

**HUBUNGAN ANTARA *STUDENT WELL-BEING*  
DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA  
MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

**SKRIPSI**

Oleh:  
**Annisa Dhani Rahmawati**  
**201910515133**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2023**

**HUBUNGAN ANTARA *STUDENT WELL-BEING*  
DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA  
MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

**SKRIPSI**

**Oleh:  
Annisa Dhani Rahmawati  
201910515133**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

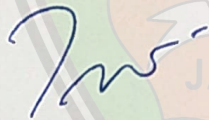
Judul Skripsi : Hubungan antara *Student Well-Being* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir  
Nama Mahasiswa : Annisa Dhani Rahmawati  
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515133  
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 31 Januari 2023

Jakarta, 07 Februari 2023

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



Ditta Febrieta, S.Psi., M.A.

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.

NIDN: 0307029001

NIDN: 0314078503

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan antara *Student Well-Being* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir  
Nama Mahasiswa : Annisa Dhani Rahmawati  
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515133  
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 31 Januari 2023

Jakarta, 07 Februari 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Sandra Adetya Svarif, M.Psi., Psikolog

NIDN: 0313128901

Penguji I : Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.

NIDN: 0314078503

Penguji II : Ditta Febrieta, S.Psi., M.A.

NIDN: 0307029001

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.

NIDN: 0314078503

Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D

NIDN: 0026047110

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan antara *Student Well-Being* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan persyaratan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di foto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet, selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 18 Januari 2023

Yang membuat pernyataan,



Annisa Dhani Rahmawati

NPM: 201910515133

## ABSTRAK

**Annisa Dhani Rahmawati. 201910515133.** Hubungan antara *Student Well-Being* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir.

*Quarter life crisis* yang dirasakan oleh individu, disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah perasaan khawatir yang timbul saat individu memiliki permasalahan pada dirinya sendiri. Perasaan khawatir timbul ini menjadi tanda rendahnya *well-being* yang dimiliki oleh individu, dan *well-being* yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah *student well-being*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *student well-being* dengan *quarter life crisis*. Terdapat 104 responden yang terlibat dalam penelitian ini, yang dipilih menggunakan teknik *quota sampling*. Penelitian ini menggunakan instrumen skala *quarter life crisis* yang dimodifikasi dari Robbins & Wilner, serta instrumen skala *student well-being* yang dimodifikasi dari Karyani, dkk. Data dalam penelitian ini diuji menggunakan pengujian korelasi *pearson product moment*. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *student well-being* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Hubungan antara kedua variabel berada pada arah yang negatif, yang berartikan hubungan antara *student well-being* dengan *quarter life crisis* berlawanan, yakni apabila *quarter life crisis* mahasiswa tingkat akhir tinggi maka *student well-being* yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir tersebut rendah. Dengan begitu, mengartikan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah mengkaji kembali mengenai faktor yang terkait dengan variabel tergantung beserta aitemnya.

**Kata Kunci:** *Quarter life crisis*, *student well-being*, mahasiswa tingkat akhir.

## ABSTRACT

**Annisa Dhani Rahmawati. 201910515133.** *Relationship between Student Well-Being and Quarter Life Crisis in final year students.*

*The quarter-life crisis that is felt by individuals is caused by several factors, one of which is the feeling of worry that arises when individuals have problems with themselves. Feelings of worry arise as a sign of low well-being owned by the individual, and well-being is meant in this study as student well-being. This study aims to determine the relationship between student well-being and quarter-life crisis. There were 104 respondents involved in this study, selected using the quota sampling technique. This study used a modified quarter-life crisis scale instrument from Robbins & Wilner and a modified student well-being scale instrument from Karyani et al. The Pearson product moment correlation test was used to examine the data in this study. The results of this study indicate that there is a relationship between student well-being and quarter-life crisis in final-year students. The relationship between the two variables is in the negative direction, which means that the relationship between student well-being and quarter-life crisis is the opposite; in particular, the student well-being of final-year students is low if their rate of quarter-life crisis is high. Thus, it means that the alternative hypothesis ( $H_a$ ) is accepted. Suggestions for further research include reviewing the factors associated with the dependent variable and its items.*

**Sentence case:** *Quarter life crisis, student well-being, final year students.*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang atas Rahmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penelitian berjudul “Hubungan antara *Student Well-Being* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir” ini dengan baik dan dengan tepat waktu, sebagai pemenuhan salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Selama penyusunan skripsi ini, peneliti dihadapi oleh banyak hal, sehingga peneliti peneliti sadar bahwa penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, dukungan, serta nasihat dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih secara tulus kepada:


1. Tuhan Yang Maha Esa, karena atas Rahmat-Nya peneliti mendapati kelancaran dan kesehatan fisik serta psikis untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memimpin serta membimbing seluruh Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Ibu Ditta Febrieta, S.Psi., M.A selaku Dosen Pembimbing Skripsi serta Dosen Pembimbing Akademik yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing, membantu, serta memberikan ilmu baru dalam menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa juga motivasi serta dukungan yang diberikan sejak semester satu sampai saat ini, saya ucapkan banyak terimakasih.
4. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., M.A selaku Ketua Program Studi Psikologi serta Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan kepada seluruh Mahasiswa Fakultas Psikologi, serta memberikan kritik saran terhadap skripsi ini sehingga menjadi lebih baik.



5. Ibu Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan kritik dan saran terhadap skripsi ini, sehingga menjadi skripsi yang lebih baik.
6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan ilmunya, serta seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dalam pengurusan administrasi dan akademik selama perkuliahan.
7. Kedua orang tua saya, Baba saya Ardian, Mamah saya Dwi, ketiga Adik saya Adhel, Abi dan Izy, Nenek, Alm. Kakek, Kakak Yaya, Ibu Helda, Tante Sri, Kungkung, dan seluruh anggota keluarga besar lainnya yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan doa serta dukungan baik secara emosional maupun finansial selama saya menjalankan perkuliahan.
8. Teman-teman saya yang bernama Namora, Tazkia, Naufal, Sari, Luthfiyah, Annisa, Faris, Alif, Ayu, serta teman-teman lain yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu, yang selalu membantu, menemani dan memberikan dukungan dalam proses penyelesaian skripsi.
9. Pasangan saya Rafi, yang juga turut memberikan motivasi, dukungan, serta hiburan dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti sadar bahwa ada kekurangan dalam penelitian ini, oleh karena itu peneliti menerima dengan rendah hati kritik dan saran yang akan diberikan. Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat dalam bidang ilmu Psikologi dan pihak lainnya.

Jakarta, 18 Januari 2023



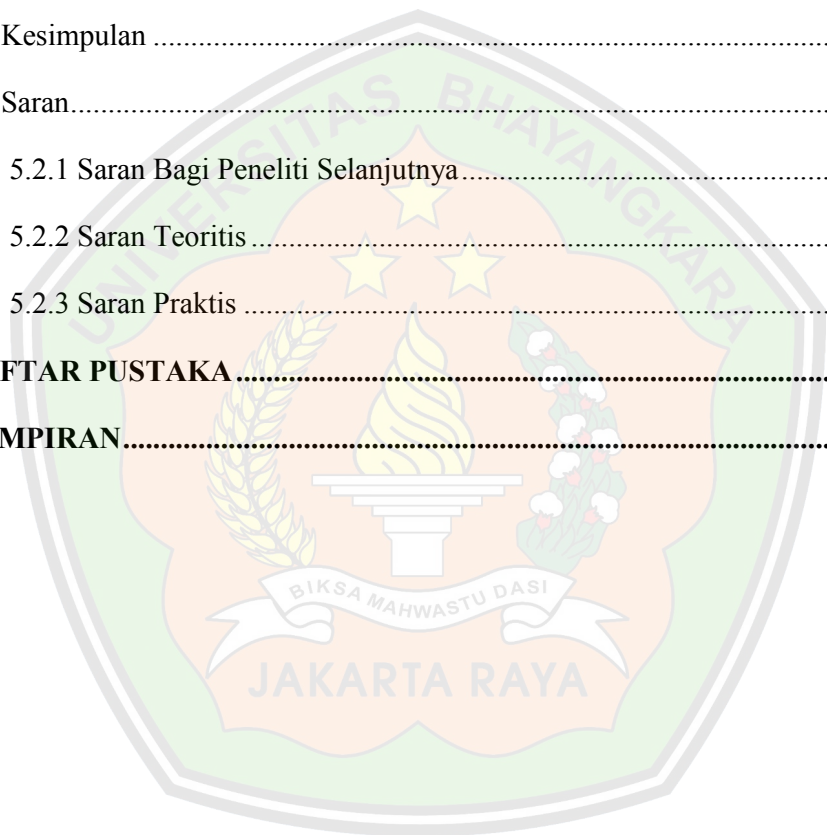
Annisa Dhani Rahmawati

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian .....	10
1.4 Manfaat Penelitian .....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>11</b>
2.1 Uraian Variabel .....	11
2.1.1 Quarter Life Crisis .....	11
2.1.2 <i>Student Well-Being</i> .....	15
2.2 Hubungan Antar Variabel .....	20

2.3 Hipotesis Penelitian.....	21
2.4 Kerangka Berpikir.....	21
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>22</b>
3.1 Tipe Penelitian .....	22
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	22
3.3 Definisi Operasional.....	22
3.3.1 Definisi Operasional <i>Quarter Life Crisis</i> .....	22
3.3.2 Definisi Operasional <i>Student Well-Being</i> .....	23
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian .....	23
3.4.1 Populasi.....	23
3.4.2 Sampel dan <i>Sampling</i> .....	24
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	25
3.5.1 Instrumen Penelitian .....	25
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian .....	28
3.6. Analisis Data .....	32
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>33</b>
4.1 Profil Responden Penelitian.....	33
4.2 Pelaksanaan Penelitian .....	34
4.2.1 Persiapan Penelitian .....	34
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	35
4.2.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian .....	35
4.3.1 Validitas Alat Ukur Penelitian .....	35
4.3 Hasil Penelitian .....	37
4.3.1 Profil Demografis.....	37

4.3.2 Uji Asumsi Penelitian .....	38
4.3.3 Uji Kategorisasi Penelitian .....	38
4.3.4 Uji Hipotesis .....	41
4.3.5 Uji Beda .....	42
4.4 Diskusi dan Pembahasan.....	43
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>47</b>
5.1 Kesimpulan .....	47
5.2 Saran.....	47
5.2.1 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya.....	47
5.2.2 Saran Teoritis.....	47
5.2.3 Saran Praktis .....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>49</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>54</b>



## DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir ..... 21



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Data Populasi Mahasiswa .....	24
Tabel 3.2 Blue Print Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	26
Tabel 3.3 Blue Print Skala <i>Student Well-Being</i> .....	26
Tabel 3.4 Teknik Pemberian Skor Skala Likert .....	27
Tabel 3.5 Klasifikasi Indeks Daya Beda Item .....	28
Tabel 3.6 <i>Blue Print</i> Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	29
Tabel 3.7 <i>Blue Print</i> Skala <i>Student Well-Being</i> .....	30
Tabel 3.8 Kriteria Indeks Koefisien Reliabilitas .....	31
Tabel 3.9 Reliabilitas skala setelah uji coba penelitian .....	32
Tabel 4.1 Profil Responden Penelitian .....	33
Tabel 4.2 Validitas Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	36
Tabel 4.3 Validitas Skala <i>Student Well Being</i> .....	36
Tabel 4.4 Reliabilitas Skala Penelitian .....	37
Tabel 4.5 Profil Demografis .....	37
Tabel 4.6 Uji Asumsi Penelitian .....	38
Tabel 4.7 Kategorisasi Data Penelitian <i>Quarter Life Crisis</i> .....	40
Tabel 4.8 Kategorisasi Data Penelitian <i>Student Well-Being</i> .....	41
Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi .....	42
Tabel 4.10 Hasil Uji Beda .....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 - Surat izin pengambilan data awal.....	54
Lampiran 2 - Surat izin penelitian.....	55
Lampiran 3 - Lembar kartu bimbingan skripsi .....	56
Lampiran 4 - Butir aitem skala <i>Quarter Life Crisis</i> sebelum <i>try out</i> .....	58
Lampiran 5 - Butir aitem skala <i>Student Well-Being</i> sebelum <i>try out</i> .....	59
Lampiran 6 - <i>Screenshot Google Form Try Out</i> skala penelitian .....	60
Lampiran 7 - Bukti <i>screenshot</i> penyebaran data <i>try out</i> skala penelitian .....	61
Lampiran 8 - Tabulasi data <i>try out</i> .....	62
Lampiran 9 - Butir aitem skala <i>Quarter Life Crisis</i> setelah <i>try out</i> .....	65
Lampiran 10 - Butir aitem skala <i>Student Well-Being</i> setelah <i>try out</i> .....	66
Lampiran 11 - <i>Screenshot Google Form</i> Skala Penelitian.....	67
Lampiran 12 - <i>Screenshot</i> penyebaran data skala penelitian .....	68
Lampiran 13 - Tabulasi data skala penelitian .....	70
Lampiran 14 - Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	76
Lampiran 15 - Hasil Uji Asumsi .....	78
Lampiran 16 - Hasil Uji Hipotesis .....	79
Lampiran 17 - Hasil Uji Kategorisasi .....	79
Lampiran 18 - Hasil Uji Beda .....	80