

## ABSTRAK

Nama : Derizka Febriarmyta Abdurachim  
NIM : 46120010181  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh *Self Confidence* dan Dukungan Sosial terhadap *Quarter Life Crisis* di Jabodetabek  
Pembimbing : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog

Individu memasuki usia 20-an, terutama di rentang usia 22 hingga 25 tahun kerap mengalami bingung memilih karier, pendidikan, atau hubungan serius, yang dapat menimbulkan kecemasan dan ketidakstabilan emosional. Dalam konteks ini, *self-confidence* dan dukungan sosial menjadi faktor penting dalam membantu individu mengatasi *quarter life crisis* dan meningkatkan kemampuan dalam menghadapi tantangan kehidupan. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self confidence* dan dukungan sosial terhadap *quarter life crisis* di Jabodetabek. Subjek dalam penelitian ini adalah individu berusia 22-25 tahun di wilayah Jabodetabek berjumlah 344 subjek. Teknik penelitian yang digunakan adalah korelasional. Hasil analisa matriks korelasi pada variabel *self confidence* terdapat satu dimensi yang tidak berkorelasi dengan tiga dimensi dari variabel *quarter life crisis*, yaitu dimensi sikap positif dari variabel *self confidence* dengan dimensi kebimbangan dalam mengambil keputusan, terjebak dalam situasi sulit, dan khawatir terhadap hubungan interpersonal. Kemudian pada variabel dukungan sosial tidak terdapat dimensi yang tidak berkorelasi dengan dimensi variabel *quarter life crisis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self confidence* dan dukungan sosial dapat mempengaruhi *quarter life crisis* pada individu berusia 22-25 tahun di wilayah Jabodetabek baik secara parsial maupun secara simultan(bersama-sama).

**Kata kunci:** *Self Confidence*, Dukungan Sosial, *Quarter Life Crisis*

## ABSTRACT

Name : Derizka Febriarmyta Abdurachim  
NIM : 46120010181  
Study Program : Psychology  
Title of Thesis : The Influence of Self-Confidence and Social Support on Quarter Life Crisis in Jabodetabek  
Advisor : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog

Individuals entering their twenties, especially in the age range of 22 to 25, often experience confusion in choosing a career, education, or a serious relationship, leading to anxiety and emotional instability. In this context, self-confidence and social support become crucial factors in helping individuals overcome the quarter-life crisis and enhance their ability to face life challenges. Therefore, this research aims to examine the influence of self-confidence and social support on the quarter-life crisis in the Jabodetabek area. The subjects in this study are individuals aged 22-25 in the Jabodetabek region, totaling 344 subjects. The research method employed is correlational. The analysis of correlation matrices reveals one dimension of self-confidence that does not correlate with three dimensions of the quarter-life crisis variables. This includes the positive attitude dimension of self-confidence with dimensions of decision-making anxiety, getting stuck in difficult situations, and worrying about interpersonal relationships. Additionally, in the social support variable, there is no dimension that does not correlate with the dimensions of the quarter-life crisis variable. The results indicate that self-confidence and social support can influence the quarter-life crisis in individuals aged 22-25 in the Jabodetabek region, both partially and simultaneously.

**Keywords:** Self-Confidence, Social Support, Quarter Life Crisis

MERCU BUANA