	1	1	2	1	1	83			
2	3	2	3	1	1	3	3	3	2	3	3	3	1	1	2	3	4	1	1	2	2	1	3	2	3	2	3	4	2	3	2	1	3	1	1	4	2	1	3	2	1	93			
1	4	2	3	1	2	1	4	1	4	3	3	3	2	2	3	3	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	3	2	1	95			
4	4	4	4	1	4	3	3	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	131		
4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	131	
2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	1	108			
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	114	
2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	97	
2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	109	
1	2	1	3	1	1	1	2	1	3	2	2	1	4	1	1	4	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	70		
2	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3	3	2	2	4	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	99	
2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	118	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	160	
3	3	3	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	143	
4	4	2	4	1	1	1	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	151
3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	1	4	4	1	1	4	4	1	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	3	2	3	3	135	
3	3	2	3	2	3	3	3	4	4	3	3	2	1	4	4	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	137	
2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	1	2	4	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	2	3	3	2	122			
4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	134		
4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	3	3	2	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	4	2	2	3	4	3	4	4	3	135			
3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	2	131				
2	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	104		
2	3	2	3	2	2	1	3	1	3	4	3	2	3	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	92	
3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	137	
2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	83	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	75		
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	128	
2	4	1	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	81		
2	4	4	3	1	1	3	4	4	3	2	3	3	1	1	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	1	1	4	1	1	2	2	2	4	2	2	104		
2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	2	105	
1	4	1	4	2	2	2	1	2	4	1	1	2	1	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	83		
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	134	
3	2	2	2	3	2	4	2	1	2	1	2	2	4	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	72		
2	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	4	1	1	1	2	2	2	1				

2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	67			
4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	142			
2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	74			
4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	136				
2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	72			
2	1	2	3	2	2	1	3	1	2	4	3	1	1	1	3	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	1	3	2	1	2	2	1	78			
1	2	2	3	2	2	1	1	2	4	4	3	1	2	1	3	2	3	1	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	4	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	76		
3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	134			
2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	74	
4	4	2	2	3	1	2	1	4	3	2	2	2	4	4	4	2	1	1	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	4	1	2	2	4	3	1	1	3	3	1	1	100			
2	4	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	3	1	4	3	2	2	1	3	3	4	104					
3	2	2	2	4	4	2	4	3	2	4	2	4	4	3	2	1	2	1	4	2	3	4	4	3	3	2	4	2	1	3	3	1	2	4	2	4	4	2	1	3	113			
2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	68			
2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	99		
3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	115			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	76		
2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	55		
3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	143		
2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	4	4	3	3	2	2	1	1	3	3	3	2	2	1	2	2	4	2	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	101			
2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	1	4	2	3	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	72		
1	1	1	1	2	4	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71		
4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	146		
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	130		
2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	72		
2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	98	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	131		
2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	4	1	1	1	2	1	1	2	1	1	68		
2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	3	1	2	2	1	1	74		
2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	4	3	1	4	3	1	2	2	4	72	
4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	146		
2	2	1	1	3	2	3	4	1	3	1	4	4	1	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	4	2	101			
2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	99		
3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	4	1	2	3	4	2	3	4	2	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	2	2	1	102
4	2	2	2	1	1	3	3	3	2	1	3	2	3	3	4	3	2	1	1	2	4	2	4	2	1	2	2	4	3	2	4	2	4	4	2	4	1	2	2	4	2	105		
2	2	4	2	1	4	2	4	2	4	1	2	4	3	2	2	4	2	4	4	2	2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	1	4	111
3	1	1	2	3	3	3	1	1	2	3	3	2	3	1	3	2	1	4	3	3	3	1	1	3	2	2	1	1	2	2	3	3	3	4	1	4	2	2	3	3	2	96		
3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	137	
2	3	2	1	4	3	4	2	2	1	4	4	3	3	1	4	2	1	1	3	3	3	2	1	2	3	2	2	4	1	2	3	1	3	3	3	4	2	2	2	2	101			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	67	
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	135	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	88	
3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	132	
3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	130	
2	3	2	3	3	2	2	1	4	1	3	3	3	3	2	2	2	4	4	2	3	4	2	2	1	2	2	2	2	4	2	1	1	4	2	3	2	2	4	101					
4	2	1	3	4	3	3	1	3	2	4	2	2	4	3	3	2	4	2	3	2	1	4	3	3	2	3	2	1	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	108		
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	125		
2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3								



### Tryout Quarter Life Crisis

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	TOTAL			
1	3	1	3	1	2	1	3	1	2	1	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	73		
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	164		
3	3	4	3	2	3	3	1	4	2	1	4	2	3	3	2	3	1	3	3	4	1	1	2	2	4	3	3	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	101		
2	3	1	3	2	2	1	3	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	3	2	2	3	1	1	1	1	2	69		
2	2	2	4	3	3	2	4	1	4	4	2	1	1	4	4	4	1	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	2	4	2	1	2	1	1	4	1	3	4	2	1	110			
2	2	2	2	2	1	2	3	2	4	4	4	3	4	3	3	1	2	3	2	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	3	2	2	105			
2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	4	1	1	1	1	2	80			
2	3	3	4	1	3	2	3	2	4	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2	1	3	3	2	3	2	1	3	1	1	3	3	1	3	2	1	2	94			
1	4	2	4	1	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	2	1	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	3	1	1	3	1	1	2	2	1	81			
2	3	1	3	2	2	3	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	1	2	71		
1	4	2	3	1	2	1	3	1	3	2	2	1	1	2	3	1	1	1	2	2	2	3	1	4	2	1	3	2	3	2	1	3	2	1	4	1	1	2	1	1	79			
2	3	2	3	1	1	3	3	3	2	3	3	1	1	2	3	4	1	1	2	2	1	3	2	3	2	3	4	2	3	2	1	3	1	1	4	2	1	3	2	1	90			
1	4	2	3	1	2	1	4	1	4	3	3	2	2	3	3	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	3	2	1	92			
4	4	4	4	1	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	129			
4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	127		
2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	1	106			
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	111		
2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	106		
2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	68		
1	2	1	3	1	1	1	2	1	3	2	1	4	1	1	4	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	3	1	2	2	3	1	2	1	1	96	
2	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	2	4	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	96		
3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	115		
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	159		
3	3	3	4	3	3	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	139	
4	4	2	4	1	1	1	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	147	
3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	3	2	3	3	134	
3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	1	4	4	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	133	
2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	1	2	4	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	2	3	3	2	120		
4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	131	
4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	2	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	4	2	2	3	4	3	4	4	3	132		
3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	2	127		
2	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	101	
2	3	2	3	2	2	1	3	1	3	3	2	3	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	88	
3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	134	
2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	81		
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	73	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	125	
2	4	1	3	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	79	
2	4	4	3	1	1	3	4	4	3	3	3	1	1	3	3	3	1	1	2	3	3	1	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	1	1	4	1	1	2	2	2	2	102		
2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	1	2	3	2	102
1	4	1	4	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	79	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	131	
3	2	2	2	3	2	4	2	1	2	2	2	4	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	71	
2	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	64	
2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	66	
3	3	3	3	3																																								



2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	64			
3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	133				
2	2	2	2	1	1	2	2	2	4	2	3	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	75			
2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	97				
3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	1	4	1	3	2	4	2	1	3	1	3	4	3	2	2	2	2	3	4	2	4	4	4	1	3	1	1	3	3	112			
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	123				
3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	126				
2	4	2	4	2	1	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	85			
2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	4	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	69		
1	2	1	3	2	2	1	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	88		
1	1	1	3	2	4	3	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	2	3	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	4	1	2	4	3	3	3	2	1	2	86			
1	2	2	2	3	3	2	2	1	3	1	2	3	3	2	3	1	2	4	4	1	1	1	3	2	3	1	2	1	2	2	1	2	3	2	1	3	3	2	1	4	87		
1	1	1	1	4	4	1	4	2	2	4	1	3	4	1	2	2	3	3	1	2	1	1	2	1	2	1	2	3	2	2	3	2	4	4	4	3	1	3	2	3	93		
4	3	2	1	4	2	2	2	1	2	2	1	3	1	3	1	1	4	1	3	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	3	1	3	2	3	3	4	1	2	4	87		
2	3	2	1	4	3	4	2	3	2	3	2	3	4	2	3	2	2	4	3	2	3	2	1	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	2	2	4	1	3	3	104			
1	2	2	4	4	1	1	1	1	4	2	4	1	2	1	1	2	3	2	1	2	1	3	1	2	1	3	4	3	1	4	1	4	2	3	4	3	1	1	4	89			
1	1	4	2	2	3	2	1	3	1	2	3	4	3	3	3	2	4	3	1	3	2	2	2	1	1	1	1	2	3	3	2	4	3	2	4	3	3	1	3	96			
2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	3	4	4	1	1	3	3	3	1	1	3	1	2	3	1	2	1	1	2	4	2	2	2	1	3	4	1	2	4	81		
1	1	1	2	3	4	2	2	2	1	2	2	4	4	1	3	1	2	1	4	2	2	1	2	2	3	1	3	2	1	1	3	3	2	2	3	3	3	2	4	91			
2	1	1	2	4	4	2	2	1	3	1	4	3	1	2	2	2	3	4	4	2	3	2	3	1	3	2	1	4	2	1	4	1	4	1	1	1	3	2	1	3	93		
2	3	1	2	4	4	4	2	1	2	1	4	1	2	2	3	2	4	2	2	1	1	3	2	3	2	1	2	2	2	4	1	3	1	3	2	1	2	1	2	2	89		
2	3	2	3	3	4	1	1	1	1	2	3	4	1	1	2	4	2	3	1	3	3	2	2	2	1	1	2	2	1	4	1	3	4	1	3	3	2	2	3	90			
1	4	3	2	1	1	1	3	1	3	3	2	2	1	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	4	2	2	4	2	3	1	1	3	2	1	4	1	1	3	4	1	85		
2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	1	1	1	3	3	4	2	2	1	2	2	3	4	4	1	2	2	3	3	3	4	2	4	4	2	2	98			
2	3	4	2	4	1	3	1	4	4	3	1	2	1	4	4	1	4	4	1	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	4	1	4	4	3	2	3	113				
3	1	3	1	3	1	3	1	3	2	2	3	2	3	2	1	2	3	2	3	3	4	4	2	2	3	3	3	2	3	3	1	2	1	4	2	1	4	2	1	97			
2	2	3	1	2	4	4	2	1	2	4	2	4	4	3	2	1	3	2	1	2	1	2	1	2	2	4	2	1	2	3	1	4	1	2	2	4	1	1	3	1	4	93	
1	1	3	2	2	4	2	3	1	3	2	1	4	4	3	3	3	4	3	3	1	2	2	1	2	2	3	3	2	4	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	102			
3	2	4	1	3	3	3	4	1	3	2	3	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	2	3	4	1	2	2	2	1	3	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	98		
3	4	2	3	3	3	2	1	2	2	3	4	3	2	1	4	2	1	3	4	1	3	4	1	1	2	3	2	2	2	3	1	3	3	2	3	4	3	2	1	100			
2	1	4	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	3	2	1	3	3	3	3	2	1	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	2	2	3	3	1	3	4	3	1	2	3	86
3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	2	1	2	2	1	2	3	3	3	3	104			
4	4	4	4	4	4	1	1	2	1	1	2	3	4	2	4	4	2	2	1	2	4	3	4	2	2	2	3	2	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	1	4	111		
1	1	1	1	4	3	2	1	2	1	1	2	3	4	2	1	1	3	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	4	1	3	4	2	4	4	2	1	4	85		
2	2	1	1	3	3	1	2	1	3	1	3	3	4	1	1	2	4	3	3	2	2	2	1	3	2	2	3	2	1	1	3	2	4	4	1	1	4	1	1	4	90		
2	2	1	2	4	4	1	2	1	2	3	1	3	3	4	2	4	4	4	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	4	2	4	3	3	4	4	2	2	4	102			
1	1	2	2	3	3	1	2	2	1	2	1	2	4	3	3	2	3	3	3	2	1	3	1	2	1	4	3	1	1	3	3	1	4	3	1	4	3	1	2	4	92		
2	2	1	2	4	3	1	2	2	1	2	2	4	4	2	3	2	3	3	4	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	1	4	4	1	4	3	2	2	4	97		
1	3	2	1	3	4	3	2	1	3	2	1	1	4	2	1	3	4	3	2	4	1	2	1	4	3	3	1	2	1	4	2	1	3	4	3	4	1	1	3	4	98		
3	2	1	3	4	1	3	2	1	2	3	1	2	4	3	1	3	3	2	4	4	1	3	1	2	1	4	1	3	1	2	4	3	4	3	1	1	4	3	1	3	98		
4	1	2	1	1	4	3	1	3	2	3	4	4	3	1	1	1	2	3	2	1	4	3	2	1	1	1	4	3	2	1	4	2	4	1	1	2	4	3	1	2	93		
1	3	1	3	4	1	2	1	3	1	1	2	4	2	1	3	1	2	4	3	4	1	2	1	3	1	4	1	2	4	2	4	3	4	2	1	3	4	4	1	1	95		
1	3	1	3	4	1	2	1	3	1	1	2	4	2	1	3	1	2	4	3	4	1	2	1	3	1	4	1	2	4	2	4	3	4	2	1	3	4	4	1	1	95		
1	4	3	3	4	4	1	3	1	1	3	1	3	4	1	4	1	4	4	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	4	3	2	1	4	1	4	2	3	3	4	1	4	3	101
1	1	1	1	4	3	1	3	1	3	1	1	4	2	3	1	1	4	3	4	1	1	1	4	3	1	1	1	1	1	1	4	1	3	4	4	1	1	1	1	1	78		
1	1	1	1	2	4	1	1	1	3	1	3	4	4	1	1	2	2	4	2	2	1	1	3	1	3	3	1	1	3	1	4	3	2	2	3	4	2	1	1	2	84		
1	1	1	1	4	4	1	1	1	4	3	1	4	4	3	1	3	2	4	2	1	1	1	1	1	3	3	1	1	2	1	3	1	3	1	3	2	3	2	3	1	4	85	
2	1	2	2	3	4	1	1	1	1	3	2	4	2	3	1	1	2	4	4	3	1	2	4	4	3	1	2	1	3	2	2	2	1	1	1	4	1	1	1	1	80		
1	3	3	1	4	3	2	1	1	4	1																																	

## Dukungan Sosial

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	TOTAL
4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	108
1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	33
3	3	2	2	4	4	2	2	4	1	3	2	2	2	4	2	1	2	4	3	2	1	3	1	1	3	2	1	1	1	1	4	73
4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	2	2	4	3	4	2	2	4	100
2	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	121
4	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	94
4	2	4	3	3	4	3	4	4	4	3	1	1	3	4	4	3	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	110
4	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	101
4	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	3	4	4	3	106
3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	102
4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	2	110
4	3	3	1	3	4	3	4	4	4	4	1	3	4	4	4	2	4	1	2	4	3	3	4	4	4	1	3	3	4	4	3	102
2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	72
2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	71
3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	72
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	96
2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	71
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95
3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	87
4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	122
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95
2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	71
4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	99
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	35
2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	62
1	2	3	1	1	2	3	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	56
2	2	2	1	1	4	1	1	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	60
2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	65
2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	2	68
2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	67
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	95
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	3	4	3	4	4	118
4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	2	3	4	103
2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60
4	3	3	2	4	4	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	105
4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	2	4	3	104
4	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	106
3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	90
3	2	3	4	2	3	3	4	3	2	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	95
3	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	1	3	3	2	2	3	2	3	1	70
1	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	1	67	
1	2	3	2	2	2	3	3	3	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	1	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	1	71
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	89
3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	93
2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	74
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
3	3	4	4	4	3	3	4	3	1	1	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	103
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	65
4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	103
3	1	4	1	1	3	1	3	3	1	2	1	3	3	3	1	3	2	1	3	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	76
3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	84
4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	1	100
2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	1	1	2	3	3	1	1	1	2	2	1	2	1	1	74



4	3	2	1	2	2	1	4	2	3	1	3	2	4	2	3	3	4	1	3	4	1	3	4	2	4	3	4	2	2	2	3	84	
4	2	2	3	3	4	1	2	4	2	2	1	3	4	2	2	2	1	3	4	2	2	3	2	2	2	1	3	4	4	3	81		
2	3	3	3	4	3	2	4	2	1	2	3	4	2	3	2	2	1	4	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3	80	
2	2	4	1	3	2	3	1	3	4	2	3	1	3	4	4	2	3	3	3	1	3	3	2	1	2	2	4	3	2	3	3	82	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	61	
4	3	3	2	3	2	2	1	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	1	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	1	82	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	59	
3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	102	
2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	73	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	100	
2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	68	
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	63	
3	3	2	4	4	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	1	3	2	3	4	2	3	1	3	3	1	3	3	2	3	3	87		
4	2	2	2	3	2	3	2	2	4	2	3	3	1	1	3	3	3	1	2	4	1	3	2	4	4	4	2	2	4	3	1	82	
2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	67	
3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	92	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	102	
3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	95	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	99	
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	106
2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	54	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	104
3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	92	
4	4	3	3	3	4	1	4	4	3	2	3	1	1	4	3	2	3	2	4	3	3	1	4	2	3	4	1	3	4	4	1	91	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	66	
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	100	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	104	
4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	112	
3	3	3	2	1	2	3	1	1	1	4	1	1	1	1	3	3	2	2	4	3	4	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	63	
3	2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	2	4	1	2	4	3	4	3	4	2	4	3	1	70	
1	3	2	2	2	4	1	1	1	3	2	3	3	3	4	2	3	2	4	4	2	3	3	1	2	2	1	2	3	2	1	3	75	
1	3	2	3	3	1	3	2	2	1	3	3	3	3	2	1	4	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	1	1	2	2	3	74	
3	2	2	3	2	2	3	2	3	1	4	3	3	1	2	1	2	4	3	2	2	4	4	2	3	3	2	2	4	2	2	2	80	
2	3	3	3	3	2	4	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	1	3	3	3	1	3	2	1	2	2	2	3	2	3	2	75	
1	2	1	2	2	2	4	2	3	2	1	3	1	4	1	3	4	3	4	1	3	3	3	4	3	1	2	2	2	3	1	4	77	
1	3	4	1	1	1	1	1	1	1	4	4	3	2	3	2	4	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	3	2	4	3	69	
3	4	2	4	3	1	4	3	2	2	3	3	1	3	1	1	1	1	4	4	1	3	4	2	2	1	2	2	4	1	2	2	76	
1	3	4	1	1	2	3	1	2	1	2	4	3	2	1	1	3	3	3	4	2	2	4	3	4	1	3	4	4	4	2	3	81	
1	2	1	4	4	1	3	3	1	4	4	3	4	3	2	1	2	2	3	4	2	2	1	1	2	3	2	1	3	4	2	3	78	
1	4	4	2	3	1	2	1	1	1	4	2	2	2	1	1	4	1	4	4	4	2	3	1	1	1	3	2	4	4	1	4	75	
2	4	3	4	4	1	3	3	1	1	4	2	4	2	1	1	4	4	2	3	1	4	4	3	2	1	3	4	4	4	3	4	90	
4	4	3	4	4	3	4	3	3	1	4	4	4	3	1	1	4	3	4	1	2	4	2	3	2	1	1	2	4	2	3	2	90	
1	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	2	1	3	1	1	2	2	1	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	88		
4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	2	2	1	2	3	2	3	4	2	2	3	2	1	3	2	3	2	3	4	84		
3	4	3	2	4	2	4	3	3	3	4	4	4	2	2	1	3	3	4	2	1	2	3	1	3	2	1	3	3	1	3	86		
3	3	4	4	4	3	4	3	1	1	2	2	4	3	4	2	4	3	4	2	4	2	4	3	1	3	1	3	2	3	1	1	88	
3	3	1	4	3	3	4	3	1	2	2	3	2	1	3	3	4	3	3	2	3	4	2	3	2	2	3	2	2	1	3	4	84	
4	2	2	3	4	2	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	4	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	86	
2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	2	2	2	1	3	2	4	4	3	3	3	3	2	1	3	2	3	2	1	4	87	
3	4	2	2	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	1	2	3	3	4	2	2	3	1	2	3	2	2	4	2	1	3	76		

### Case Processing Summary

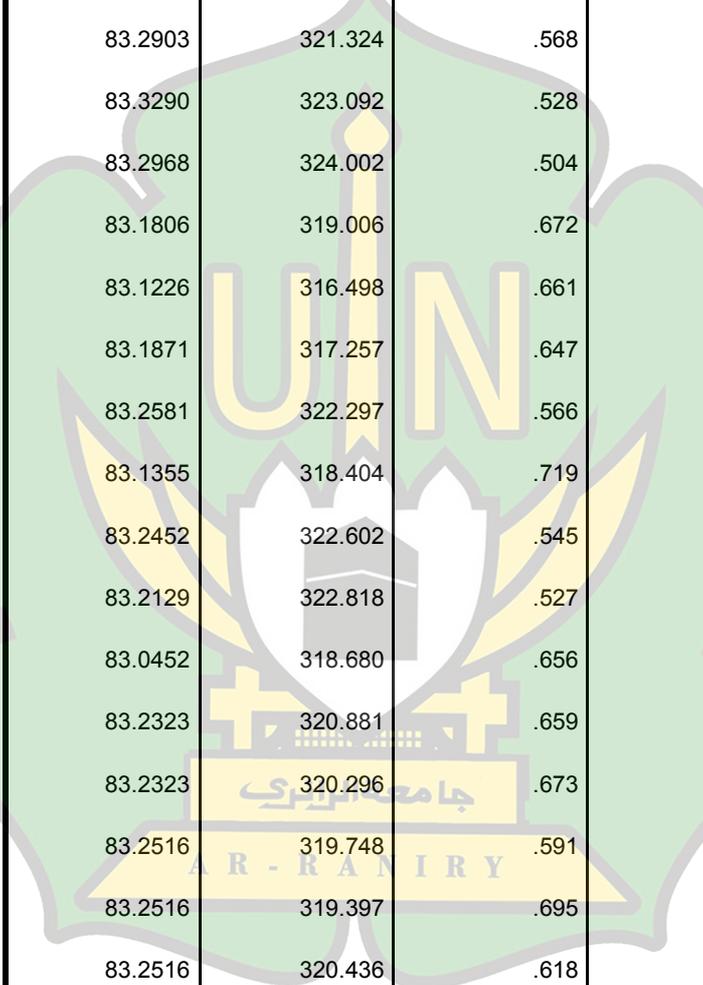
		N	%
Cases	Valid	155	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	155	100.0

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.960	32

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	83.0645	315.892	.683	.959
VAR00002	83.1484	323.270	.636	.959
VAR00003	83.0839	318.688	.696	.959
VAR00004	83.3355	322.172	.564	.960
VAR00005	83.1871	319.075	.669	.959
VAR00006	83.2065	318.632	.687	.959



VAR00007	83.1677	320.725	.622	.959
VAR00008	83.1419	315.473	.761	.958
VAR00009	83.1935	316.040	.724	.958
VAR00010	83.2258	315.306	.685	.959
VAR00011	83.2903	321.324	.568	.960
VAR00012	83.3290	323.092	.528	.960
VAR00013	83.2968	324.002	.504	.960
VAR00014	83.1806	319.006	.672	.959
VAR00015	83.1226	316.498	.661	.959
VAR00016	83.1871	317.257	.647	.959
VAR00017	83.2581	322.297	.566	.960
VAR00018	83.1355	318.404	.719	.959
VAR00019	83.2452	322.602	.545	.960
VAR00020	83.2129	322.818	.527	.960
VAR00021	83.0452	318.680	.656	.959
VAR00022	83.2323	320.881	.659	.959
VAR00023	83.2323	320.296	.673	.959
VAR00024	83.2516	319.748	.591	.959
VAR00025	83.2516	319.397	.695	.959
VAR00026	83.2516	320.436	.618	.959
VAR00027	83.1484	315.257	.734	.958
VAR00028	83.1613	318.500	.681	.959
VAR00029	83.1935	318.326	.667	.959
VAR00030	83.1548	317.742	.676	.959

VAR00031	83.2387	319.300	.679	.959
VAR00032	83.2258	318.254	.611	.959

#### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
85.8839	339.857	18.43520	32

#### Case Processing Summary

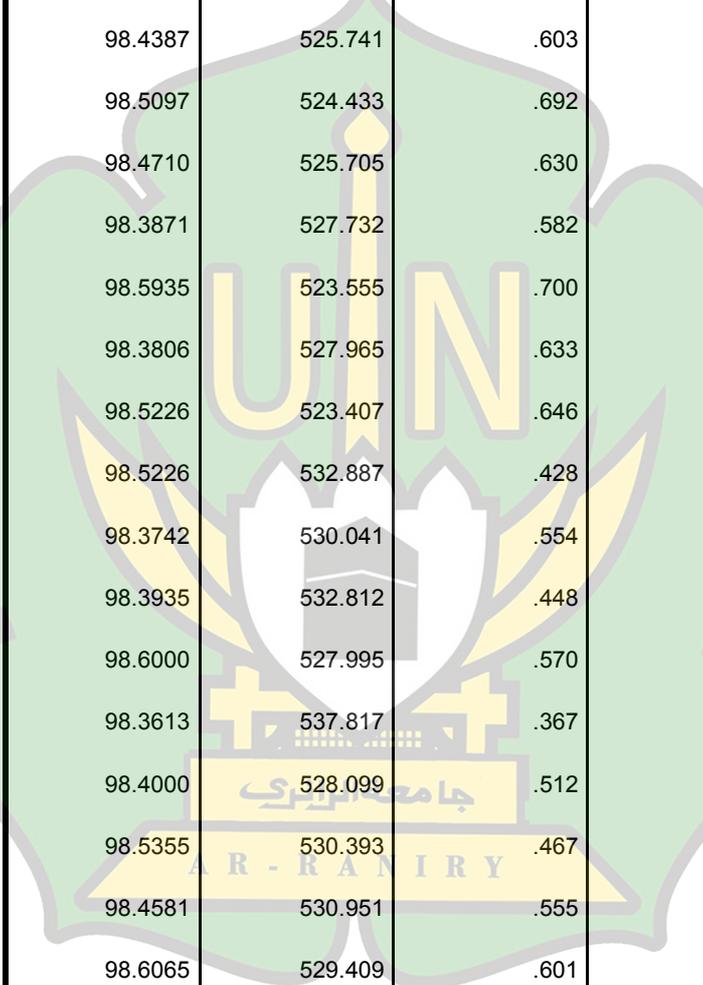
		N	%
Cases	Valid	155	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	155	100.0

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.953	42

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	98.5677	526.403	.636	.951
VAR00002	98.3097	533.163	.458	.952
VAR00003	98.5677	527.585	.592	.951
VAR00004	98.3290	530.313	.529	.952
VAR00005	98.3806	534.601	.392	.952
VAR00006	98.3677	532.598	.430	.952
VAR00007	98.5161	525.511	.625	.951
VAR00008	98.3548	527.334	.557	.951
VAR00009	98.6968	522.979	.665	.951
VAR00010	98.2065	526.178	.602	.951
VAR00011	98.2258	538.410	.294	.953
VAR00012	98.2903	526.870	.598	.951
VAR00013	98.4194	527.128	.571	.951
VAR00014	98.4129	533.608	.418	.952
VAR00015	98.5290	530.173	.460	.952
VAR00016	98.2968	527.872	.598	.951
VAR00017	98.1935	526.729	.591	.951
VAR00018	98.5419	527.224	.633	.951
VAR00019	98.6323	530.312	.459	.952
VAR00020	98.4516	527.080	.543	.952
VAR00021	98.4194	524.349	.634	.951



VAR00022	98.5484	529.210	.589	.951
VAR00023	98.5742	522.454	.706	.951
VAR00024	98.4645	523.484	.682	.951
VAR00025	98.5097	522.485	.685	.951
VAR00026	98.4387	525.741	.603	.951
VAR00027	98.5097	524.433	.692	.951
VAR00028	98.4710	525.705	.630	.951
VAR00029	98.3871	527.732	.582	.951
VAR00030	98.5935	523.555	.700	.951
VAR00031	98.3806	527.965	.633	.951
VAR00032	98.5226	523.407	.646	.951
VAR00033	98.5226	532.887	.428	.952
VAR00034	98.3742	530.041	.554	.951
VAR00035	98.3935	532.812	.448	.952
VAR00036	98.6000	527.995	.570	.951
VAR00037	98.3613	537.817	.367	.952
VAR00038	98.4000	528.099	.512	.952
VAR00039	98.5355	530.393	.467	.952
VAR00040	98.4581	530.951	.555	.951
VAR00041	98.6065	529.409	.601	.951
VAR00042	98.5548	527.430	.523	.952

### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
100.8516	553.790	23.53273	42

### Case Processing Summary

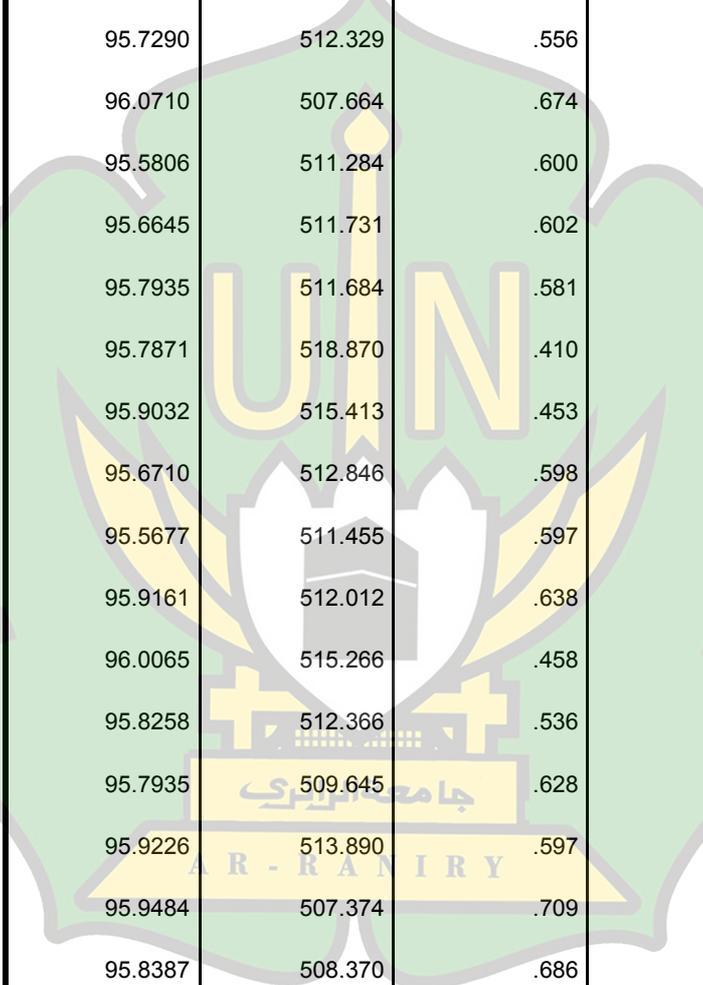
		N	%
Cases	Valid	155	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	155	100.0

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.953	41

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	95.9419	511.029	.645	.952
VAR00002	95.6839	518.088	.457	.953
VAR00003	95.9419	512.289	.599	.952



VAR00004	95.7032	515.483	.524	.952
VAR00005	95.7548	519.641	.389	.953
VAR00006	95.7419	517.933	.421	.953
VAR00007	95.8903	510.059	.636	.952
VAR00008	95.7290	512.329	.556	.952
VAR00009	96.0710	507.664	.674	.951
VAR00010	95.5806	511.284	.600	.952
VAR00012	95.6645	511.731	.602	.952
VAR00013	95.7935	511.684	.581	.952
VAR00014	95.7871	518.870	.410	.953
VAR00015	95.9032	515.413	.453	.953
VAR00016	95.6710	512.846	.598	.952
VAR00017	95.5677	511.455	.597	.952
VAR00018	95.9161	512.012	.638	.952
VAR00019	96.0065	515.266	.458	.953
VAR00020	95.8258	512.366	.536	.952
VAR00021	95.7935	509.645	.628	.952
VAR00022	95.9226	513.890	.597	.952
VAR00023	95.9484	507.374	.709	.951
VAR00024	95.8387	508.370	.686	.951
VAR00025	95.8839	507.519	.685	.951
VAR00026	95.8129	510.673	.605	.952
VAR00027	95.8839	509.402	.694	.951
VAR00028	95.8452	510.612	.632	.952

VAR00029	95.7613	513.001	.575	.952
VAR00030	95.9677	508.395	.705	.951
VAR00031	95.7548	512.965	.632	.952
VAR00032	95.8968	508.093	.654	.951
VAR00033	95.8968	518.041	.422	.953
VAR00034	95.7484	514.761	.559	.952
VAR00035	95.7677	518.115	.439	.953
VAR00036	95.9742	513.090	.567	.952
VAR00037	95.7355	522.819	.362	.953
VAR00038	95.7742	513.618	.500	.952
VAR00039	95.9097	515.667	.460	.953
VAR00040	95.8323	515.647	.561	.952
VAR00041	95.9806	513.967	.611	.952
VAR00042	95.9290	512.625	.518	.952

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
98.2258	538.410	23.20366	41

**Statistics**

		Dukungan Sosial	Quarter Life Crisis
N	Valid	155	155
	Missing	0	0

Mean	85.88	98.23
Std. Error of Mean	1.481	1.864
Median	87.00	96.00
Mode	106	71
Std. Deviation	18.435	23.204
Variance	339.857	538.410
Range	89	110
Minimum	33	54
Maximum	122	164
Sum	13312	15225

**Dukungan Sosial**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	33	1	.6	.6	.6
	35	1	.6	.6	1.3
	54	1	.6	.6	1.9
	56	3	1.9	1.9	3.9
	57	1	.6	.6	4.5
	58	1	.6	.6	5.2
	59	1	.6	.6	5.8
	60	4	2.6	2.6	8.4

61	2	1.3	1.3	9.7
62	3	1.9	1.9	11.6
63	4	2.6	2.6	14.2
64	3	1.9	1.9	16.1
65	2	1.3	1.3	17.4
66	1	.6	.6	18.1
67	4	2.6	2.6	20.6
68	2	1.3	1.3	21.9
69	1	.6	.6	22.6
70	2	1.3	1.3	23.9
71	4	2.6	2.6	26.5
72	2	1.3	1.3	27.7
73	2	1.3	1.3	29.0
74	3	1.9	1.9	31.0
75	3	1.9	1.9	32.9
76	3	1.9	1.9	34.8
77	1	.6	.6	35.5
78	2	1.3	1.3	36.8
79	3	1.9	1.9	38.7
80	2	1.3	1.3	40.0
81	2	1.3	1.3	41.3
82	4	2.6	2.6	43.9

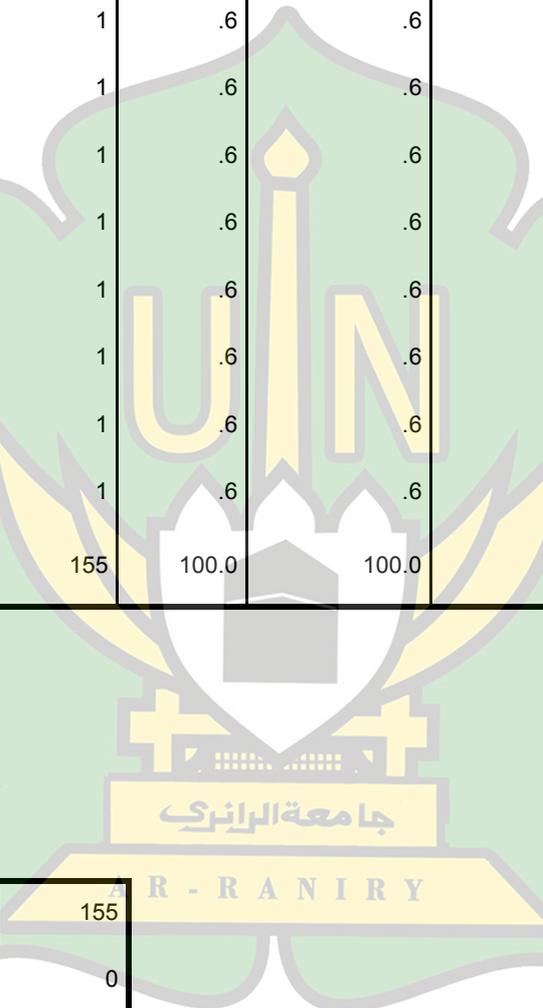
84	5	3.2	3.2	47.1
86	3	1.9	1.9	49.0
87	3	1.9	1.9	51.0
88	3	1.9	1.9	52.9
89	1	.6	.6	53.5
90	4	2.6	2.6	56.1
91	2	1.3	1.3	57.4
92	3	1.9	1.9	59.4
93	1	.6	.6	60.0
94	1	.6	.6	60.6
95	6	3.9	3.9	64.5
96	2	1.3	1.3	65.8
98	1	.6	.6	66.5
99	4	2.6	2.6	69.0
100	4	2.6	2.6	71.6
101	2	1.3	1.3	72.9
102	5	3.2	3.2	76.1
103	6	3.9	3.9	80.0
104	3	1.9	1.9	81.9
105	3	1.9	1.9	83.9
106	7	4.5	4.5	88.4
107	4	2.6	2.6	91.0

108	1	.6	.6	91.6
109	1	.6	.6	92.3
110	4	2.6	2.6	94.8
112	1	.6	.6	95.5
114	1	.6	.6	96.1
115	1	.6	.6	96.8
118	1	.6	.6	97.4
119	1	.6	.6	98.1
120	1	.6	.6	98.7
121	1	.6	.6	99.4
122	1	.6	.6	100.0
Total	155	100.0	100.0	

**Statistics**

KategoriQLC

N	Valid	155
	Missing	0



**Kategori\_DS**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	33	21.3	21.3	21.3
	Sedang	88	56.8	56.8	78.1
	Tinggi	34	21.9	21.9	100.0
	Total	155	100.0	100.0	

**Quarter Life Crisis**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	54	1	.6	.6	.6
	64	2	1.3	1.3	1.9
	66	4	2.6	2.6	4.5
	67	3	1.9	1.9	6.5
	68	1	.6	.6	7.1
	69	4	2.6	2.6	9.7
	71	8	5.2	5.2	14.8
	72	4	2.6	2.6	17.4
	73	3	1.9	1.9	19.4
	74	1	.6	.6	20.0
	75	2	1.3	1.3	21.3

78	2	1.3	1.3	22.6
79	3	1.9	1.9	24.5
80	2	1.3	1.3	25.8
81	3	1.9	1.9	27.7
84	1	.6	.6	28.4
85	5	3.2	3.2	31.6
86	4	2.6	2.6	34.2
87	2	1.3	1.3	35.5
88	2	1.3	1.3	36.8
89	3	1.9	1.9	38.7
90	3	1.9	1.9	40.6
91	1	.6	.6	41.3
92	2	1.3	1.3	42.6
93	5	3.2	3.2	45.8
94	1	.6	.6	46.5
95	4	2.6	2.6	49.0
96	4	2.6	2.6	51.6
97	4	2.6	2.6	54.2
98	5	3.2	3.2	57.4
99	1	.6	.6	58.1
100	5	3.2	3.2	61.3
101	5	3.2	3.2	64.5

102	4	2.6	2.6	67.1
104	3	1.9	1.9	69.0
105	1	.6	.6	69.7
106	2	1.3	1.3	71.0
107	1	.6	.6	71.6
109	1	.6	.6	72.3
110	2	1.3	1.3	73.5
111	3	1.9	1.9	75.5
112	1	.6	.6	76.1
113	1	.6	.6	76.8
115	1	.6	.6	77.4
120	1	.6	.6	78.1
122	1	.6	.6	78.7
123	1	.6	.6	79.4
125	1	.6	.6	80.0
126	1	.6	.6	80.6
127	5	3.2	3.2	83.9
128	1	.6	.6	84.5
129	2	1.3	1.3	85.8
131	3	1.9	1.9	87.7
132	2	1.3	1.3	89.0
133	3	1.9	1.9	91.0

134	4	2.6	2.6	93.5
135	2	1.3	1.3	94.8
139	2	1.3	1.3	96.1
140	1	.6	.6	96.8
143	2	1.3	1.3	98.1
147	1	.6	.6	98.7
159	1	.6	.6	99.4
164	1	.6	.6	100.0
Total	155	100.0	100.0	

**Statistics**

Kategori\_DS

N	Valid	155
	Missing	0

**KategoriQLC**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	31	20.0	20.0	20.0
Sedang	90	58.1	58.1	78.1
Tinggi	34	21.9	21.9	100.0
Total	155	100.0	100.0	

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan Sosial	155	33	122	85.88	18.435
Quarter Life Crisis	155	54	164	98.23	23.204
Valid N (listwise)	155				

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Dukungan Sosial	Quarter Life Crisis
N		155	155
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	85.88	98.23
	Std. Deviation	18.435	23.204
Most Extreme Differences	Absolute	.097	.106
	Positive	.055	.106
	Negative	-.097	-.086
Kolmogorov-Smirnov Z		1.209	1.324
Asymp. Sig. (2-tailed)		.108	.060

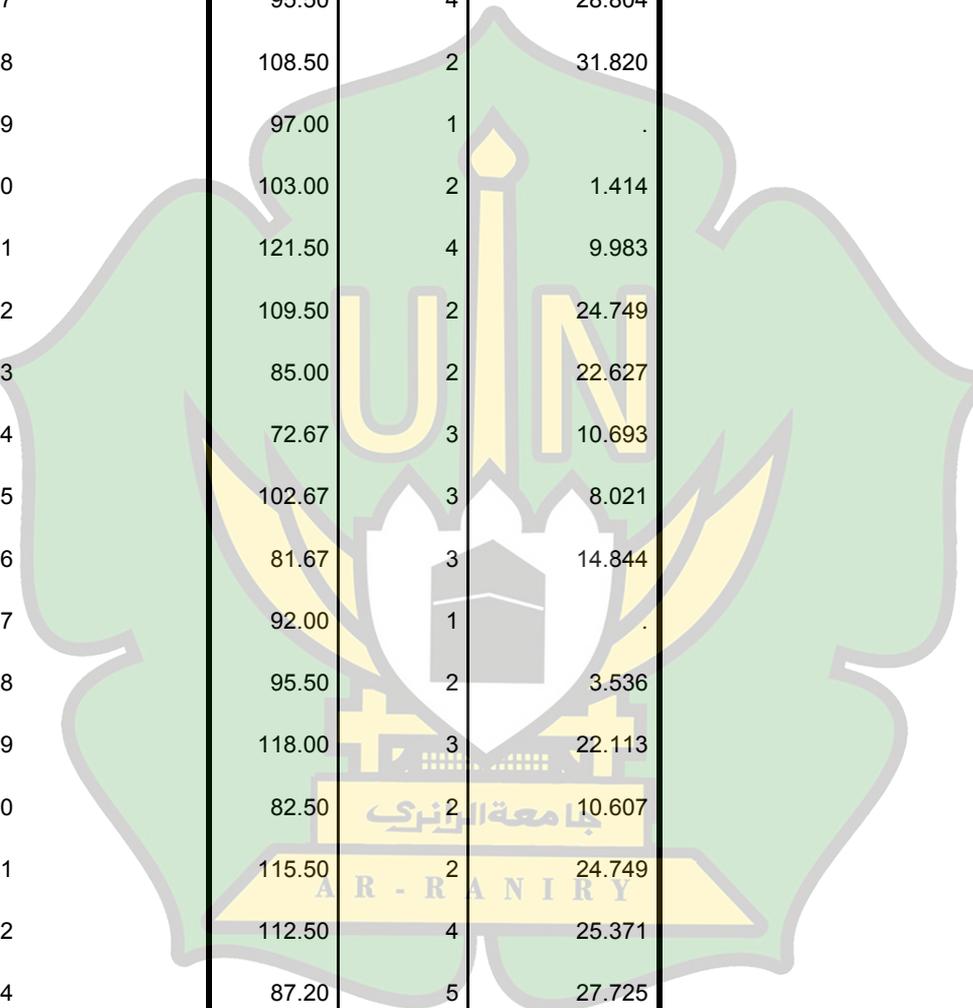
### Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Quarter Life Crisis * Dukungan Sosial	155	100.0%	0	0.0%	155	100.0%

### Report

Quarter Life Crisis

Dukungan Sosial	Mean	N	Std. Deviation
33	164.00	1	
35	139.00	1	
54	89.00	1	
56	114.00	3	18.682
57	133.00	1	
58	72.00	1	
59	126.00	1	
60	116.50	4	33.010
61	91.50	2	28.991
62	108.33	3	36.692
63	91.25	4	6.021



64	98.67	3	13.577
65	127.50	2	10.607
66	93.00	1	.
67	95.50	4	28.804
68	108.50	2	31.820
69	97.00	1	.
70	103.00	2	1.414
71	121.50	4	9.983
72	109.50	2	24.749
73	85.00	2	22.627
74	72.67	3	10.693
75	102.67	3	8.021
76	81.67	3	14.844
77	92.00	1	.
78	95.50	2	3.536
79	118.00	3	22.113
80	82.50	2	10.607
81	115.50	2	24.749
82	112.50	4	25.371
84	87.20	5	27.725
86	88.67	3	5.508
87	96.00	3	8.888
88	76.67	3	4.163
89	71.00	1	.

90	86.50	4	13.892
91	112.50	2	20.506
92	100.33	3	23.180
93	64.00	1	.
94	105.00	1	.
95	104.83	6	18.862
96	120.50	2	20.506
98	100.00	1	.
99	118.00	4	30.277
100	96.50	4	24.420
101	95.00	2	1.414
102	82.60	5	11.283
103	78.00	6	13.130
104	87.00	3	12.767
105	95.67	3	39.119
106	101.43	7	21.322
107	103.75	4	27.439
108	73.00	1	.
109	75.00	1	.
110	91.00	4	28.948
112	100.00	1	.
114	131.00	1	.
115	54.00	1	.
118	101.00	1	.

119	66.00	1	.
120	100.00	1	.
121	110.00	1	.
122	68.00	1	.
Total	98.23	155	23.204

ANOVA Table

				Sum of Squares	df	
Quarter	Life	Crisis	* Between Groups	(Combined)	41052.549	62
Dukungan	Sosial			Linearity	5473.154	1
				Deviation from Linearity	35579.395	61
Within Groups				41862.548	92	
Total				82915.097	154	

ANOVA Table

				Mean Square	F		
Quarter	Life	Crisis	* Dukungan	Between Groups	(Combined)	662.138	1.455
Sosial					Linearity	5473.154	12.028
					Deviation from Linearity	583.269	1.282
Within Groups				455.028			
Total							

ANOVA Table

		Sig.
Quarter Life Crisis * Sosial	Dukungan Between Groups (Combined)	.051
	Linearity	.001
	Deviation from Linearity	.139
Within Groups		
Total		

## Measures of Association

		R	R Squared	Eta	Eta Squared
Quarter Life Crisis * Dukungan Sosial		-.257	.066	.704	.495

## Correlations

		Dukungan Sosial	Quarter Life Crisis
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	-.257**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	155	155

Quarter Life Crisis	Pearson Correlation	-.257**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	155	155

### Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation
Dukungan Sosial	155	85.88	18.435
Quarter Life Crisis	155	98.23	23.204
Valid N (listwise)	155		

