



**HUBUNGAN *QUARTER LIFE CRISIS* DAN *PERCEIVED
SOCIAL SUPPORT* DENGAN *PERSONAL GROWTH
INITIATIVE* PADA GENERASI Z DI JABODETABEK**

LAPORAN SKRIPSI

Oleh :

NADIA SAFITRI

46118010124

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2022



HUBUNGAN *QUARTER LIFE CRISIS* DAN *PERCEIVED SOCIAL SUPPORT* DENGAN *PERSONAL GROWTH INITIATIVE* PADA GENERASI Z DI JABODETABEK

LAPORAN SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi

Oleh :

NADIA SAFITRI

46118010124

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2022

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadia Safitri

NIM : 46118010124

Program Studi : Psikologi

Judul : Hubungan *Quarter Life Crisis* dan *Perceived Social Support* dengan *Personal Growth Initiative* pada Generasi Z di Jabodetabek

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 25 Agustus 2022



Nadia Safitri

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Hubungan *Quarter Life Crisis* dan *Perceived Social Support*
dengan *Personal Growth Initiative* pada Generasi Z di
Jabodetabek

Nama : Nadia Safitri

NIM : 46118010124

Program Studi : S1 Psikologi

Tanggal Sidang : 25 Agustus 2022

Pembimbing



Dr. Arie Suciyana Sriyanto, M.Si

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

PSI 07210345



Please Scan QR Code Verify

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Hubungan *Quarter Life Crisis* dan *Perceived Social Support* dengan *Personal Growth Initiative* pada Generasi Z di Jabodetabek**” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 25 Agustus 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 25 Agustus 2022

Sidang Skripsi

Penguji 1



Penguji 2



Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog **U N I V E R S I T A S** Ade Ubaidah, M.Psi., Psikolog

MERCU BUANA

Pembimbing



Dr. Arie Suciyan Sriyanto, M.Si

PSI 07210345



Please Scan QR Code Verify

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat-Nya yang melimpah sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Hubungan *Quarter Life Crisis* dan *Perceived Social Support* dengan *Personal Growth Initiative* pada Generasi Z di Jabodetabek”. Tugas akhir ini disusun sebagai salah satu syarat kelulusan dalam menyelesaikan program studi strata satu (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Dalam penyusunan tugas akhir ini, tak lepas dari dukungan dan bantuan pihak-pihak terkait. Penulis mengucapkan rasa hormat serta terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Setiawati Intan Savitri, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., P.si, selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc, selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Dr. Arie Suciyoana Sriyanto, S. Si., M. Si selaku dosen pembimbing tugas akhir yang telah membimbing, meluangkan waktu dan mendukung penulis selama pembuatan tugas akhir ini.
6. Seluruh dosen program studi Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan yang sangat berharga bagi penulis.
7. Kedua orang tua saya yang telah memberikan dukungan dan kasih sayang kepada penulis selama proses pengerjaan Tugas Akhir ini.
8. Amel, Nely, Novi, Riska, Najmah dan sahabat penulis lainnya yang turut berperan dalam memberikan dukungan, semangat dan hiburan kepada penulis sehingga akhirnya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.

9. Muhammad Ridho Hasan, Muhammad Daffa Fadhlurrohman, Sarah Fadhilah dan Tatas Kartika Dewi selaku rekan satu bimbingan saya yang menjadi tempat *sharing*, membantu, menyemangati dan berbagi suka duka selama proses penyusunan skripsi hingga selesai.
10. Delsa Miansyah selaku rekan penulis dan menjadi motivasi untuk dapat menyelesaikan skripsi dengan cepat.
11. Seluruh pihak yang telah berbaik hati terlibat dalam pengisian dan penyebaran kuesioner melalui *google form*.
12. Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada diri sendiri yang telah berjuang, sabar dan berusaha semaksimal mungkin untuk dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini walau banyak rintangan yang dihadapi.

Segala kebaikan, perhatian dan dukungan yang diberikan seluruh pihak, dimana telah penulis sebutkan diatas sangat berperan penting dalam penyelesaian Tugas Akhir ini. Semoga penelitian pada Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Jakarta, 25 Agustus 2022



UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Nadia Safitri

THE RELATIONSHIP BETWEEN QUARTER LIFE CRISIS AND PERCEIVED SOCIAL SUPPORT WITH PERSONAL GROWTH INITIATIVE OF GENERATION Z IN JABODETABEK

Nadia Safitri

Faculty of Psychology, Mercu Buana University

ABSTRACT

The characteristics of generation z need to be managed in such a way to be able to face various challenges that are different from previous generations in the future. Self-development of generation z will be optimal if individuals realize and initiate themselves to become better human beings. This condition is certainly influenced by individual efforts to develop into a better person or also known as personal growth initiative. High levels of personal growth initiatives have been linked to lower levels of depression, anxiety, and general emotional distress that Generation Z can experience as they enter adulthood and are more likely to experience quarter-of-life crises. External factors where individuals believe that there is social support available when they need it (perceived social support) can make individuals feel that there are others who consider it valuable can encourage individuals to have good personal growth initiatives. The purpose of this study was to determine the relationship between the quarter life crisis and perceived social support with personal growth initiatives of generation z in Jabodetabek. This study uses a quantitative approach with the correlational method. Subjects in this study amounted to 480 people. The results of this study indicate that there is a positive and significant relationship between the quarter life crisis and perceived social support with personal growth initiatives. This suggests that the quarter life crisis and perceived social support can enhance personal growth initiatives.

Keywords: *Personal Growth Initiative, Quarter Life Crisis, Perceived Social Support, Generation Z*

**HUBUNGAN QUARTER LIFE CRISIS DAN PERCEIVED SOCIAL
SUPPORT DENGAN PERSONAL GROWTH INITIATIVE PADA
GENERASI Z DI JABODETABEK**

Nadia Safitri

Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana

ABSTRAK

Karakteristik generasi z perlu dikelola sedemikian rupa untuk dapat menghadapi berbagai tantangan yang berbeda dari generasi sebelumnya di masa depan. Perkembangan diri generasi z akan optimal jika individu menyadari dan menginisiasi diri untuk menjadi manusia yang lebih baik lagi. Kondisi tersebut tentunya dipengaruhi oleh usaha individu untuk berkembang menjadi pribadi yang lebih baik atau disebut juga *personal growth initiative*. Tingginya tingkat *personal growth initiative* telah dikaitkan dengan rendahnya tingkat depresi, kecemasan, dan tekanan emosional umum yang dapat dialami generasi z di usianya yang sedang memasuki usia dewasa dan rentan mengalami *quarter life crisis*. Faktor eksternal dimana individu meyakini bahwa terdapat dukungan sosial yang tersedia ketika mereka membutuhkannya (*perceived social support*) dapat membuat individu merasa bahwa ada orang lain yang menganggapnya bernilai dapat mendorong individu untuk memiliki *personal growth initiative* yang baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *quarter life crisis* dan *perceived social support* dengan *personal growth initiative* pada generasi z di Jabodetabek. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 480 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *quarter life crisis* dan *perceived social support* dengan *personal growth initiative*. Hal ini menunjukkan bahwa *quarter life crisis* dan *perceived social support* dapat meningkatkan *personal growth initiative*.

Kata kunci: *Personal Growth Initiative, Quarter Life Crisis, Perceived Social Support, Generasi Z*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iii
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
ABSTRACT	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABLE.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	9
2.1 <i>Personal Growth Initiative</i>	9
2.2 <i>Quarter Life Crisis</i>	11
2.3 <i>Perceived Social Support</i>	17
2.4 Generasi Z.....	19
2.5 Penelitian Terdahulu.....	21
2.6 Dinamika Penelitian.....	25
2.7 Kerangka Berpikir.....	26
2.8 Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Desain Penelitian.....	27
3.2 Definisi Operasional.....	27
3.3 Populasi dan Sampel.....	28
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	29

3.5	Skala Pengukuran Variabel.....	30
3.6	Metode Analisis Data.....	34
3.6.1	Uji Alat Ukur	35
3.6.2	Analisis Data Deskriptif.....	36
3.6.3	Uji Asumsi Klasik.....	37
3.6.5	Uji Tambahan.....	37
3.6.5.1	Uji ANOVA	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		38
4.1	Deskripsi Umum Partisipan	38
4.2	Hasil Analisis Data Deskriptif	41
4.2.1	Analisis Data Deskriptif <i>Quarter Life Crisis</i>	42
4.2.2	Analisis Data Deskriptif <i>Perceived Social Support</i>	42
4.2.3	Analisis Data Deskriptif <i>Personal Growth Initiative</i>	43
4.3	Uji Asumsi Klasik.....	44
4.3.1	Uji Normalitas.....	44
4.4	Uji Hipotesa	45
4.4.1	Uji Korelasi <i>Spearman's Rank Order Correlation</i>	45
4.5	Uji Tambahan.....	47
4.5.1	Uji Korelasi antar Dimensi	47
4.5.2	Uji ANOVA	49
4.6	Pembahasan Penelitian.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		56
5.1	Kesimpulan	56
5.2	Keterbatasan.....	57
5.3	Saran	57
DAFTAR PUSTAKA.....		59
LAMPIRAN.....		63

DAFTAR TABLE

Table 2. 1 Penelitian Terdahulu	24
Table 3. 1 <i>Blue Print Personal Growth Initiative Scale-II</i>	31
Table 3. 2 <i>Blue Print Skala Quarter Life Crisis</i>	32
Table 3. 3 <i>Blue Print Skala Perceived Social Support</i>	34
Table 4. 1 Jenis Kelamin.....	38
Table 4. 2 Usia	39
Table 4. 3 Tempat Tinggal	39
Table 4. 4 Pekerjaan.....	40
Table 4. 5 Status.....	40
Table 4. 6 Data Deskriptif.....	41
Table 4. 7 Kategorisasi Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	42
Table 4. 8 Kategorisasi Skala <i>Perceived Social Support</i>	42
Table 4. 9 Kategorisasi Skala <i>Personal Growth Initiative</i>	43
Table 4. 10 Hasil Uji Normalitas	44
Table 4. 11 Uji Korelasi X_1 dengan Y	45
Table 4. 12 Uji Korelasi X_2 dengan Y	46
Table 4. 13 Uji Korelasi X_1 dengan X_2	46
Table 4. 14 Uji Korelasi antar Dimensi X_1 dan Y.....	48
Table 4. 15 Uji Korelasi antar Dimensi X_2 dan Y.....	49
Table 4. 16 Uji ANOVA <i>Quarter Life Crisis</i>	50
Table 4. 17 Uji ANOVA <i>Perceived Social Support</i>	50
Table 4. 18 Uji ANOVA <i>Personal Growth Initiative</i>	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	26
Gambar 3. 1 Table Sample Size	28

