



**PENGARUH *SELF CONFIDENCE* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* DI JABODETABEK**

SKRIPSI

Derizka Febriarmyta Abdurachim

46120010181

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2023



**PENGARUH *SELF CONFIDENCE* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* DI JABODETABEK**

SKRIPSI

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

Derizka Febriarmyta Abdurachim

46120010181

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2023

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Derizka Febriarmyta Abdurachim

NIM : 46120010181

Program Studi : S1-Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh *Self Confidence* dan Dukungan Sosial terhadap *Quarter Life Crisis* di Jabodetabek

Menyatakan bahwa 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, 21 Januari 2024



Derizka Febriarmyta Abdurachim

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Derizka Febriarmyta Abdurachim

NIM : 46120010181

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Self Confidence dan Dukungan Sosial terhadap Quarter Life Crisis di Jabodetabek

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog
NIDN : 1021118602

()

Ketua Penguji : Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.
NIDN : 0316058002

()

Penguji 1 : Dr. Indra Kusumah, M.Si.
NIDN : 0321078107


()

UNIVERSITAS
MERCU BUANA


Jakarta, 29 Februari 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Segala syukur dan puji hanya bagi Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa menganugerahkan rahmat kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya skripsi dengan judul “Pengaruh *Self Confidence* dan Dukungan Sosial Terhadap *Quarter Life Crisis* di Jabodetabek”. Penulisan skripsi ini disusun guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta.

Dalam menyusun skripsi ini penulis merasa bersyukur atas bantuan dan dorongan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu terselesaikannya skripsi penulis dengan baik. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa menganugerahkan rahmat yang melimpah dan kasih setia yang besar sehingga skripsi ini dapat selesai tepat waktu.
2. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana
3. Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Karisma Riskinanti, M. Psi, Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang selalu dengan sabar memberikan bimbingan serta ilmu yang bermanfaat untuk peneliti baik secara teoritis maupun teknis, menuntun dengan sabar serta memberikan arahan yang sangat berguna bagi peneliti guna menyusun karya tulis ilmiah ini.
6. Mamah, Papah, Kaka beserta seluruh keluarga tercinta yang senantiasa mendoakan serta memberikan dukungan dalam bentuk apapun untuk penulis selama ini.
7. Maulana Arsyad Hassan Abdul Aziz, yang selalu memberikan dukungan serta bersedia untuk selalu direpotkan selama mengerjakan Tugas Akhir. Tak lupa

juga atas dorongan semangat agar bisa segera menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik.

8. Annida Nurfarah Mavita, dan Yoana Delvin teman seperjuangan saya dalam mengerjakan skripsi ini yang selalu saling membantu, saling menyemangati satu sama lain.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas kebaikan dan selalu mencurahkan kasih setia dan berkatNya, Amin.

Jakarta, 21 Januari 2024

Penulis



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

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

Nama : Derizka Febriarmyta Abdurachim
NIM : 46120010181
Program Studi : S1-Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Self Confidence* dan Dukungan Sosial terhadap *Quarter Life Crisis* di Jabodetabek

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 diatas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/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.

Jakarta, 21 Januari 2024
Yang menyatakan,



METERAN
TEMPEL
CA9BBALX191990945

Derizka Febriarmyta Abdurachim

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 <i>Quarter Life Crisis</i>	10
2.1.1 Definisi <i>Quarter Life Crisis</i>	10
2.1.2 Dimensi <i>Quarter Life Crisis</i>	11
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i>	13
2.1.4 Bentuk-Bentuk <i>Quarter Life Crisis</i>	15
2.1.5 Dampak <i>Quarter Life Crisis</i>	16

2.2	<i>Self Confidence</i>	17
2.2.1	Definisi <i>Self Confidence</i>	17
2.2.2	Dimensi <i>Self Confidence</i>	18
2.2.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Confidence</i>	18
2.3	Dukungan Sosial.....	19
2.3.1	Definisi Dukungan Sosial	19
2.3.2	Dimensi Dukungan Sosial.....	20
2.3.3	Bentuk-Bentuk Dukungan Sosial.....	21
2.3.4	Sumber-Sumber Dukungan Sosial.....	21
2.4	Penelitian Terdahulu.....	22
2.5	Dinamika pengaruh <i>self confidence</i> dan dukungan sosial terhadap <i>quarter life crisis</i>	26
2.6	Kerangka Berpikir	28
BAB III METODE PENELITIAN		30
3.1	Desain Penelitian	30
3.2	Variabel Penelitian	30
3.2.1	Identifikasi Variabel.....	30
3.2.2	Definisi Operasional Variabel.....	30
3.3	Populasi, Sample dan Teknik Sampling Penelitian.....	32
3.4	Metode dan Alat Pengumpulan Data Penelitian.....	32
3.4.1	Alat Ukur <i>Quarter Life Crisis</i>	32
3.4.2	Alat Ukur <i>Self Confidence</i>	37
3.4.3	Alat Ukur Dukungan Sosial	41
3.5	Teknik Analisis Data	45
3.5.1	Analisa Deskriptif.....	45
3.5.2	Uji Asumsi Klasik.....	45
3.5.3	Uji Hipotesis	45

3.5.4 Analisa tambahan.....	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	47
4.1 Gambaran Subjek Penelitian	47
4.2 Analisis Deskriptif.....	49
4.2 Analisis Deskriptif	50
4.2.1 Analisis Deskriptif <i>Quarter Life Crisis</i>	50
4.2.2 Analisis Deskriptif <i>Self Confidence</i>	52
4.2.3 Analisis Deskriptif Dukungan Sosial.....	53
4.3 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	55
4.3.1 Hasil Uji Linearitas	55
4.3.2 Hasil Uji Normalitas Residual	56
4.3.3 Hasil Uji Heteroskedastisitas	57
4.3.4 Hasil Uji Multikolinearitas.....	58
4.4 Hasil Uji Hipotesis	58
4.4.3 Hasil Uji Regresi Berganda.....	58
4.5 Hasil Analisis Tambahan.....	61
4.5.1 Analisis Matriks Korelasi.....	61
4.6 Pembahasan	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	67
5.1 Kesimpulan.....	67
5.3 Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 2 Penelitian Terdahulu	23
Tabel 3. 1 <i>Blue Print Quarter Life Crisis</i>	33
Tabel 3. 2 Uji Validitas Skala <i>Quarter Life Crisis</i> Kualitatif Secara <i>Expert Judgement</i>	35
Tabel 3. 3 Uji Validitas Skala <i>Quarter Life Crisis</i> Analisa Kuantitatif Secara <i>Expert Judgement</i>	35
Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur <i>Quarter Life Crisis Scale</i>	36
Tabel 3. 5 <i>Blue Print Self Confidence</i>	37
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Skala <i>Self Confidence</i> Kualitatif Secara <i>Expert Judgement</i>	39
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Skala <i>Self Confidence</i> Analisa Kuantitatif Secara <i>Expert Judgement</i>	39
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur <i>Self Confidence Scale</i>	40
Tabel 3. 9 <i>Blue Print Dukungan Sosial</i>	41
Tabel 3. 10 Uji Validitas <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)</i> Kualitatif Secara <i>Expert Judgement</i>	43
Tabel 3. 11 Uji Validitas <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)</i> Analisa Kuantitatif Secara <i>Expert Judgement</i>	43
Tabel 3. 12 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)</i>	44
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Penelitian <i>Quarter Life Crisis</i>	50
Tabel 4. 2 Norma Kategorisasi Subjek Penelitian	51
Tabel 4. 3 Kategorisasi Subjek pada Variabel <i>Quarter Life Crisis</i>	51
Tabel 4. 4 Deskripsi Data Penelitian <i>Self Confidence</i>	52
Tabel 4. 5 Norma Kategorisasi Subjek Penelitian	52
Tabel 4. 6 Kategorisasi Subjek pada Variabel <i>Self Confidence</i>	53
Tabel 4. 7 Deskripsi Data Penelitian Dukungan Sosial	54
Tabel 4. 8 Norma Kategorisasi Subjek Penelitian	54
Tabel 4. 9 Kategorisasi Subjek pada Variabel Dukungan Sosial.....	55

Tabel 4. 10 Hasil Uji Linearitas antara variabel <i>Self Confidence</i> dan Dukungan Sosial dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	56
Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas Residual Kolmogrov-smirnov	56
Tabel 4. 12 Hasil Uji Heteroskedastisitas	57
Tabel 4. 13 Hasil Uji Multikolinearitas.....	58
Tabel 4. 18 Hasil Uji t Variabel <i>Self Confidence</i> dan Dukungan Sosial terhadap <i>Quarter Life Crisis</i>	59
Tabel 4. 20 Hasil Uji F Variabel <i>Self Confidence</i> dan Dukungan Sosial terhadap <i>Quarter Life Crisis</i>	59
Tabel 4. 19 Hasil Uji Nilai Koefisien Determinasi <i>Self Confidence</i> dan Dukungan Sosial terhadap <i>Quarter Life Crisis</i>	60
Tabel 4. 21 Hasil Uji Analisis Matriks Korelasi	61



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Penelitian.....	28
Gambar 4. 1 Jenis Kelamin Subjek.....	48
Gambar 4. 2 Usia Subjek.....	48
Gambar 4. 3 Pekerjaan Subjek.....	48
Gambar 4. 4 Tempat Tinggal Subjek.....	49



UNIVERSITAS
MERCU BUANA