

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
*QUARTER LIFE CRISIS* PADA *EMERGING  
ADULTHOOD* DI KOTA BEKASI**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Fadilla Wulandari**

**201910515213**



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

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial Dengan  
*Quarter Life Crisis* Pada *Emerging  
Adulthood* di Kota Bekasi

Nama Mahasiswa : Fadilla Wulandari

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515213

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 20 Juli 2023

Jakarta, 28 Juli 2023

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si.

NIDN : 0324048801



Ferdy Muzzamil, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0301028304

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial Dengan  
*Quarter Life Crisis* Pada *Emerging Adulthood* Di Kota Bekasi

Nama Mahasiswa : Fadilla Wulandari

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515213

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 20 Juli 2023

Jakarta, 28 Juli 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji

: Dr. Tugimin Supriyadi, S.Psi., MM  
NIDN. 0310076603

Penguji I

: Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si  
NIDN. 0324048801

Penguji II

: Ferdy Muzzamil, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0301028304

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 menyatakan bahwa :

Skripsi yang berjudul Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Quarter Life Crisis* Pada *Emerging Adulthood* di Kota Bekasi 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 dan sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

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

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

Saya memberi 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, 28 Juli 2023  
Yang membuat Pernyataan,



Fadilla Wulandari  
201910515213

## ABSTRAK

**Fadilla Wulandari. 201910515213.** Hubungan Dukungan Sosial dengan *Quarter Life Crisis* pada *Emerging Adulthood* di Kota Bekasi.

Individu mulai mengeksplorasi diri dalam karir, hubungan dengan lawan jenis dan hubungan sosial. Diketahui bahwa periode ini juga disebut sebagai periode dewasa muda. Setiap individu pasti akan bereaksi berbeda, sehingga beberapa dari mereka tidak dapat mengatasi perubahan yang datang seiring bertambahnya usia. Peralihan dari masa remaja ke masa dewasa membuat individu yang berada di dalamnya merasa frustrasi. Ketidakmampuan individu menghadapi kenyataan pada masa transisi ini berpotensi melahirkan krisis perkembangan sebagai *quarter life crisis*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada dewasa muda di Kota Bekasi khususnya di kecamatan Bekasi Utara. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah penduduk Kota Bekasi khususnya di Kabupaten Bekasi Utara yang berusia 18-25 tahun. Jumlah sampel dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan aplikasi G\*Power yang berguna untuk mengukur minimal sampel (N) pada taraf signifikansi 0,25. Hasil yang diperoleh dari perhitungan jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 123 orang. Berdasarkan pengujian hipotesis dengan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*, terdapat hubungan antara *quarter life crisis* dan dukungan sosial pada dewasa muda di Kota Bekasi Utara dengan hubungan negatif. *Quarter life crisis* termasuk dalam kategori rendah. Individu dianggap tidak terlalu cemas akan masa depannya karena memiliki dukungan sosial yang cukup tinggi. Dukungan sosial berada pada kategori tinggi, individu mendapatkan dukungan yang cukup dari lingkungan sekitar sehingga individu tidak merasakan kecemasan yang berlebihan saat melewati fase *quarter life crisis*.

Kata kunci: dukungan sosial; masa dewasa yang baru muncul; krisis seperempat kehidupan

## **ABSTRACT**

**Fadilla Wulandari. 201910515213. Relationship of Social Support with Quarter Life Crisis in Emerging Adulthood in Bekasi City**

*Individuals begin to explore themselves in careers, relationships with the opposite sex and social relationships. It is known that this period is also referred to as the period of emerging adulthood. Every individual will certainly react differently, so some of them cannot cope with the changes that come with age. The transition from adolescence to adulthood makes individuals who are in it feel frustrated. The individual's inability to face reality during this transitional period has the potential to produce a developmental crisis as a quarter life crisis. This study aims to analyze the relationship between social support and quarter life crises in emerging adulthood in Bekasi City, especially in North Bekasi sub-district. This study uses a quantitative approach. The population of this study is residents of Bekasi City, especially in North Bekasi District, aged 18-25 years. The number of samples in this study was calculated using the G\*Power application which is useful for measuring a minimum sample (N) at a significance level of 0.25. The results obtained from calculating the number of samples that will be used in this study are as many as 123 individuals. Based on hypothesis testing using the Pearson Product Moment correlation, there is a relationship between quarter life crises and social support in emerging adulthood in North Bekasi City with a negative relationship. Quarter life crisis is in the low category. Individuals are considered not too anxious about the future because they have high enough social support. Social support is in the high category, the individual gets enough support from the surrounding environment so that the individual does not feel excessive anxiety when going through the quarter life crisis phase.*

*Keywords: social support; emerging adulthood; quarter life crises*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena dengan Rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik dan di waktu yang tepat dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Quarter Life Crisis* Pada *Emerging Adulthood* di Kota Bekasi” untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Penyusunan skripsi ini banyak hal yang dihadapi oleh peneliti, oleh sebab itu peneliti menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bantuan, bimbingan serta nasehat dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Allah SWT, karena telah memberikan saya kelancaran dan kesehatan secara psikis maupun fisik sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memimpin dan membimbing seluruh Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
3. Ibu Timorora Sandha Perdhana S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, membantu, serta membagikan ilmu dengan sabar dalam menyelesaikan skripsi ini, saya ucapkan banyak terima kasih.
4. Bapak Ferdy Muzzamil, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Tuginin Supriyadi, S.Psi., MM. Ibu Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog, Bapak Dr. Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.si, Ibu Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan saran, masukan dan kritik terhadap skripsi ini untuk menjadi skripsi yang lebih baik.
6. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA selaku Ketua Program Studi Psikologi telah membimbing seluruh mahasiswa Psikologi khususnya angkatan 2019.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membagikan ilmunya serta seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas

Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dalam pengurusan administrasi dan akademik selama perkuliahan.

8. Kedua orang tua saya, Ayah saya yang bernama Madiyono, Ibu saya yang bernama Nurlelawati, yang telah memberikan do'a dan dukungan secara finansial dalam menyelesaikan perkuliahan sejak awal memulai perkuliahan sampai dengan penyelesaian tugas akhir skripsi dengan baik.
9. *Support system* setelah keluarga saya sendiri yaitu Gowis Luhur Makantar, yang telah menemani saya dengan dukungan morilnya mulai dari awal perkuliahan, hingga akhir perkuliahan saya.
10. Teman-teman Semicolon, yaitu Rizka Dinanti, Lisa Dewi, Alfira Husnia, Alfita Figa, serta Zahrina Salwa yang telah menemani dan mendukung proses perkuliahan saya dari semester awal hingga sekarang saya menyelesaikan skripsi, terimakasih banyak.
11. Teman-teman Fakultas Psikologi saya seperti Faris Ahmad Fauzi, Salsabila Andhina, dan lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terimakasih banyak atas segala bimbingan dan bantuannya dalam pembuatan skripsi yang sangat berarti ini.
12. Sahabat-sahabat saya yaitu Ellia, Bella, Zahra, Nurul, Nabila, dan Fitri. Terimakasih banyak karena selalu menghibur saya ketika merasa penat dengan persoalan skripsi.

Peneliti menyadari adanya kekurangan dalam penelitian ini, oleh karena itu peneliti sangat menerima kritik dan saran yang diberikan. Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi bidang ilmu psikologi maupun berbagai pihak.

Jakarta, 6 Juli 2023

Fadilla Wulandari



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	10
1.4.2 Manfaat Praktis.....	11
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>12</b>
2.1 Uraian Variabel .....	12
2.1.1 <i>Quarter Life Crisis</i> .....	12
2.1.2 Dukungan Sosial .....	19
2.2 Hubungan Antar Variabel .....	23
2.2.1 Hubungan antara Dukungan Sosial dan <i>Quarter life Crisis</i> .....	23
2.3 Hipotesis Penelitian.....	24
2.4 Kerangka Berpikir Penelitian .....	24

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>
3.1 Tipe Penelitian .....	26
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	26
3.3 Definisi Operasional.....	27
3.3.1 Definisi <i>Quarter life Crisis</i> .....	27
3.3.2 Definisi Dukungan Sosial.....	27
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian .....	27
3.4.1 Populasi .....	27
3.4.2 Sampel dan Sampling.....	28
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	29
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	29
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian .....	32
3.6 Analisis Data .....	34
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>35</b>
4.1 Profil Responden Penelitian .....	35
4.2 Pelaksanaan Penelitian .....	36
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	36
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian .....	37
4.2.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian.....	37
4.2.3.1 Validitas Alat Ukur Penelitian.....	37
4.2.3.2 Reliabilitas Alat Ukur Penelitian .....	40
4.3 Hasil Penelitian .....	41
4.3.1 Profil Demografis .....	41
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian.....	42
4.3.3 Kategorisasi Penelitian .....	42
4.3.4 Uji Hipotesis.....	46

4.4 Diskusi dan Pembahasan.....	47
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>51</b>
5.1 Kesimpulan .....	51
5.2 Saran.....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>58</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban Skala .....	29
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Quarter life Crisis</i> .....	30
Tabel 3.3 Skala Dukungan Sosial .....	31
Tabel 3.4 Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem .....	33
Tabel 3.5 Interpretasi Tingkat Reliabilitas.....	34
Tabel 4.1 Profil Responden Penelitian.....	35
Tabel 4.2 Validitas Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	38
Tabel 4.3 Validitas Skala Dukungan Sosial.....	39
Tabel 4.4 Reliabilitas Skala Penelitian.....	40
Tabel 4.5 Hasil Uji Coba Reliabilitas Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	40
Tabel 4.6 Hasil Uji Coba Reliabilitas Skala Dukungan Sosial .....	41
Tabel 4.7 Profile Demografis Skala .....	41
Tabel 4.8 Hasil Uji Asumsi Penelitian.....	42
Tabel 4.9 Deskripsi Statistik Variabel <i>quarter life crisis</i> .....	43
Tabel 4 10 Kategorisasi Data Penelitian <i>Quarter Life Crisis</i> .....	44
Tabel 4.11 Deskripsi Statistik Variabel Dukungan Sosial.....	45
Tabel 4.12 Kategorisasi Data Penelitian Dukungan Sosial.....	45
Tabel 4 .13 Hasil Uji Korelasi Pearson.....	46

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir .....	25
-------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 - G*POWER .....	58
Lampiran 2 –Aitem skala <i>quarter life crisis</i> sebelum <i>try out</i> .....	59
Lampiran 3 –Aitem skala dukungan sosial sebelum <i>try out</i> .....	62
Lampiran 4 – Aitem skala <i>quarter life crisis</i> sesudah <i>try out</i> .....	64
Lampiran 5 - Aitem skala dukungan sosial Setelah <i>try out</i> .....	67
Lampiran 6 – Penyebaran skala <i>try out</i> .....	69
Lampiran 7 – <i>Screenshot google form try out</i> .....	72
Lampiran 8 – Penyebaran penelitian akhir.....	74
Lampiran 9 - <i>Screenshot google form</i> pengambilan data asli .....	77
Lampiran 10 - Tabulasi data variabel.....	79
Lampiran 11 – Validitas <i>quarter life crisis</i> .....	86
Lampiran 12 – Reliabilitas <i>quarter life crisis</i> .....	87
Lampiran 13 – Validitas dukungan sosial.....	88
Lampiran 14 – Reliabilitas dukungan sosial .....	89
Lampiran 15 – Uji normalitas .....	90
Lampiran 16 – Uji kategorisasi <i>quarter life crisis</i> .....	91
Lampiran 17 – Uji kategorisasi dukungan sosial .....	92
Lampiran 18 – Uji korelasi <i>non parametric correlation</i> .....	93
Lampiran 19 – Profil usia dan jenis kelamin .....	94
Lampiran 20 – Profil demografis <i>quarter life crisis</i> .....	95
Lampiran 21 – Histogram <i>quarter life crisis</i> .....	97
Lampiran 22 – Profil demografis dukungan sosial .....	98
Lampiran 23 - Histrogram dukungan sosial.....	100
Lampiran 24 – Kartu bimbingan skripsi .....	101
Lampiran 25 – Perizinan modifikasi aitem .....	103
Lampiran 26 – Hasil plagiarism .....	104