



**HUBUNGAN SELF EFFICACY DENGAN *QUARTER LIFE*
CRISIS PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI
UNIVERSITAS X JAKARTA BARAT**

SKRIPSI

**MANDIRA EKA NINGRUM
46118010053**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2024



HUBUNGAN SELF EFFICACY DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS*
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS X
JAKARTA BARAT

SKRIPSI

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

MANDIRA EKA NINGRUM

46118010053

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA

2024

LEMBAR PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mandira Eka Ningrum

NIM : 46118010053

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan *Self Efficacy* Dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas X Jakarta Barat

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 Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 15 Agustus 2024



Mandira Eka Ningrum

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Mandira Eka Ningrum

NIM : 46118010053

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Self Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas X Jakarta Barat

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 : Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0327048904

()

Ketua Penguji : Yenny, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0324048702

()

Penguji 1 : Agustini, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0308087008

()

Jakarta, 26 Agustus 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “**Hubungan Self Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas X Jakarta Barat**”. Tugas akhir ini disusun guna memenuhi persyaratan kelulusan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Penelitian ini dapat terlaksana dengan baik atas berkat doa, support, dan juga bimbingan yang diberikan oleh beberapa pihak, serta pengarahan yang telah membantu terselesaikannya tugas akhir ini dengan baik. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi Psikolog dan Pak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc selaku Sekretaris Program Studi di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
6. Ibu Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah memberikan bimbingan dan motivasi selama proses penyusunan tugas akhir hingga selesai.
7. Ibu Agustini, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
8. Ibu Erna Multahada, S.HI., S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik.
9. Kedua orang tua, adik, dan saudara sepupu yang selalu memberi kasih sayang, perhatian, support dan doa selama saya mengerjakan tugas akhir.

10. Halimah Bunga Q, Farah, Erisca, Annissa, dan Sazkiyah selaku kakak, teman, sekaligus sahabat seperjuangan yang telah membantu dan memberikan support serta semangatnya kepada penulis selama mengerjakan tugas akhir.

Saya sebagai penulis menyadari bahwa di dalam penyelesaian tugas akhir ini masih terdapat berbagai kekurangan dan kesalahan serta masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, saya sebagai penulis juga ingin mengucapkan permintaan maaf yang sedalam-dalamnya, apabila selama proses penyelesaian tugas akhir ini masih terdapat banyak kesalahan baik yang disengaja maupun yang tidak disengaja. Namun, penulis berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata, penulis ucapkan banyak terima kasih kepada bapak/ibu, teman-teman, dan semua pihak yang ikut terlibat dalam penelitian ini. Semoga Allah SWT senantiasa membantu dan membalas kebaikan kalian. Aamiin.

Jakarta, 15 Agustus 2024



UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Mandira Eka Ningrum
NIM : 46118010053
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan *Self Efficacy* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas X Jakarta Barat.

Dalam 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 Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 15 Agustus 2024

Yang menyatakan,



Mandira Eka Ningrum

Hubungan *Self Efficacy* Dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas X Jakarta Barat

Mandira Eka Ningrum

Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog (Pembimbing)

Universitas Mercu Buana, Jakarta

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara *self efficacy* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di universitas x jakarta barat. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 177 responden dengan kriteria subjek mahasiswa aktif dari fakultas psikologi reguler 1 di universitas mercu buana, mahasiswa psikologi tingkat akhir atau yang sedang mengerjakan tugas akhir pada tahun ajaran ganjil 2022-2023. Untuk menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan metode *sampling jenuh*. Alat ukur yang digunakan dalam skala *Self Efficacy* adalah alat ukur skala *Self Efficacy* dari Adelina (2018) yang telah dikembangkan oleh Sherer et al., (1982) dari alat ukur yang disusun oleh Bandura (1997) dengan nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0.938 dan alat ukur skala *Quarter Life Crisis* adalah alat ukur yang mengadaptasi dari kuesioner yang dikembangkan oleh Hassler (2009) serta sebelumnya sudah digunakan dalam penelitian Huwaina & Khoironi (2021) dengan nilai reliabilitas *Cronbach Alpha* sebesar 0.931, kemudian direvalidasi ulang, diterjemahkan, dan dimodifikasi oleh Agustin (2012) berdasarkan teori Robbins & Wilner (2001). Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi dan hasilnya menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara variabel *self efficacy* dengan variabel *quarter life crisis* dengan nilai koefisien korelasinya (r) sebesar -0.538 dan nilai taraf signifikansi 0.000 ($p < 0.01$). Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self efficacy*, maka akan diikuti dengan rendahnya tingkat *quarter life crisis* yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir dan begitupun sebaliknya.

Kata Kunci : *self efficacy*, *quarter life crisis*, mahasiswa tingkat akhir.

The Relationship between *Self Efficacy* and *Quarter Life Crisis* in Final Year Students at University X, West Jakarta

Mandira Eka Ningrum

Aulia Kirana, M.Psi., Psychologist

Mercu Buana University, Jakarta

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self efficacy and quarter life crisis in final year students at University X, West Jakarta. The number of samples in this study was 177 respondents with the subject criteria being active students from the regular psychology faculty 1 at Mercu Buana University, final year psychology students or who were working on their final assignments in the odd academic year 2022-2023. To determine the sample size, researchers used a nonprobability sampling technique with a saturated sampling method. The measuring instrument used in the Self Efficacy scale is the Self Efficacy scale measuring instrument from Adelina (2018) which has been developed by Sherer et al., (1982) from the measuring instrument compiled by Bandura (1997) with a Cronbach Alpha value of 0.938 and the measuring instrument The Quarter Life Crisis scale is a measuring tool adapted from a questionnaire developed by Hassler (2009) and previously used in research by Huwaina & Khoironi (2021) with a Cronbach Alpha reliability value of 0.931, then revalidated, translated and modified by Agustin (2012) based on the theory of Robbins & Wilner (2001). The data analysis method used in this research is the correlation test and the results show that there is a significant negative relationship between the self efficacy variable and the quarter life crisis variable with a correlation coefficient (r) of -0.538 and a significance level of 0.000 ($p < 0.01$). These results show that the higher the level of self-efficacy, the lower the level of quarter life crisis experienced by final year students and vice versa.

Keywords: *self efficacy, quarter life crisis, final year students.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	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.....	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	9
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 Aspek-Aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	11
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i>	14
2.2 <i>Self Efficacy</i>	18

2.2.1	Definisi <i>Self Efficacy</i>	18
2.2.2	Aspek-Aspek <i>Self Efficacy</i>	19
2.2.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i>	20
2.3	Definisi Mahasiswa Tingkat Akhir.....	22
2.4	Dinamika Penelitian	24
2.5	Penelitian Terdahulu.....	26
2.6	Kerangka Berpikir	32
2.7	Hipotesis Penelitian	35
BAB III	METODE PENELITIAN	36
3.1	Desain Penelitian	36
3.2	Variabel Penelitian	36
3.3	Definisi Operasional.....	36
3.3.1	Definisi Operasional <i>Self Efficacy</i>	36
3.3.2	Definisi Operasional <i>Quarter Life Crisis</i>	36
3.4	Populasi dan Sampel.....	37
3.4.1	Populasi.....	37
3.4.2	Sampel.....	37
3.4.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	37
3.5	Teknik Pengambilan Data	38
3.6	Instrumen Penelitian.....	39
3.6.1	Skala <i>Self Efficacy</i>	39
3.6.2	Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	40
3.7	Metode Analisis Data	42
3.7.1	Analisis Data Deskriptif.....	42
3.8	Uji Alat Ukur	42
3.8.1	Uji Validitas	42
3.8.2	Uji Reliabilitas	43
3.9	Uji Asumsi Klasik	44
3.9.1	Uji Normalitas.....	44
3.9.2	Uji Linearitas.....	44
3.10	Uji Hipotesis.....	44
3.10.1	Uji Korelasi.....	44

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
4.1 Gambaran Umum Responden Penelitian.....	46
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	46
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	46
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Tingkat Semester	48
4.2 Analisis Data Deskriptif	48
4.2.1 Kategorisasi <i>Self Efficacy</i>	49
4.2.2 Kategorisasi <i>Quarter Life Crisis</i>	50
4.3 Uji Alat Ukur	51
4.3.1 Hasil Uji Validitas.....	51
4.3.2 Hasil Uji Reliabilitas	54
4.4 Uji Asumsi Klasik	55
4.4.1 Uji Normalitas.....	55
4.4.2 Uji Linearitas.....	55
4.5 Uji Hipotesis	56
4.5.1 Uji Korelasi	57
4.5.2 Hasil Uji Korelasi Antar Aspek	57
4.5.3 Analisa Tambahan Berdasarkan Data Demografi.....	61
4.6 Pembahasan Hasil Penelitian.....	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	69
5.1 Kesimpulan.....	69
5.2 Keterbatasan Penelitian	69
5.3 Saran	69
5.3.1 Saran Teoritis	69
5.3.2 Saran Praktis	70
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	26
Tabel 3.1 Skala <i>Likert Self Efficacy & Quarter Life Crisis</i>	38
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Efficacy</i>	39
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	41
Tabel 3.4 Ketentuan Penyusunan Norma Kategorisasi.....	42
Tabel 3.5 Interpretasi Nilai <i>Cronbach Alpha</i>	43
Tabel 3.6 Klasifikasi Nilai Koefisien Korelasi	45
Tabel 4.1 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	46
Tabel 4.2 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 4.3 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Tingkat Semester	48
Tabel 4.4 Analisis Data Deskriptif.....	49
Tabel 4.5 Kategorisasi Variabel <i>Self Efficacy</i>	49
Tabel 4.6 Kategorisasi Variabel <i>Quarter Life Crisis</i>	50
Tabel 4.7 Hasil Uji Validitas Skala <i>Self Efficacy</i>	51
Tabel 4.8 Hasil Uji Validitas Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	53
Tabel 4.9 Hasil Uji Reliabilitas <i>Self Efficacy</i>	54
Tabel 4.10 Hasil Uji Reliabilitas <i>Quarter Life Crisis</i>	54
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas	55
Tabel 4.12 Hasil Uji Linearitas	56
Tabel 4.13 Hasil Uji Hipotesis	57
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi Antar Aspek <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	58
Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi Antar Aspek <i>Quarter Life Crisis</i> dengan <i>Self Efficacy</i>	59
Tabel 4.16 Hasil Uji <i>T-Test (Independent T-Test) Self Efficacy (X)</i> Berdasarkan Data Demografi Jenis Kelamin	61
Tabel 4.17 Hasil Uji <i>T-Test (Independent T-Test) Quarter Life Crisis (Y)</i> Berdasarkan Data Demografi Jenis Kelamin	61
Tabel 4.18 Hasil Uji <i>One-Way ANOVA Self Efficacy</i> Berdasarkan Data Demografis	62

Tabel 4.19 Hasil Uji *One-Way ANOVA Quarter Life Crisis* Berdasarkan Data Demografis..... 63



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	35
------------------------------------	----

