



**PENGARUH *QUARTER LIFE CRISIS* TERHADAP KEPERACAYAAN
DIRI PADA DEWASA AWAL DI DKI JAKARTA**

TUGAS AKHIR

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana
(S1) Pada Program Studi Psikologi**

Disusun oleh :

Alya Syafira

46119010017

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2023



**PENGARUH *QUARTER LIFE CRISIS* TERHADAP KEPERACAYAAN
DIRI PADA DEWASA AWAL DI DKI JAKARTA**

TUGAS AKHIR

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana
(S1) Pada Program Studi Psikologi**

Disusun oleh :

Alya Syafira

46119010017

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2023

SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Alya Syafira

NIM : 46119010017

Program Studi : S1 Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh Quarter Life Crisis terhadap Kepercayaan Diri pada Dewasa Awal di DKI Jakarta

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah murni hasil karya 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. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 17 Juli 2023



Alya Syafira

HALAMAN PENGESAHAN UNTUK PROGRAM SARJANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Alya Syafira
NIM : 46119010017
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Quarter Life Crisis* Terhadap
Kepercayaan Diri Pada Dewasa Awal di DKI
Jakarta

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata I pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh :

Pembimbing : Maria Ulfah, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0312038501

Ketua Penguji : Merly Erlina, S.Psi, Psikolog, M.E. Sy, M.Si.

NIDN : 0314057502

Penguji : Erna Multahada, S.HI., S.Psi., M.Si

NIDN : 0315038002

Jakarta, 08 Agustus 2023

Mengetahui,

Dekan

(Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D)

Ketua Program Studi

(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi dengan judul “Pengaruh *Quarter Life Crisis* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Dewasa Awal di DKI Jakarta”. Penyusunan Skripsi ini dilakukan guna memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Penulis menyadari bahwa Skripsi ini dapat terselesaikan dengan adanya bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Maka dari itu, pada kesempatan ini penulis akan mengungkapkan rasa syukur dan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Andriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Yenny selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc. selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
6. Ibu Maria Ulfah, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan, mendukung, serta memberi masukan kepada penulis dalam proses penyusunan Skripsi.
7. Ibu Merly Erlina, S.Psi., M.E.Sy., M.Si dan Erna Multahada, S.H.I., S.Psi., M.Si selaku Dosen Penguji yang telah memberikan koreksi, arahan, serta saran untuk perbaikan Skripsi.
8. Ibu Riblita Damayanti, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Reviewer yang telah meluangkan waktu dan memberikan arahan serta saran terkait penyusunan Skripsi.

9. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, M.Psi, Ph.D selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Dosen Pengampu Mata Kuliah Tugas Akhir yang telah mengajarkan keterampilan olah data, serta memberi arahan dan motivasi agar penulis dapat mengerahkan kemampuan terbaik dalam menyelesaikan perkuliahan tepat waktu.
10. Bapak dan Ibu dosen beserta seluruh staf Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu dan keterampilan berharga selama perkuliahan di Universitas Mercu Buana.
11. Ibu Elizar dan Bapak Dasril selaku kedua orang tua, dan Muhammad Yogie selaku Kakak penulis, yang selalu hadir untuk menjadi tempat berkeluh kesah serta tak henti memberi dukungan moral maupun material.
12. Alm. H. Bujang selaku ayah saya yang sudah meninggal. Semoga Beliau bangga dengan perjuangan anaknya yang telah mendapatkan gelar Sarjana.
13. Wahyu Adi Sucipto selaku pacar penulis yang terus memberikan dukungan dengan tulus untuk berjuang menyelesaikan skripsi ini hingga tuntas.
14. Nanda Ayu Putri dan Gavina Tamara selaku teman terdekat penulis selama masa perkuliahan yang selalu berjuang bersama dengan melewati proses pendewasaan bersama di perkuliahan yang saling menyemangati dan saling bertukar cerita.
15. Fatya Isn Alifah, Nabila Febriannisa, Nabila Nur Djihan, Mia Dwi, Sarah Diza Putri, Shelly Eliza Putri, dan rekan-rekan lainnya yang telah berjuang bersama, berdiskusi, dan saling menyemangati selama perkuliahan di Universitas Mercu Buana.
16. Anisa Agustin, Fitri Astuti, Cessabella, dan Dara Sashi Kirana selaku teman penulis yang telah berteman sejauh ini dengan sudah banyak membantu, selalu menjadi pendengar yang baik, dan memberikan dukungan yang tulus.
17. Seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini serta para responden yang sudah berbaik hati membantu dalam pengisian dan penyebaran data penelitian sehingga, penelitian ini dapat terselesaikan.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas kebaikan dan melimpahkan keberkahan kepada kita semua. Semoga Skripsi ini dapat memberi manfaat bagi para pembaca dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 17 Juli 2023

Alya Syafira



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Alya Syafira
NIM : 46119010017
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Quarter Life Crisis* terhadap Kepercayaan Diri pada Dewasa Awal di DKI Jakarta

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

MERCU BUANA

Jakarta, 08 Agustus 2023

Yang menyatakan,



Alya Syafira

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB II	9
2.1 Kepercayaan Diri.....	9
2.1.1 Pengertian Kepercayaan Diri	9
2.1.2 Ciri-Ciri Kepercayaan Diri.....	10
2.1.3 Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	10
2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	11

2.2	<i>Quarter Life Crisis</i>	12
2.2.1	Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i>	12
2.2.2	Bentuk <i>Quarter Life Crisis</i>	13
2.2.3	Fase <i>Quarter Life Crisis</i>	14
2.2.4	Dimensi <i>Quarter Life Crisis</i>	14
2.3	Dewasa Awal.....	15
2.3.1	Pengertian Dewasa Awal	15
2.3.2	Ciri-Ciri Dewasa Awal.....	16
2.4	Penelitian Terdahulu.....	18
2.5	Pengaruh Antara <i>Quarter Life Crisis</i> dan Kepercayaan Diri	24
2.6	Kerangka Penelitian	24
2.7	Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III	26
3.1	Desain Penelitian	26
3.2	Populasi dan Sampel	26
3.2.1	Populasi.....	26
3.2.2	Sampel.....	26
3.3	Definisi Operasional.....	27
3.4	Teknik Pengumpulan Data	28
3.5	Instrumen Penelitian.....	29
3.5.1	Alat Ukur <i>Quarter Life Crisis</i>	29
3.5.2	Alat Ukur Kepercayaan Diri	30
3.6	Uji Alat Ukur.....	32
3.6.1	Uji Validitas	32
3.6.2	Uji Reliabilitas	32
3.6.3	Analisis Item	33

3.7	Uji Asumsi Klasik	33
3.7.1	Uji Normalitas	33
3.7.2	Uji Linearitas	33
3.8	Uji Hipotesis	34
3.8.1	Regresi Linier Sederhana	34
3.8.2	Koefisien Determinasi	34
BAB IV	35
4.1	Gambaran Umum Subjek	35
4.1.1	Data Jenis Kelamin	35
4.1.2	Data Usia	35
4.1.3	Data Domisili	36
4.1.4	Data Jenis Pekerjaan	36
4.1.5	Data Pendidikan Terakhir	37
4.1.6	Status Pernikahan	37
4.2	Analisis Deskriptif	38
4.2.1	Analisis Deskriptif <i>Quarter Life Crisis</i>	39
4.2.2	Analisis Deskriptif Kepercayaan Diri	40
4.2.3	Analisis Deskriptif Usia	40
4.2.4	Analisis Deskriptif Jenis Kelamin	41
4.2.5	Analisis Deskriptif Domisili	41
4.2.6	Analisis Deskriptif Jenis Pekerjaan	41
4.2.7	Analisis Deskriptif Pendidikan Terakhir	42
4.2.8	Analisis Deskriptif Status	42
4.3	Uji Analisis Data	42
4.3.1	Hasil Uji Validitas	43
4.3.2	Uji Reliabilitas	45

4.4	Uji Asumsi Klasik	45
4.4.1	Uji Normalitas	45
4.4.2	Uji Linearitas	46
4.5	Uji Hipotesis	46
4.5.1	Regresi Linier Sederhana	46
4.5.2	Koefisien Determinasi	47
4.6	Pembahasan	47
BAB V	50
5.1	Kesimpulan	50
5.2	Keterbatasan Penelitian	50
5.3	Saran	50
5.3.1	Saran Teoritis	51
5.3.2	Saran Praktis	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	55



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	18
Tabel 3.1 Sample Isaac & Michael	27
Tabel 3. 2 Blue Print Pengukuran <i>Quarter Life Crisis</i>	29
Tabel 3. 3 Blue Print Pengukuran Kepercayaan Diri.....	31
Tabel 3.4 Hasil Tryout Uji Reliabilitas	33
Tabel 4.1 Jenis Kelamin.....	35
Tabel 4.2 Usia	35
Tabel 4.3 Domisili.....	36
Tabel 4.4 Jenis Pekerjaan.....	36
Tabel 4.5 Pendidikan Terakhir.....	37
Tabel 4.6 Status Pernikahan	37
Tabel 4.7 Hasil Analisis Deskriptif	38
Tabel 4.8 Kategorisasi Variabel <i>Quarter Life Crisis</i>	39
Tabel 4.9 Kategorisasi Variabel Kepercayaan Diri	40
Tabel 4.10 Kategorisasi Usia	40
Tabel 4.11 Kategorisasi Jenis Kelamin	41
Tabel 4.12 Kategorisasi Domisili	41
Tabel 4.13 Kategorisasi Jenis Pekerjaan	41
Tabel 4.14 Kategorisasi Pendidikan Terakhir	42
Tabel 4.15 Kategorisasi Status	42
Tabel 4.16 Uji Validitas <i>Quarter Life Crisis</i>	43
Tabel 4.17 Uji Validitas Kepercayaan Diri.....	44
Tabel 4.18 Uji Reliabilitas	45
Tabel 4.19 Uji Normalitas	45
Tabel 4.20 Uji Linearitas	46
Tabel 4.21 Regresi Linier Sederhana	46
Tabel 4.22 Koefisien Determinasi	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Penelitian	25
--	-----------

