

**HUBUNGAN ANTARA *HOPE* DAN *PEER PRESSURE* DENGAN
QUARTER LIFE CRISIS PADA DEWASA AWAL**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi
(S.Psi)



Alissa Qotrunnada Maslakha

J91218076

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2022**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Hope* dan *Peer Pressure* dengan *Quarter Life Crisis* pada Dewasa Awal” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 9 Agustus 2022



Alissa Qotrunnada Maslakha

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *HOPE* DAN *PEER PRESSURE* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA DEWASA AWAL

Oleh:

Alissa Qotrunnada Maslakha

NIM: J91218076

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Seminar Proposal Skripsi

Surabaya, 9 Agustus 2022

Dosen Pembimbing



Rizma Fithri, S.Psi., M.Si.
NIP. 197403121999032001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *HOPE* DAN *PEER PRESSURE* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA DEWASA AWAL

Yang disusun oleh :
Alissa Qotrunnada Maslakha
J91218076

Telah dipertahankan di depan
Tim Penguji pada tanggal 11 Agustus 2022

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si
NIP. 197502052003121002

Susunan Tim Penguji,
Penguji I



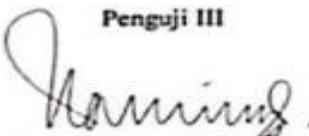
Rizma Fithri, S. Psi, M. Si
NIP. 197403121999032001

Penguji II



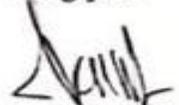
Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M. Ag
NIP. 197209271996032002

Penguji III



Drs. H. Hamim Rosvifal, M.Si
NIP. 196208241987031002

Penguji IV



Ika Mustika, M. Kes
NIP. 198702212014032004

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Alissa Qotrunnada Maslakha
NIM : J91218076
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : aqotrunnada15@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan antara Hope dan Peer Pressure dengan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 27 September 2022

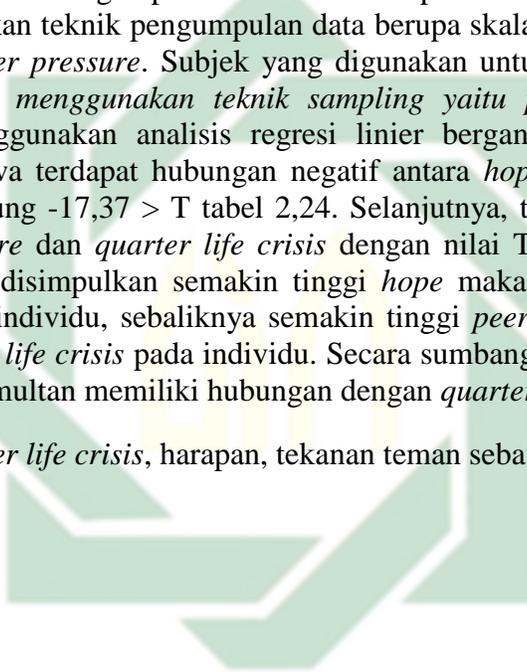
Penulis

(Alissa Qotrunnada Maslakha)

INTISARI

Quarter life crisis merupakan suatu reaksi yang intens dari individu yang terjadi pada usia 20-an keatas, dimana individu dihadapkan dengan realita kehidupan sesungguhnya dan perubahan secara terus-menerus. Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya hubungan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal. Rancangan penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa skala *quarter life crisis*, skala *hope* dan skala *peer pressure*. Subjek yang digunakan untuk penelitian adalah 425 responden dengan menggunakan teknik *sampling* yaitu *purposive sampling* dan analisis data menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *hope* dan *quarter life crisis* dengan nilai T hitung $-17,37 > T$ tabel 2,24. Selanjutnya, terdapat hubungan positif antara *peer pressure* dan *quarter life crisis* dengan nilai T hitung $11,92 > T$ tabel 2,24. Maka dapat disimpulkan semakin tinggi *hope* maka semakin rendah tingkat *quarter life crisis* individu, sebaliknya semakin tinggi *peer pressure* maka semakin tinggi pula *quarter life crisis* pada individu. Secara sumbangan efektif *hope* dan *peer pressure* secara simultan memiliki hubungan dengan *quarter life crisis* sebesar 58%.

Kata Kunci: *Quarter life crisis*, harapan, tekanan teman sebaya, dewasa awal

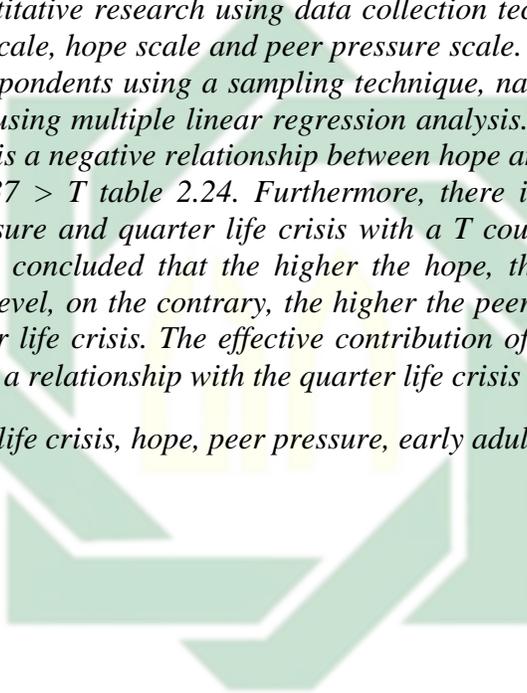


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

Quarter life crisis is an intense reaction from individuals that occurs in their 20s and above, where individuals are faced with the realities of real life and changes continuously. This study aims to see the relationship between hope and peer pressure with the quarter life crisis in early adulthood. The design of this research is correlational quantitative research using data collection techniques in the form of a quarter life crisis scale, hope scale and peer pressure scale. The subjects used for the study were 425 respondents using a sampling technique, namely purposive sampling and data analysis using multiple linear regression analysis. The results of this study indicate that there is a negative relationship between hope and quarter life crisis with a T count of $-17.37 > T$ table 2.24. Furthermore, there is a positive relationship between peer pressure and quarter life crisis with a T count of $11.92 > T$ table of 2.24. So it can be concluded that the higher the hope, the lower the individual's quarter life crisis level, on the contrary, the higher the peer pressure, the higher the individual's quarter life crisis. The effective contribution of hope and peer pressure simultaneously has a relationship with the quarter life crisis by 58%.

Keyword: Quarter life crisis, hope, peer pressure, early adulthood



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
INTISARI.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Keaslian Penelitian.....	10
D. Tujuan Penelitian	14
E. Manfaat Penelitian	14
F. Sistematika Pembahasan	15
BAB II.....	17
A. <i>Quarter Life Crisis</i>	17
1. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i>	19
2. Bentuk-Bentuk <i>Quarter Life Crisis</i>	25
3. Aspek-Aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	27
B. <i>Hope</i>	29
1. Aspek-Aspek <i>Hope</i>	30

C. <i>Peer Pressure</i>	32
1. Aspek-Aspek <i>Peer Pressure</i>	34
D. Hubungan antara <i>Hope</i> dan <i>Peer Pressure</i> dengan <i>Quarter Life Crisis</i> pada Dewasa Awal.....	35
E. Kerangka Teori.....	36
F. Hipotesis.....	39
BAB III	41
A. Rancangan Penelitian	41
B. Identitas Variabel	41
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	42
D. Populasi, Teknik Sampling & Sampel	43
1. Populasi	43
2. Sampel	43
3. Teknik Sampling	45
E. Instrumen Penelitian.....	46
F. Analisis Data	60
BAB IV	66
A. Hasil Penelitian	66
B. Pengujian Hipotesis.....	76
C. Pembahasan.....	83
BAB V.....	90
A. Kesimpulan	90
B. Saran.....	91
DAFTAR PUSTAKA	92
LAMPIRAN.....	95

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blueprint Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	47
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala <i>Hope</i>	48
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Skala <i>Peer Pressure</i>	49
Tabel 4. Hasil Uji Validasi Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	51
Tabel 5. <i>Blueprint</i> Hasil Uji Validitas Isi <i>Quarter Life Crisis</i>	52
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Skala <i>Hope</i>	54
Tabel 7. <i>Blueprint</i> Hasil Uji Validitas Isi <i>Hope</i>	55
Tabel 8. Hasil Uji Validitas Skala <i>Peer Pressure</i>	55
Tabel 9. <i>Blueprint</i> Hasil Uji Validitas Isi <i>Peer Pressure</i>	56
Tabel 10. Hasil Uji Reliabilitas <i>Quarter Life Crisis</i>	58
Tabel 11. Hasil Uji Reliabilitas <i>Hope</i>	59
Tabel 12. Hasil Reliabilitas <i>Peer Pressure</i>	59
Tabel 13. Hasil Uji Normalitas	61
Tabel 14. Hasil Uji Linearitas Variabel <i>Hope</i> (X1)	62
Tabel 15. Hasil Uji Linearitas Variabel <i>Peer Pressure</i> (X2)	63
Tabel 16. Hasil Uji Multikolinearitas	64
Tabel 17. Hasil Uji Heterokesdatisitas.....	65
Tabel 18. Deskripsi Sebaran Subjek berdasarkan Jenis Kelamin	67
Tabel 19. Deskripsi Sebaran Subjek berdasarkan Usia.....	68
Tabel 20. Deskripsi Sebaran Subjek berdasarkan Domisili	70
Tabel 21. Deskripsi Sebaran Subjek berdasarkan Pekerjaan Subjek	70
Tabel 22. Deskripsi Sebaran Status Subjek.....	71
Tabel 23. Deskripsi Sebaran Tempat Tinggal Subjek.....	72
Tabel 24. Deskripsi Statistik	73
Tabel 25. Norma Kategorisasi.....	75
Tabel 26. Hasil Uji T Parsial Regresi Linier Berganda	76
Tabel 27. Perbandingan nilai T Uji Parsial	78
Tabel 28. Hasil Uji F Simultan Regresi Linear Berganda	79
Tabel 29. Perbandingan uji F nilai simultan	79
Tabel 30. <i>Model Summary</i>	81
Tabel 31. Korelasi dalam Regresi Linier Berganda	82
Tabel 32. Perhitungan Sumbangan Efektif	82

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A: Instrumen Penelitian..... 95



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Quarter life crisis merupakan suatu reaksi yang intens dari individu yang terjadi pada usia 20-an keatas, dimana individu dihadapkan dengan realita kehidupan sesungguhnya dan perubahan secara terus-menerus. *Quarter life crisis* memiliki tanda seperti timbulnya perasaan tidak berdaya dan tidak berguna, terisolasi, meragukan dirinya sendiri serta takut untuk menghadapi kegagalan terhadap masa depannya, seperti dalam pekerjaan, relasi maupun kehidupan sosial (Sujudi & Ginting, 2020). Pertama kali, istilah *quarter life crisis* ditemukan oleh Alexander Robbins dan Wilner (2001) yang berlandaskan teori *emerging adulthood* oleh Jeffrey Arnett (2000). Robbins dan Wilner (2001) berpendapat *quarter life crisis* adalah reaksi dari individu dimana terdapat ketidakstabilan, perubahan terus-menerus, sulit mengambil keputusan karena banyaknya pilihan, dan munculnya rasa cemas karena merasa tidak berdaya. *Quarter life crisis* sering muncul ketika individu memiliki *goals* atau sedang beralih dari masa remaja menuju dewasa, dimana individu tersebut bereksplorasi dari kehidupan yang tidak stabil ke kehidupan yang lebih mapan (Robbins & Wilner, 2001; Salsabila, 2021).

Masa dewasa adalah masa dimana individu pada tahap pencarian identitas diri yang seringkali diiringi dengan adanya permasalahan, emosi, rasa terisolasi dari sosial, maupun nilai-nilai yang berubah sehingga harus pintar dalam menyesuaikan diri. Pada fase dewasa ini, individu akan mengalami perubahan yang banyak sekali, baik secara fisik, kognitif, maupun psikososio-emosional (Syifa'ussurur et al., 2021). Masa dewasa awal merupakan awalan bagi seorang individu dituntut untuk bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri. Namun setiap individu, masing-masing memiliki tugas perkembangan dan tuntutan yang tidak sama. Pada tahap ini tidak semua hambatan dan tantangan dapat diatasi oleh individu. Individu yang memiliki persiapan cukup baik dalam perubahan ini, akan merasa siap dan dapat melewatinya. Berbeda dengan individu yang merasa gelisah dan kesulitan untuk melewati tantangan dan perubahan tersebut sehingga menimbulkan *quarter life crisis* pada diri individu tersebut (Afnan et al., 2020).

Individu pada usia 18 hingga 30 tahun lebih banyak kemungkinan untuk mengalami *quarter life crisis*. Di negara barat, banyak sekali dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis* karena budayanya, yang dimana individu jika individu mulai berusia 18 tahun akan mulai hidup mandiri, sehingga membuat mereka memiliki tanggung jawab untuk mendapatkan kehidupan yang mapan dan mendapatkan karir yang bagus, serta bisa menyelesaikan masa pendidikannya dan memiliki sebuah rumah tangga. Hal tersebut membuat beberapa individu sering merasa krisis perkembangan

karena peralihan tugas perkembangan dari masa remaja akhir menuju dewasa awal (Permatasari, 2021). *Quarter life crisis* memiliki dampak berupa stres yang diakibatkan karena merasa hidup kurang stabil dan apa yang diinginkan individu berbanding terbalik dengan yang ia bayangkan. Hal ini terjadi disebabkan oleh harapan yang terlalu besar dan tidak sesuai dengan keadaan yang ada. Individu akan termotivasi untuk mencari pemahaman baru saat masa sulit mengenai dirinya sendiri dan mencari jalan keluar untuk berbagai tantangan hidup (Robinson et al., 2016).

Gumtree.com (2015) melakukan survei, dari 1.100 dewasa awal di Inggris, sebanyak 86% mengatakan mereka pernah mengalami *quarter life crisis*, 32% berpendapat bahwa merasakan tekanan besar karena dituntut untuk memiliki rumah tangga dan anak pada usia 30 tahun (Permatasari, 2021). *One Poll* (2017) dalam *First direct* juga melakukan survei terhadap 2000 milenial di Inggris, dimana survei menunjukkan bahwa 56% milenial di Inggris mengalami *quarter life crisis* (Putri, 2020). Hampir 60% individu menyatakan bahwa mereka merasa bingung akan situasi kehidupan karena adanya banyak tekanan dari lingkungan. Individu merasa semakin ia mendapatkan tekanan, semakin individu tersebut frustrasi dan memandang negatif dirinya sendiri (Salsabila, 2021).

Robinson & Wright (2013) melakukan sebuah survei kepada 1023 orang dewasa di UK, dalam survey tersebut melaporkan bahwa banyak individu mengalami krisis di usia 20-an dan kelompok usia 40-an (Robinson

& Wright, 2013). Hal serupa juga ditemukan dalam penelitian Artiningsih (2021), dimana ia melakukan penelitian dengan kuisisioner dengan *google form* pada 63 subjek dewasa awal di Surabaya. Hasil penelitian menyatakan 55,6% individu mengaku memiliki emosi dan perasaan negatif karena tuntutan pada masa dewasa awal yang sedang dijalani (Artiningsih & Savira, 2021). Santrock (2012) juga telah melakukan wawancara pada beberapa individu yang berusia 12 sampai 22 tahun. Wawancara memiliki hasil yang bahwa menyatakan sekitar 20% individu telah memiliki tujuan yang jelas dan mengetahui apa yang ingin mereka ingin capai serta alasan menginginkan hal tersebut. Individu yang terlibat aktif dalam kegiatan namun belum memiliki rencana yang terarah mengenai tujuan yang mereka tuju sebanyak 60%. Pada 20% sisanya tidak memiliki pendapat dan merasa mereka tidak perlu berpendapat mengenai hal tersebut (Santrock, 2012).

Menurut penelitian yang dilakukan LinkedIn (2017) terdapat 61% subjek mengatakan ia mendapatkan pekerjaan yang tidak ia sukai sehingga menyebabkan *quarter life crisis* pada diri mereka sendiri, sedangkan 48% mengatakan bahwa mereka sering membanding-bandingkan dirinya sendiri dengan orang lain ataupun teman-temannya yang lebih berhasil sehingga membuat individu tersebut merasa cemas (Permatasari, 2021). Dikutip dari Mindbodygreen.com dilihat dari 6 dari 10 milenial merasakan *quarter life crisis*. Dalam riset *The Guardian* juga mengatakan 86% milenial merasakan *quarter life crisis* dimana mereka merasa sendiri dan kesepian, rendah diri

bahkan depresi (Permatasari, 2021). Penelitian yang dilakukan Vaquez (2015) juga menunjukkan bahwa seseorang di awal masa dewasa rentan sekali mengalami *quarter life crisis*. Hal tersebut terjadi karena tekanan pekerjaan, hubungan sosial, dan harapan yang tinggi dimasa depan untuk menjadi dewasa yang sukses. Adapun dalam penelitian McCrae (2011) menunjukkan bahwa seseorang pada usia 20 sampai usia 30an dapat mengalami kepanikan dan tidak yakin akan kemampuan dirinya dalam menjalankan kehidupan pada fase dewasa.

Kota Surabaya merupakan ibu kota Provinsi Jawa Timur sekaligus kota metropolitan terbesar di Provinsi Jawa Timur dan menjadi pusat kegiatan perekonomian di daerah Jawa Timur dan sekitarnya (<http://perkotaan.bpiw.pu.go.id/v2/kota-besar/39>). *Quarter life crisis* sering ditemukan di kota-kota besar seperti Surabaya karena persaingan untuk bertahan hidup antar individu sangat ketat sekali. Individu akan mengalami depresi jika tidak dapat mengatasi krisis yang dialaminya (Sutanto et al., 2020). Hal ini diperkuat dengan hasil survei penelitian Maslakha (2022) pada individu dewasa awal yang memiliki usia 18 sampai 29 tahun di Surabaya dan sekitarnya. Penelitian ini dilakukan dengan jumlah subjek 61 responden yang dipilih secara *random*. Hasil survei menunjukkan bahwa 80,3% individu sering merasakan cemas, gelisah dan muncul kepanikan saat memikirkan tentang masa depan. Dimana, 78,7% merasa takut gagal dalam kehidupan mendatang dan juga 88,5% sering merasa khawatir akan karir, kelanjutan

studinya ataupun menikah. Hasil survei juga menunjukkan bahwa 50,8% tidak memiliki gambaran yang jelas mengenai rencananya di masa depan dan 52,5% mengatakan bahwa kehidupannya tidak berjalan sesuai rencana yang telah mereka rancang serta 80,3% merasa tidak memiliki harapan. Berdasarkan hasil survei juga menyatakan 50,8% dari mereka merasa sulit untuk mendapatkan jalan keluar dari masalah yang dihadapi dan 57,4% mengatakan bahwa mereka sering membandingkan diri mereka dengan temannya yang telah sukses serta 68,9% merasa kemampuan orang lain jauh lebih baik daripada dirinya. Hal ini menunjukkan bahwa saat berusia 18-29 tahun banyak sekali individu mengalami *quarter life crisis*.

Black (2011) mengemukakan *quarter life crisis* dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Salah satu faktor internal yang dikemukakan oleh Allison adalah *hope*. *Hope* (harapan) merupakan sebuah keyakinan dan keinginan individu untuk membuat kualitas hidup yang lebih baik diiringi dengan adanya motivasi untuk meraih harapan tersebut (Snyder, 2002). Adapun *hope* diartikan sebagai proses bagaimana individu berpikir untuk mencapai sebuah tujuan, dengan motivasi yang tinggi untuk mencapai tujuan tersebut (*agency*), dan cara bagaimana individu dapat meraih *goals* tersebut (*pathways*) (Snyder, 2002). Seringkali pada masa transisi remaja menuju dewasa, seseorang kerap kali memiliki harapan yang besar pada kehidupan di masa depannya. Namun, banyak sekali orang yang lupa bahwa tanpa keinginan untuk bertindak dan perencanaan yang baik, sebuah harapan akan

sulit untuk dicapai. Hal ini kerap kali menyebabkan seseorang mengalami depresi dan krisis emosional. Rasa depresi tersebut muncul akibat seseorang merasa bahwa mereka tidak yakin untuk memiliki kemampuan dalam mendapatkan tujuan mereka. Hal ini dapat menyebabkan seseorang mengalami *quarter life crisis* (Snyder, 2002).

Terdapat beberapa penelitian sebelumnya mengenai *hope* memengaruhi *quarter life crisis*. Worgan (2013) melakukan penelitian dan menemukan hasil bahwa dengan memahami harapan diri sendiri, dapat menjadikan individu memiliki sikap lapang dada dan berkontribusi positif terhadap lingkungannya karena berkurangnya rasa frustrasi dan putus asa. Penelitian yang dilakukan Fauzziyah dan Akbar (2016) menemukan hasil yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *hope* individu, maka semakin terdorongnya individu untuk mengoptimalkan diri, mengevaluasi diri serta merealisasikan potensi diri. Hal ini diperkuat dengan penelitian oleh Sumartha (2020) dimana menunjukkan hasil bahwa *hope* dapat menjadi kekuatan bagi dewasa awal untuk menghadapi *quarter life crisis*. *Hope* dapat menjadi kontrol diri dalam pemecahan masalah individu agar potensi terjadinya *quarter life crisis* menjadi kecil.

Black (2011) juga mengungkapkan beberapa faktor eksternal, salah satu faktor eksternal yang diungkapkan Allison adalah teman, percintaan dan relasi dengan keluarga. Brown, Lohr dan McLenahan (1986) berpendapat bahwa *peer pressure* merupakan dorongan atau tekanan untuk mengikuti

teman sejawat yang berpengaruh (Brown et al., 1986; Cakrawardana, 2019). Menurut teori Santrock (2003), *peer pressure* adalah tekanan sosial yang berasal dari sebuah kelompok yang mengharuskan seseorang untuk mengikuti, berperilaku dan berpikiran dengan cara yang sama agar diterima dikelompok tersebut. Teman disini bukan berarti hanya teman sekolah, tetapi dapat juga teman kerja, orang di lingkungan sekitar, keluarga, bahkan seseorang yang dilihat dari sosial media (Cakrawardana, 2019; Santrock, 2003). Pengaruh lingkungan dan teman sangat mempengaruhi pembentukan sikap, tingkah laku dan perilaku sosial seseorang (Simarmata & Karo, 2018).

Persepsi masyarakat akan anggapan bahwa dewasa yang ideal harus menjadi sukses agar dapat diterima lingkungan dengan baik, semakin membuat timbulnya kecemasan dan tekanan bahkan keraguan pada kemampuan diri sendiri sehingga hal tersebut dapat menimbulkan *quarter life crisis* (Indah, 2011). Penelitian yang telah dilakukan oleh Intannia, dkk (2020) menemukan hasil bahwa terdapat pengaruh lingkungan keluarga dan tekanan teman sebaya terhadap perilaku seseorang. Semakin meningkatnya tekanan teman sebaya, maka semakin tinggi pula terjadinya *quarter life crisis* pada diri individu. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Hakim, dkk (2017) menyatakan bahwa *peer pressure* dan *peer group* berpengaruh signifikan terhadap perasaan, pandangan dan penilaian individu mengenai dirinya yang didapatkan dari hasil interaksi dengan lingkungan sekitarnya.

Penilaian diri yang negatif dapat menimbulkan terjadinya *quarter life crisis* pada individu.

Quarter life crisis merupakan periode dimana individu sedang mencari identitas diri dan merasa cemas karena belum menemukan arah dan tujuan hidupnya. Hal ini sangat penting untuk diteliti karena sangat berhubungan erat dengan kesejahteraan individu sebagai komponen utama pembentukan masyarakat. Pada fase *quarter life crisis* individu merasa tidak berdaya dan muncul perasaan takut akan kelanjutan hidup dimasa depan karena harapan yang mereka miliki berbanding terbalik dengan realita yang mereka alami. Persepsi masyarakat tentang dewasa yang ideal harus mapan dan mengetahui teman sebaya yang lebih sukses membuat individu merasa gelisah pada masa dewasa awal. Hal ini dapat mengakibatkan individu merasa stres bahkan depresi. Berdasarkan fenomena di atas peneliti tertarik untuk membahas lebih dalam terkait “Hubungan antara *Hope* dan *Peer Pressure* dengan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan fokus utama dalam penelitian adalah:

1. Apakah terdapat hubungan antara *hope* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal?

2. Apakah terdapat hubungan antara *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal?
3. Apakah terdapat hubungan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal?

C. Keaslian Penelitian

Penelitian ini bukanlah penelitian pertama tentang *quarter life crisis*, karena ada beberapa peneliti lain yang sudah meneliti *quarter life crisis*. Penelitian yang dilakukan sebelumnya juga dijadikan sumber referensi dalam penelitian ini. Beberapa penelitian tentang *quarter life crisis* dihubungkan dengan variabel-variabel yang beragam serta metode yang berbeda. Pada penelitian ini, fokus peneliti adalah pada individu dewasa awal yang sedang berada dalam masa peralihan dari remaja menuju dewasa. Ada beberapa penelitian terdahulu yang melihat bagaimana hubungan antara *hope* dengan *quarter life crisis*.

Penelitian pertama, dilakukan oleh Sumartha (2020) tentang pengaruh trait kepribadian *neuroticism* terhadap *quarter life crisis* dimediasi oleh harapan pada mahasiswa tingkat akhir universitas islam negeri Maulana Malik Ibrahim. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *hope* berpengaruh negatif terhadap *quarter life crisis*, yang berarti *hope* dapat menjadi sumber kekuatan dan kontrol diri terhadap pemecahan masalah bagi dewasa awal dalam menghadapi *quarter life crisis*. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh

Milati (2022) tentang hubungan antara harapan dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa yang mengalami *toxic relationship*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi harapan maka semakin rendah *quarter life crisis* yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah harapan maka semakin tinggi *quarter life crisis* yang dialami.

Hasil penelitian dari Robinson (2018) tentang *locked-out* dan *locked-in form* dalam masa *quarter life crisis*, menunjukkan bahwa kedua aspek *quarter life crisis* yaitu *locked-out* dan *locked-in* saling berhubungan. *Locked-out* sering terjadi ketika individu mengalami kegagalan sehingga menyebabkan penurunan harga diri dan kecemasan pada individu tersebut. *Locked-in* terjadi ketika individu harus memiliki komitmen meskipun kenyataan tidak sesuai harapannya, sehingga keduanya dapat dinyatakan saling berhubungan secara konseptual. Penelitian yang dilakukan oleh Ling (2018) tentang rekonsiliasi perbedaan persepsi dewasa, hasil wawancara dalam penelitian menunjukkan bahwa semakin dewasa individu akan semakin merasakan banyak tantangan yang harus dihadapi, seperti ketidakpastian karir, keluarga dan cinta. Selain itu, harapan orang tua dan masyarakat juga memberikan tekanan tambahan pada dewasa awal untuk menyeimbangkan prioritas dan menilai norma-norma sosial. Dalam penelitian yang dilakukan Putri, dkk (2022) tentang *quarter life crisis* pada masa dewasa awal di Indonesia selama pandemi *Covid-19*, menunjukkan hasil bahwa pekerjaan, rencana pernikahan dan masalah terkait keluarga adalah akar penyebab

quarter life crisis yang ditandai dengan pikiran dan perasaan negatif yang mengganggu. Pandemi *Covid-19* juga menambah kecemasan sebagian orang karena situasi ekonomi dan pekerjaan yang semakin sulit didapatkan.

Berikutnya beberapa penelitian terdahulu mengenai hubungan antara *peer pressure* dengan *quarter life crisis*. Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2021) tentang *quarter life crisis* pada kaum millennial menunjukkan bahwa krisis yang muncul pada diri individu dikarenakan kemudahan teknologi yang membuat kemudahan dalam melihat kehidupan dan mendapatkan informasi mengenai seseorang di sosial media sehingga menyebabkan individu cenderung minder dan membandingkan dirinya dengan apa yang dilihat di sosial media. Putri (2020) melakukan penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara hubungan dukungan sosial dengan *quarter life crisis*. Dapat disimpulkan bahwa semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki maka semakin tinggi *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir.

Dalam penelitian Nabila (2020) tentang regulasi diri untuk bangkit dalam menghadapi kegagalan dalam menghadapi fase *quarter life crisis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *quarter life crisis* disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu tuntutan usia sehingga individu harus mulai merencanakan kehidupan dan bersikap mandiri dan dewasa, kemudian faktor eksternal dimana persaingan dalam dunia kerja dan

perbandingan sosial dari keluarga dan sosial media. Penelitian dari Pramantari (2021) tentang peran komparasi sosial dan *self-efficacy* terhadap *quarter life crisis* pada dewasa awal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komparasi sosial secara simultan mampu memberikan peran yang signifikan terhadap *quarter life crisis*. Penelitian yang dilakukan oleh Argasiam (2019) tentang hubungan perbandingan sosial dan resiliensi dengan *quarter life crisis* pada kelompok millennial, menunjukkan hasil penelitian bahwa ditemukan ada hubungan yang signifikan antar perbandingan sosial dan resiliensi dengan *quarter life crisis* pada kelompok.

Quarter life crisis merupakan variabel yang sangat menarik untuk diteliti, karena terdapat banyak hal yang dapat mempengaruhi variabel ini. *Hope* dan *peer pressure* yang dirasakan oleh individu dewasa awal dapat dikaitkan dengan adanya *quarter life crisis*. Peneliti memilih adanya hubungan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal. Penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terdapat perbedaan yaitu, pada penelitian ini peneliti menghubungkan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis*. Sejauh ini peneliti belum menemukan penelitian sebelumnya yang membahas dua variabel yaitu *hope* dan *peer pressure* yang dihubungkan dengan *quarter life crisis*.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjawab rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan antara *hope* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal.
2. Untuk mengetahui hubungan antara *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal.
3. Untuk mengetahui hubungan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal.

E. Manfaat Penelitian

Peneliti berharap hasil dari penelitian ini bisa memeberikan manfaat dari segi teori maupun praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan tambahan informasi dan referensi khususnya pada bidang psikologi sosial serta bermanfaat bagi peneliti dan pembaca untuk menambah pengetahuan mengenai hubungan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat untuk dijadikan acuan dan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya serta dapat membantu penyelesaian masalah individu dalam menghadapi *quarter life crisis*.

F. Sistematika Pembahasan

Pada susunan tugas akhir ini terdapat lima bab pembahasan yang akan dijelaskan secara singkat sebagai berikut. Bab I merupakan bab pendahuluan yang membahas dan menjelaskan mengenai latar belakang penelitian ini. Dilanjutkan dengan pembahasan rumusan masalah. Selanjutnya keaslian penelitian, dimana bagian ini menjelaskan rangkuman dari hasil-hasil penelitian selanjutnya terkait topik yang diteliti. Adapula tujuan dan manfaat dilakukannya penelitian serta sistematika pembahasan yang berisi ringkasan isi laporan skripsi.

Bab II merupakan kajian pustaka, dimana pada bab ini peneliti membahas mengenai teori semua variabel. Teori yang dibahas terdiri dari definisi, faktor-faktor dan aspek. Selanjutnya, dijelaskan hubungan antar teori variabel sehingga dapat dibentuk menjadi kerangka teori penelitian. Kerangka teori disusun dengan menguraikan pandangan peneliti terkait topic yang dikaji serta perspektif teoritik yang dipilih oleh peneliti. Terakhir dalam bab ini adalah rumus hipotesis yang digunakan dalam penelitian.

Bab III menjelaskan metode penelitian yang akan digunakan. Metode penelitian berisi tentang rancangan penelitian yang digunakan, identitas variabel, definisi operasional masing-masing variabel penelitian. Adapula populasi, teknik sampling dan sampel yang digunakan dalam penelitian. Selanjutnya yaitu instrument penelitian, berisi tentang alat ukur variabel yang diteliti. Terakhir, analisis data yang mencakup cara menganalisis data termasuk teknik yang digunakan untuk uji prasyarat.

Bab IV merupakan bab hasil penelitian dan pembahasan. Bab IV berisi jabaran hasil penelitian dan pembahasannya. Bab ini menjelaskan persiapan dan pelaksanaan penelitian, karakteristik subjek, deskripsi hasil penelitian, hasil uji prasyarat dan hasil pengujian hipotesis. Selanjutnya dilakukan pembahasan atas hasil yang diperoleh. Terakhir adalah bab V, bab ini berisikan penutup yang terdiri dari kesimpulan penelitian dan saran bagi peneliti selanjutnya.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Quarter Life Crisis*

Quarter life crisis merupakan suatu reaksi yang intens dari individu yang baru saja meninggalkan masa remaja akhir menuju dewasa awal dan harus dihadapkan dengan realita kehidupan dimana di dalamnya terdapat perubahan secara terus menerus yang terjadi sehingga menimbulkan kepanikan serta perasaan tidak berdaya (Sujudi & Ginting, 2020) . Ketidakstabilan yang terjadi pada usia 18 sampai usia 29 tahun. Munculnya *quarter life crisis* ditandai dengan ciri-ciri seperti frustrasi, panik, khawatir dan tidak tahu arah. Krisis ini juga bisa menyebabkan depresi dan gangguan psikis lainnya (Sujudi & Ginting, 2020). Krisis ini dapat disebabkan karena banyaknya tuntutan dalam hidupnya.

Fase peralihan dari akhir remaja menuju dewasa awal ini disebut dengan istilah *emerging adulthood*. Istilah *emerging adulthood* pertamakali dicetuskan oleh Arnett (2001). *Emerging adulthood* merupakan tahap yang dialami individu pada usia kisaran 18-29 tahun yang memasuki masa dewasa awal. Tahap *emerging adulthood* ini juga disebut fase ketidakstabilan, karena perubahan yang dialami individu yang cukup berpengaruh besar terhadap kehidupan individu (Arnett, 2004).

Pada tahap ini individu merasakan banyak sekali tuntutan dari lingkungan, termasuk dalam keterampilan hal tertentu hingga kematangan seiring dimulainya masa peralihan menuju masa dewasa (Audina, 2020).

Robbins dan Wilner (2001) berpendapat bahwa individu akan mengalami masalah psikologis pada usia 18-29 tahun, karena belum memiliki kepastian sehingga mengalami krisis emosional atau yang biasa disebut dengan *quarter life crisis*. Permasalahan psikologis yang dihadapi dapat berupa pekerjaan, relasi maupun kehidupan sosial. Namun, adanya tekanan dari keluarga, teman sebaya ataupun perasaan tidak aman terhadap masa depan kekecewaan akan sesuatu, kecemasan terhadap suatu hubungan, pekerjaan serta karier juga dapat mengakibatkan adanya *quarter life crisis*. Individu memandang permasalahannya juga dapat dipengaruhi dari faktor norma sosial budaya, keluarga dan pertemanan.

Individu akan mulai dan mudah membangun emosi dan pandangan negatif terhadap dirinya ketika memperoleh tekanan. Padahal di sisi lain, individu memiliki banyak hal positif namun tidak ia sadari sehingga mengganggu produktivitas dan fungsi sosialnya (Rahmania & Tasaufi, 2020). Jadi, dapat disimpulkan bahwa *quarter life crisis* adalah reaksi intens dari individu yang berada dalam masa peralihan dari remaja ke dewasa, dimana individu tersebut mengalami permasalahan psikologis berupa kepanikan, kecemasan serta perasaan tidak berdaya akibat perubahan tanggung jawab yang terjadi.

Hubungan *Quarter Life Crisis* menurut perspektif islam:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا , إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا , إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan” (QS. Al-Insyirah: 5-6).

Pada ayat ini, Allah ingin menyampaikan bahwa di dalam setiap kesulitan yang dialami oleh hambanya, ada pula kelapangan. Setiap kesulitan jalan untuk mencapai suatu yang diinginkan, pasti ada jalan keluar. Maka dari itu, individu tidak perlu merasa gelisah dan khawatir serta cemas jika menghadapi kesulitan atau masalah. Individu harus bersabar dan tetap berusaha untuk mencari jalan keluar. Individu juga harus berserah diri kepada Allah dan berdoa untuk dapat dimudahkan dalam mencari jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi.

1. Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Quarter Life Crisis*

Black (2011) mengemukakan bahwa *quarter life crisis* memiliki faktor internal dan faktor eksternal, antara lain (Black, 2011):

a) Faktor internal

Munculnya *quarter life crisis* dapat dikarenakan diri individu sendiri. Hal ini disebabkan karena individu akan mengalami masa *emerging adulthood*, dimana periode tersebut dapat mempengaruhi munculnya *quarter life crisis*. Faktor-faktor internal tersebut ialah;

1. Pencarian Identitas Diri

Pada tahap ini, individu mulai melakukan pencarian identitas diri menuju kedewasaan. Individu akan mulai fokus untuk mempersiapkan dirinya dalam memasuki kehidupan babak selanjutnya. Individu juga mulai fokus memikirkan hal-hal yang belum terpikirkan sebelumnya. Seperti bagaimana dia akan hidup di masa depan dan bagaimana ia bisa bermanfaat bagi keluarga dan lingkungan sekitarnya. Proses pencarian identitas ini bahkan sering membuat individu mengalami kekhawatiran, kebingungan dan rasa cemas yang berlebih, karena pada tahap pencarian identitas diri inilah yang dapat menentukan bagaimana individu memilih pilihan hidupnya untuk masa depan. Kondisi yang seperti ini membuat seseorang mudah mengalami *quarter life crisis*.

2. Perubahan Tugas Perkembangan

Tahap ini disebut dengan *Instability*, perubahan yang terus-menerus akan dialami individu pada fase *emerging adulthood*. Salah satunya yakni perubahan gaya hidup. Pada jaman dulu, individu yang berusia 21 tahun biasanya sudah memasuki tahap menyelesaikan sekolahnya, hidup berumah tangga, memiliki anak dan memiliki pekerjaan. Namun

seiring berjalannya waktu, khususnya pada masa sekarang, individu yang berusia 21 tahun lebih disibukkan dengan mencari pekerjaan yang bagus, mengejar pendidikan yang lebih tinggi, kegelisahan untuk mandiri, dan lainnya. Perubahan tersebut menuntun individu untuk selalu siap pada berbagai keadaan.

3. Banyaknya Pilihan Hidup

Individu yang mengalami tahap ini disebut dengan *Being self-focused*. Individu akan berusaha menjadi mandiri, mulai dari membuat keputusannya sendiri dan bertanggung jawab atas keputusan itu, hingga mulai merencanakan masa depannya. Individu akan banyak memikirkan dan memiliki keputusan-keputusan yang nantinya akan mempengaruhi masa depannya, seperti memilih institusi pendidikan, pekerjaan, mencoba *part time*, fokus kuliah saja ataupun *drop out*, apakah jurusan yang diambil sebenarnya sesuai dengan keinginannya, dan lainnya. Meskipun orang lain juga masih turut andil dan membantu dalam membuat keputusan, tetapi pada akhirnya keputusan akhir ada ditangan individu tersebut.

4. Aktualisasi Diri Menjadi Dewasa

Individu yang menuju dewasa akan berada pada tahap *Feeling in between*, individu yang berada pada peralihan

antara masa dewasa dan masa remaja merasa mereka harus memenuhi beberapa syarat untuk menjadi dewasa, padahal dirinya sendiri sebenarnya masih belum dewasa secara penuh. Individu akan merasa bahwa dirinya bukan remaja lagi, namun di waktu lain dirinya juga merasa belum bisa menjadi dewasa sepenuhnya.

5. Harapan dan Ekspektasi

Individu dewasa awal akan merasakan *The age of possibilities*, situasi dimana individu memikirkan banyak kemungkinan dan banyak kesempatan baik tentang pekerjaannya, pasangan hidupnya, maupun bagaimana ia akan membawa dirinya di masa depan. Pada tahap ini biasanya individu memiliki harapan yang begitu besar akan masa depannya. Individu akan terfokus pada mimpi dan harapannya. Namun, kemudian individu tersebut akan mulai meragukan apakah ia bisa mencapai harapan dan mimpinya di masa depan hingga menimbulkan kekhawatiran dan *quarter life crisis*.

6. Emosi

Quarter life crisis dapat dipengaruhi oleh emosi pada diri individu. Individu yang beranjak dewasa tidak jarang mengalami krisis emosi dimana individu akan meragukan diri

sendiri hingga menimbulkan depresi. Individu akan melewati kehidupan babak baru yang dianggap sulit, merasa takut menjadi orang dewasa, takut mengalami kegagalan dan sulit menyeimbangkan hidupnya (Robbins, 2004).

b) Faktor Eksternal

Faktor *quarter life crisis* yang berasal dari luar individu ialah (Black, 2011):

1. Teman, percintaan, dan relasi dengan keluarga

Pada fase ini individu akan mulai memikirkan tentang pasangan atau teman hidupnya. Selain itu, bagi seseorang yang masih sendiri akan memiliki keinginan untuk bisa memiliki hubungan dengan lawan jenisnya. Untuk membangun hubungan dengan keluarga, individu mulai memikirkan ingin hidup mandiri karena merasa sudah cukup dewasa untuk terus menjadi beban orangtua. Walaupun dirinya sebenarnya belum cukup secara financial untuk hidup mandiri. Untuk hubungan pertemanan individu akan mulai mencari teman yang cocok dan dapat memberikan pengaruh bagi dirinya. Bahkan di era sekarang, individu cenderung membandingkan dirinya dengan teman yang lebih sukses dan berhasil dengan melihat dirinya lebih rendah karena belum memiliki kehidupan yang sukses seperti teman sebayanya.

Dalam perkembangan sosial dewasa awal, harga diri yang positif akan berperan besar terhadap pembentukan pribadi yang kuat dan sehat. Menurut Meyka, penerimaan teman sebaya merupakan penilaian tentang diterimanya seseorang untuk menjadi anggota dalam kelompok tertentu. Diterima dalam kelompok teman sebaya adalah rasa berharga dan dibutuhkan oleh kelompoknya. Dalam hubungan teman sebaya, individu harus mampu melakukan penyesuaian sosial yang dapat diterima kelompoknya. Penyesuaian itu tak jarang menimbulkan tekanan pada diri individu untuk dianggap setara atau pantas bergabung dalam kelompoknya. Hal ini dapat memicu munculnya *quarter life crisis* dalam diri individu (Mutia & Sukmawati, 2019).

2. Kehidupan pekerjaan dan karir

Beberapa individu akan berpikir jika seseorang yang memiliki pendidikan lebih tinggi tetapi kurang memiliki *skill*, tidak akan cukup membantu untuk seseorang tersebut dalam dunia kerja. Dunia kerja yang penuh dengan persaingan dan cukup memiliki banyak tekanan membuat individu harus dapat beradaptasi, sehingga tidak sedikit orang yang merasa stress dan depresi. Selain itu, kebimbangan dalam memilih pekerjaan yang sesuai dengan minat dan potensi atau

pekerjaan hanya sebagai tuntutan kebutuhan akan cenderung menimbulkan *quarter life crisis*.

3. Tantangan di bidang akademik

Individu yang mengalami *quarter life crisis* akan semakin ingin menjelajahi hal-hal baru sehingga dari situ muncul keraguan tentang pendidikan akademik yang sedang ia tempuh. Individu mulai bertanya-tanya apakah bidang yang ia gelutinya saat pendidikan mampu menunjang karirnya di masa depan. Adapun individu yang merasa bimbang apakah ia harus melanjutkan pendidikan dijenjang yang lebih tinggi untuk mendapatkan masa depan yang lebih baik, namun disisi lain ia harus bisa memenuhi kebutuhannya sendiri karena sudah dewasa.

2. Bentuk-Bentuk *Quarter Life Crisis*

Robinson (2016) membedakan *quarter life crisis* menjadi dua bentuk, yaitu *the locked-out form* dan *the locked-in form*. Pada *the locked-out form*, bentuk ini dapat terjadi ketika individu memasuki masa dewasa tetapi merasa tidak cukup mampu dalam menjalankan tugasnya. Beberapa tahapan dalam bentuk *locked-out* yaitu, tahap pertama, aktif terlibat dan memiliki tujuan yang optimis untuk mendapatkan posisi sosial dalam pekerjaannya, hubungan jangka

panjang dan kelompok sosial. Setelah memiliki keterlibatan yang aktif dalam berbagai hal di pekerjaannya, selanjutnya muncul frustrasi sebagai tahap berikutnya. Tahap dua, adanya kegagalan yang berulang kali untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Tahap tiga, terdapat jeda dimana individu mencoba memikirkan solusi dari masalah yang dihadapinya. Terakhir, tahap empat, individu mulai merencanakan strategi baru untuk mencapai tujuannya (Robinson et al., 2016; Salsabila, 2021).

The locked-in form ini terjadi ketika individu mulai membuat komitmen sebagai tanggung jawabnya menjadi orang dewasa untuk mendapatkan kestabilan dari perkembangan sebagai dewasa (Robinson et al., 2016). Terdapat beberapa tahapan *locked-in* yaitu, tahap satu, adanya ketidakpuasan pada diri individu. Tahap kedua, ketika kemauan dalam diri individu ataupun dorongan dari luar yang dapat menyebabkan individu meninggalkan komitmen dan keputusan yang telah dibuat, hal ini dapat memunculkan emosi negatif pada diri individu. Tahap tiga, adanya jeda untuk individu lebih memahami tentang kehidupan yang ia jalani dan menunda untuk mengeksplor sesuatu yang baru. Tahap empat, adanya resolusi baru tentang komitmen yang lebih kuat (Robinson et al., 2016; Salsabila, 2021).

3. Aspek-Aspek *Quarter Life Crisis*

Robbins dan Wilner (2001) berpendapat bahwa terdapat tujuh aspek *quarter life crisis*, yaitu (Robbins & Wilner, 2001):

1) Kebimbangan dalam mengambil Keputusan

Individu akan dihadapkan dengan banyaknya pilihan saat memasuki masa dewasa awal, hal itu menyebabkan munculnya harapan baru pada diri individu mengenai masa depannya. Bahkan harapan tersebut sampai menimbulkan kecemasan hingga ketakutan yang berlebihan. Kecemasan tersebut dapat disebabkan karena sedikitnya pengalaman yang dimiliki oleh individu serta adanya banyak kekhawatiran dalam pengambilan keputusan yang salah.

2) Khawatir terhadap hubungan interpersonal

Banyak masyarakat Indonesia memiliki persepsi bahwa individu yang mulai berusia 30 tahun diharuskan memiliki rumah tangga atau menjalin hubungan interpersonal. Akibat hal tersebut, Individu akan merasakan *quarter life crisis* karena merasa tertekan jika ia masih belum memiliki pasangan atau partner seperti kebanyakan orang seusianya.

3) Rasa cemas

Perasaan khawatir karena takut jika tidak bisa memberikan hasil yang baik dan merasa sulit untuk mencapai harapan dan

impian sehingga membuat individu merasakan kecemasan yang berlebihan.

4) Perasaan tertekan

Perasaan tertekan serta merasakan masalah yang sedang dihadapi bertambah berat sehingga menyebabkan aktivitas atau kegiatan individu terganggu karena merasa terbebani.

5) Penilaian diri yang negative

Individu yang sering menilai dirinya sendiri secara negatif dan tidak percaya akan kemampuan dirinya sendiri serta merasa rendah diri karena belum memiliki kehidupan yang sukses seperti teman atau lingkungannya.

6) Perasaan terjebak dalam situasi sulit

Lingkungan dapat menjadi pondasi individu dalam berpikir dan berperilaku, bahkan dapat mempengaruhi bagaimana individu dalam mengambil keputusannya.

7) Perasaan putus asa

Perasaan tidak puas pada hasil akan menimbulkan perasaan putus asa serta merasa gagal dengan apa yang sedang dialami karena tidak dapat mencapai harapan dan impian yang sudah dirancang dan menganggap semuanya sia-sia.

B. *Hope*

Hope adalah bagaimana seseorang mampu untuk merencanakan jalan keluar dalam upaya mencapai tujuan walaupun adanya rintangan maupun hambatan, dan memiliki motivasi untuk mencapai tujuan (Snyder, 2002). Secara umum, *hope* ialah keadaan mental atau emosi positif individu dimana ia yakin dengan kemampuan yang dimilikinya untuk mencapai tujuannya di masa depan (Carr, 2004). Menurut Snyder, Irving dan Andersin (1991), *hope* dilihat dari motivasi individu bawa ia bisa mencapai tujuan yang diinginkan (*goal*), memikirkan bagaimana rencana agar ia dapat mencapai tujuannya (*pathway*) dan bagaimana ia berusaha dalam mencapai tujuan (*agency*). Dapat dikatakan, individu yang merasa mampu untuk mencapai tujuannya, maka individu tersebut akan menjadi *hopeful* dan membangun emosi positif pada dirinya. Sebaliknya, jika individu ragu akan kemampuan yang ia miliki untuk mencapai tujuannya, maka individu tersebut akan menjadi *hopeless* dan memiliki emosi negatif (Carr, 2004). Dapat disimpulkan, *hope* adalah bagaimana individu merasa mampu untuk mencapai tujuannya dan telah memikirkan cara bagaimana ia dapat mencapai tujuan tersebut.

Hubungan *Hope* menurut perspektif islam:

يَا بَنِي آدْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيْأَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ
الْكَافِرُونَ

"Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir" (QS. Yusuf: 87).

Ayat ini menjelaskan bahwa saat kita masih diberikan napas, berarti disitu masih selalu akan ada harapan. Saat individu merasa sulit menghadapi tantang hidup, maka harapan itu akan datang kepada mereka yang percaya. Tetap berusaha yang terbaik disertai selalu berdoa kepada Allah, maka itulah cara terbaik dalam menghadapi tantangan.

1. Aspek-Aspek *Hope*

Menurut Snyder, aspek-aspek dalam teori *hope* yaitu (Snyder, 2002):

a. *Goal*

Goal atau tujuan adalah sasaran yang menghasilkan komponen kognitif. Menurut Averill dkk, tujuan harus memiliki nilai yang tinggi agar individu memiliki keinginan yang kuat dalam mencapai tujuan tersebut. Harapan dapat berkembang dengan baik jika kondisi tujuan yang memiliki tingkat kemungkinan pencapaian sedang. Lopez, dkk. (2003) berpendapat bahwa sesuatu yang positif dan diinginkan untuk terjadi atau sesuatu yang negative dimana ingin dihentikan. Tujuannya sangat beragam jika dilihat

dari tingkat kemungkinan untuk mencapainya. Bahkan suatu tujuan yang tampaknya tidak mungkin untuk dicapai pada waktunya akan dapat dicapai dengan perencanaan dan usaha yang lebih keras.

b. Pathway Thinking

Snyder, dkk (2002) menjelaskan dalam mencapai tujuan individu harus yakin bahwa ia mampu untuk memikirkan bagaimana cara mencapai tujuannya. *Pathway thinking* menandakan bahwa seseorang mampu untuk mencari cara untuk mencapai tujuannya. Menurut Irving, dkk. (dalam Snyder, dkk., 2002), pemikiran mengenai kemampuan untuk menghasilkan satu atau lebih cara yang berguna untuk mencapai tujuan yang diinginkan disebut dengan *pathway thinking*. Dapat disimpulkan, *pathway thinking* adalah bagaimana ketika individu menghadapi hambatan untuk mencapai tujuannya, namun tetap memiliki harapan yang tinggi dan merasa dirinya mampu menemukan beberapa jalan lain untuk mencapai tujuannya.

c. Agency Thinking

Menurut Irving, dkk. (dalam Snyder, dkk., 2002), *agency*, adalah pemikiran individu dalam menggunakan suatu jalan yang sudah ia pikirkan untuk mencapai tujuannya. *Agency* merupakan bagaimana cara individu berpikir dan yakin bahwa dia dapat

mencapai tujuannya melalui jalan yang sudah dipikirkannya, *agency* juga dapat berupa penilaian individu mengenai kemampuannya bagaimana ia ketika menghadapi tantangan dan hambatan dalam mencapai tujuan tersebut. *Agency thinking* akan sangat berguna pada ketika individu menghadapi hambatan. Ketika individu menghadapi hambatan, *agency* membantu individu untuk tetap bertahan dan termotivasi untuk memikirkan jalan keluar terbaik agar bisa mencapai apa yang dituju. *Agency* dan *pathway* saling berhubungan satu sama lain sehingga saling mempengaruhi dan dipengaruhi dalam proses pencapaian tujuan.

C. *Peer Pressure*

Peer Pressure adalah suatu perasaan yang dipengaruhi oleh tekanan dari teman sebaya untuk melakukan suatu aktivitas yang tidak diinginkan dan diharapkan. Hal ini bertujuan untuk individu dapat menyesuaikan diri dengan kelompok dimana mereka ingin diterima (Lotar Rihtaric & Željka, 2013). Menurut Santor, Messervey dan Kusumakar (2000) *Peer Pressure* merupakan suatu perasaan dorongan atau tekanan dari teman sebaya dalam mengajak untuk melakukan aktivitas/kegiatan yang sama, dan ketika individu tersebut melakukan sesuatu karena harus memebuhi harapan dari orang lain (Cakrawardana, 2019). Menurut Brown, Lohr dan Mclenahan (1986) *peer pressure* merupakan dorongan/tekanan dari teman

sebaya untuk melakukan aktivitas yang sama, sedangkan berdasarkan teori perkembangan menurut Santrock (2009) *Peer Pressure* adalah tekanan sosial dari suatu kelompok, dimana memaksa seseorang untuk bertindak dan memiliki pola pikir yang sama agar dapat diterima oleh kelompok tersebut. Menurut Clasen dan Brown, *peer pressure* atau tekanan teman sebaya akan menimbulkan perasaan tertekan dan didesak oleh orang lain yang memiliki usia relatif sebaya. Dapat disimpulkan, *peer pressure* merupakan persepsi individu tentang penerimaan tekanan yang dilakukan oleh teman sebaya terhadap individu dan seberapa kuat individu merasa tertekan oleh orang lain.

Hubungan *peer pressure* menurut perspektif islam:

تَلُّ الْجَلِيسِ الصَّالِحِ وَالسَّوِّءِ كَحَامِلِ الْمِسْكِ وَنَافِخِ الْكَبِيرِ ، فَحَامِلُ الْمِسْكِ إِمَّا أَنْ يُحْدِثَكَ ،
وَأِمَّا أَنْ تَبْتَاعَ مِنْهُ ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحًا طَيِّبَةً ، وَنَافِخُ الْكَبِيرِ إِمَّا أَنْ يُحْرِقَ ثِيَابَكَ ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ
رِيحًا خَبِيثَةً

“Permisalan teman yang baik dan teman yang buruk ibarat seorang penjual minyak wangi dan seorang pandai besi. Penjual minyak wangi mungkin akan memberimu minyak wangi, atau engkau bisa membeli minyak wangi darinya, dan walaupun tidak, engkau tetap mendapatkan bau harum darinya. Sedangkan pandai besi, bisa jadi (percikan apinya) mengenai pakaianmu, dan walaupun tidak engkau tetap mendapatkan bau asapnya yang tak sedap.” (HR. Bukhari 5534 dan Muslim 2628).

Dalam hadits diatas, mengatakan bahwa bergaul dengan teman yang

baik akan mendapatkan dua kemungkinan yang kedua-duanya baik. Kita akan menjadi pribadi yang baik atau kita akan memperoleh kebaikan dari yang dilakukan teman kita. Individu akan mengikuti tabiat dan perilaku sahabat atau teman dekatnya. Keduanya akan saling terikat satu sama lain, baik dalam kondisi yang sebaliknya. Teman yang shaleh akan senantiasa menjaga diri dari maksiat, dan mengajak dalam hal kebaikan serta meninggalkan kejelekan.

1. Aspek-Aspek *Peer Pressure*

Brown dan Clasen (1985) mengemukakan lima aspek *peer pressure* yaitu (Cakrawardana, 2019):

- a) *Peer Involvement* yaitu desakan yang dialami untuk terlibat dengan kelompok.
- b) *School Involvement* yaitu desakan dari orang lain untuk terlibat dalam kegiatan serta hubungan dengan sekolah, baik secara akademis maupun non akademis.
- c) *Family Involvement* yaitu desakan untuk terlibat dalam kegiatan atau aktivitas dengan keluarga.
- d) *Comformity to Peer Norms* yaitu desakan untuk mengikuti norma yang dianut teman dalam beraktivitas, gaya hidup ataupun perilaku.

e) *Misconduct* yaitu desakan dari orang lain untuk melakukan pelanggaran baik hukum maupun norma yang berlaku dalam masyarakat.

D. Hubungan antara *Hope* dan *Peer Pressure* dengan *Quarter Life Crisis* pada Dewasa Awal

Robbins dan Wilner (2001) mengemukakan pendapat bahwa individu akan mengalami masalah psikologis pada usia 18-29 tahun, dimana individu merasa bingung dan bimbang dalam ketidakpastian dan mengalami krisis emosional yang disebut *quarter life crisis*. *Quarter life crisis* yang dihadapi dapat berupa karir, relasi maupun kehidupan sosial. Namun, *quarter life crisis* juga dapat terjadi karena adanya tekanan dari keluarga, teman sebaya ataupun perasaan tidak aman terhadap masa depan, kekecewaan terhadap sesuatu, kecemasan terhadap suatu hubungan, pekerjaan dan karir (Robbins & Wilner, 2001). *Quarter life crisis* memiliki beberapa faktor dalam dan luar. Faktor internal salah satunya yaitu, *hope*. Adapun faktor eksternal salah satunya adalah *peer pressure* (Black, 2011).

Individu yang memiliki *hope* yang tinggi akan membentuk mental positif sehingga individu tersebut mudah dalam menemukan cara bagaimana ia dapat mencapai tujuannya walaupun terdapat rintangan. Sebaliknya, individu yang memiliki *hope* rendah akan mudah putus asa

dan kesulitan dalam mencari jalan keluar dan mencapai tujuannya (Snyder, 2002). Sementara itu, Brown dan Clasen (1985) juga menyebutkan bahwa *peer pressure* merupakan sebuah persepsi individu tentang tekanan yang dilakukan oleh teman sebaya terhadap individu dan seberapa kuat individu merasa tertekan oleh orang lain dan merasa tidak nyaman. Semakin besar individu merasa ditekan, didesak dan ditantang, maka semakin besar pula *peer pressure* yang dialami oleh individu tersebut sehingga individu merasakan kecemasan, kekhawatiran dan perasaan tidak nyaman. Sebaliknya, semakin kecil individu merasa ditekan, didesak dan ditantang, maka individu akan merasa lebih nyaman dan aman dalam menjalani hidupnya (Cakrawardana, 2019).

E. Kerangka Teori

Individu pada masa peralihan dari masa remaja menuju dewasa awal seringkali mengalami *quarter life crisis* dimana individu tersebut merasa terombang-ambing dan mengalami krisis emosional. Fase transisi dari remaja menuju dewasa awal disebut dengan istilah *emerging adulthood*. *Emerging adulthood* merupakan masa yang dialami individu pada usia kisaran 18-29 tahun dimana individu tersebut memasuki masa dewasa awal (Arnett, 2004).

Robbins dan Wilner berpendapat bahwa individu akan mengalami *quarter life crisis* pada usia 18-29 tahun atau dapat juga disebut dengan

fase *emerging adulthood*, dimana permasalahan psikologis yang dialami dapat berupa karir, relasi maupun kehidupan sosial. Semakin individu memperoleh tekanan maka semakin mudah juga individu tersebut merasakan emosi dan pandangan negatif terhadap dirinya, seperti perasaan tak berdaya, terisolasi, ragu akan kemampuan dirinya sendiri serta takut gagal di masa depan sehingga tanpa disadari akan membuat aktivitas dan produktivitas individu tersebut terganggu (Rahmania & Tasaufi, 2020). Respon individu terhadap ketidakstabilan, perubahan yang terus-menerus, sulit dalam mengambil keputusan bahkan muncul kepanikan karena perasaan tidak berdaya, dapat disebut dengan *quarter life crisis* (Salsabila, 2021).

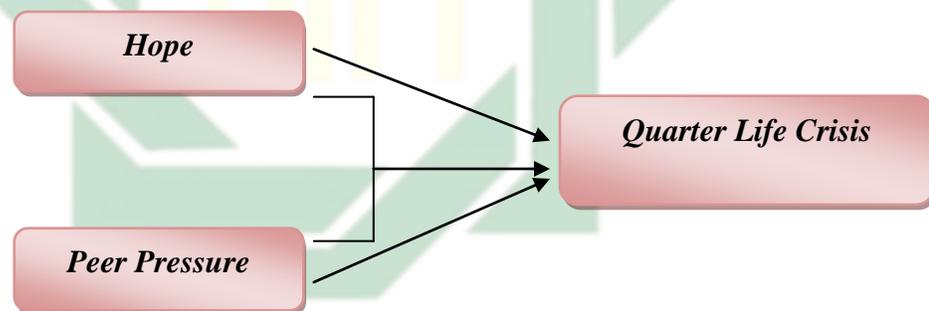
Quarter life crisis individu dapat dipengaruhi banyak faktor, diantaranya *hope* dan *peer pressure* (Black, 2011). Individu yang memiliki *hope* yang tinggi akan membentuk mental positif sehingga individu tersebut mudah dalam mencari cara dalam upaya mencapai tujuannya walaupun terdapat rintangan. Sebaliknya, individu yang memiliki *hope* rendah akan mudah putus asa dan kesulitan dalam mencari jalan keluar dan mencapai tujuannya (Snyder, 2002). Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Sumartha (2020) yang menunjukkan hasil penelitian bahwa *hope* berpengaruh negative terhadap *quarter life crisis*, yang berarti *hope* dapat menjadi sumber kekuatan dan kontrol diri

terhadap pemecahan masalah bagi dewasa awal dalam menghadapi *quarter life crisis* (Sumartha, 2020).

Peer Pressure pada diri individu juga sangat dapat mempengaruhi *quarter life crisis* dalam diri individu, dimana *peer pressure* merupakan dorongan/tekanan dari teman sebaya untuk melakukan aktivitas/kegiatan yang sama, sedangkan berdasarkan teori perkembangan menurut Santrock (2009) *peer pressure* adalah tekanan sosial dari sebuah kelompok, yang mengharuskan seseorang untuk bertindak dan berpikiran dengan cara tertentu, agar dapat diterima oleh kelompok tersebut (Cakrawardana, 2019). Brown dan Clasen juga menyebutkan bahwa *peer pressure* merupakan sebuah persepsi individu tentang penerimaan tekanan yang dilakukan oleh teman sebaya terhadap individu dan seberapa kuat individu merasa tertekan oleh orang lain dan merasa tidak nyaman. Semakin besar individu merasa ditekan, didesak dan ditantang, maka semakin besar pula *peer pressure* yang dialami oleh individu tersebut sehingga individu merasakan kecemasan, kekhawatiran dan perasaan tidak nyaman. Sebaliknya, semakin kecil individu merasa ditekan, didesak dan ditantang, maka individu akan merasa lebih nyaman dan aman dalam menjalani hidupnya. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan Nabila (2020) yang menunjukkan hasil bahwa *quarter life crisis* disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu tuntutan usia sehingga individu harus mulai merencanakan kehidupan dan bersikap mandiri dan

dewasa, kemudian faktor eksternal dimana persaingan dalam dunia kerja dan perbandingan sosial dari keluarga maupun sosial media (Nabila, 2020).

Beberapa penjelasan diatas menunjukkan adanya hubungan *quarter life crisis* dengan *hope* dan *peer pressure* sehingga dari kerangka teori diatas, berikut bagan yang digunakan untuk menunjukkan hubungan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal.



F. Hipotesis

Berdasarkan kajian teori dan kerangka teori yang telah disebutkan diatas, maka dapat disampaikan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan negatif antara *hope* dengan *quarter life crisis* pada individu dewasa awal.
2. Terdapat hubungan positif antara *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada individu dewasa awal.

3. Terdapat hubungan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada individu dewasa awal.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan suatu penelitian yang memperoleh data berupa angka (Sugiyono, 2017). Sementara, penelitian korelasional memiliki tujuan untuk menganalisis sejauh mana variabel berhubungan dengan variabel lain berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2017). Dalam hal ini, jenis dan pendekatan ini dianggap paling sesuai dengan tujuan penelitian, dimana peneliti ingin meneliti ada tidaknya hubungan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal. Subjek yang memenuhi kriteria akan mengisi instrumen penelitian yang telah disiapkan oleh peneliti melalui kuesioner *google form*.

B. Identitas Variabel

Penelitian pada umumnya memiliki dua variabel yakni: variabel bebas yang dilambangkan dengan (X) dan variabel terikat yang dilambangkan dengan (Y). Berikut variabel yang terdapat dalam penelitian ini:

Variabel *independent* bebas (X1) : *Hope*

Variabel *independent* bebas (X2) : *Peer Pressure*

Variabel *dependent* terikat (Y) : *Quarter Life Crisis*

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

A. *Quarter Life Crisis*

Quarter life crisis merupakan suatu reaksi yang intens dari individu yang sedang berada pada fase remaja akhir menuju dewasa awal dan dituntut untuk menghadapi realitas dan tanggung jawab sebagai dewasa yang menyebabkan krisis emosional berupa kepanikan, cemas bahkan perasaan tidak berdaya yang dapat diukur dari kebimbangan dalam mengambil keputusan, khawatir dengan hubungan interpersonal, merasa cemas, tertekan, penilaian diri negatif, terjebak dalam situasi sulit dan putus asa.

B. *Hope*

Hope merupakan kemampuan individu untuk mencari jalan keluar dalam upayanya untuk mencapai tujuan di masa depan yang diukur dari *goal*, *Agency thinking*, dan *pathway thinking*.

C. *Peer Pressure*

Peer pressure merupakan suatu perasaan yang dipengaruhi oleh tekanan teman sebaya untuk melakukan suatu aktivitas yang sama dengan tujuan menyesuaikan diri bersama kelompok sosial dimana mereka ingin diterima yang diukur dari *peer conformity*, *family involvement*, *peer involvement*, *school involvement* dan *misconduct*.

D. Populasi, Teknik Sampling & Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah keseluruhan subjek atau objek yang memiliki kualitas dan kriteria tertentu sebagaimana yang telah peneliti tentukan untuk dipelajari dan diambil kesimpulan (Sugiyono, 2017). Sebuah populasi dengan jumlah individu tertentu dan memiliki jumlah tetap dapat disebut sebagai populasi finit, sedangkan jika sebuah populasi tidak memiliki jumlah tetap dan tidak diketahui secara pasti, maka dapat dikatakan dengan populasi infinit (Nazir, 2013). Penelitian ini menggunakan populasi infinit, Karena, dalam penelitian ini tidak diketahui jumlah dan banyaknya individu dewasa awal yang berdomisili di Surabaya secara akurat, sehingga peneliti menggunakan populasi infinit.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah yang dimiliki oleh populasi yang telah peneliti klasifikasikan (Sugiyono, 2017). Dikarenakan populasi dalam penelitian ini tidak diketahui jumlahnya, maka peneliti menggunakan rumus Lemeshow untuk mengetahui jumlah sample sebagai berikut:

$$n = \frac{Z^2_{1-\alpha/2} P (1-P)}{d^2}$$

Keterangan:

- n : Ukuran sampel atau jumlah minimum responden
- $Z^2_{1-\alpha/2}$: Nilai statistic distribusi normal standar pada tingkat kemaknaan 0,05 sehingga $Z = 1,96$ (confidence interval 95%)
- P : Sampel populasi (jika tidak diketahui secara pasti, peneliti dapat menggunakan P terbesar yaitu 0,50)
- d : Batas toleransi error yang diinginkan, yaitu 5%

Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus tersebut dan dikarenakan dalam penelitian ini tidak diketahui jumlah dari banyaknya individu dewasa awal di Surabaya secara pasti dan akurat, maka peneliti menggunakan populasi infinit. Jumlah sampel yang minimal yang dibutuhkan sebanyak 384 responden. Beberapa kriteria secara menyeluruh dari sampel pada penelitian sebagai berikut:

- 1) Laki-laki / perempuan yang mengalami *quarter life crisis*
- 2) Berusia 18-29 tahun
- 3) Berdomisili di Surabaya

4) Bersedia menjadi responden

Kota Surabaya dipilih sebagai populasi karena Kota Surabaya merupakan ibu kota Provinsi Jawa Timur sekaligus kota metropolitan terbesar di Provinsi Jawa Timur dan menjadi pusat kegiatan perekonomian di daerah Jawa Timur dan sekitarnya. *Quarter life crisis* sering ditemukan di kota-kota besar seperti Surabaya karena persaingan untuk bertahan hidup antar individu sangat ketat sekali. Individu akan mengalami depresi jika tidak dapat mengatasi krisis yang dialaminya.

3. Teknik Sampling

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *non probability sampling*. Menurut Sugiyono, metode *non probability sampling* adalah teknik yang tidak memberi peluang/kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. *Non probability sampling* terdiri dari *accidental sampling*, *quota sampling*, *purposive sampling* dan *snowball sampling* (Sugiyono, 2017). Teknik *non probability sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*, yang dimana tidak semua sampel memiliki kriteria yang telah peneliti tentukan, oleh karena itu peneliti memilih teknik *purposive sampling* dengan menetapkan pertimbangan-

a. Alat Ukur *Quarter Life Crisis*

Skala *Quarter Life Crisis* menggunakan skala yang diadaptasi dari Andi Fatimah (2021) yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek dari teori *quarter Life crisis* oleh Robbins dan Wilner (2001).

Tabel 1. Blueprint Skala *Quarter Life Crisis*

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		F	UF	
Kebimbangan dalam pengambilan keputusan	Ketidakmampuan membuat keputusan	1, 2	3, 4	4
	Minimnya pengalaman dalam membuat keputusan	5	6	2
Perasaan putus asa	Kecenderungan merasa gagal	7, 8, 9	10, 11	5
	Ketidakpuasan pada hasil yang telah dicapai	12	13	2
Penilaian diri yang negatif	Mengalami krisis identitas	14, 15	16	3
	Membandingkan diri dengan orang lain	17, 18, 19	20	4
	Keraguan terhadap kemampuan diri	21, 22, 23	24, 25	5
Terjebak dalam situasi sulit	Ketidakmampuan beradaptasi dengan kelompok sosial	26, 27	28	3
	Kecenderungan bersikap kompetitif	29, 30	31	3

Perasaan cemas	Ketakutan terhadap hasil yang dicapai	32, 33	-	2
Perasaan tertekan	Kecenderungan terfokus pada masalah	34, 35, 36, 37	38	5
Kekhawatiran menjalin hubungan interpersonal	Penerimaan dan dukungan orang lain	39, 40, 41	-	3
	Menjalani hubungan romantasi	42, 43	44	3
Total				44

b. Alat Ukur *Hope*

Skala *hope* menggunakan skala *Adult Hope Scale* (AHS) yang diadaptasi dan dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori *hope* snyder (2000).

Tabel 2. *Blueprint* Skala *Hope*

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		F	UF	
<i>Goal</i>	Mampu memiliki tujuan	2, 12	3, 11	4
<i>Agency Thinking</i>	Mampu menghadapi situasi sulit	4, 6, 8	5	4
<i>Pathway Thinking</i>	Yakin pada diri sendiri	1, 10	7, 9	4
Total				12

c. Alat Ukur *Peer Pressure*

Skala *peer pressure* ini di adaptasi dan dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori Brown & Clasen (1985).

Tabel 3. *Blueprint* Skala *Peer Pressure*

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		F	UF	
<i>Peer Comformity</i>	Individu mendapat tekanan/dorongan dari teman sebaya untuk menyesuaikan diri dalam menyamakan aktivitas/kegiatan teman	1, 2, 3, 4	-	4
<i>Family Involvement</i>	Individu mendapat tekanan/dorongan untuk keterlibatan diri dalam kegiatan/aktivitas keluarga	5, 7, 8	6	4
<i>Peer Involvement</i>	Individu mendapat tekanan/dorongan untuk keterlibatan diri pada aktivitas/kegiatan kelompok teman.	9, 10, 11	12	4
<i>School Involvement</i>	Individu mendapat dorongan/tekanan untuk keterlibatan diri pada aktivitas/kegiatan instansi yang sedang ia jalani	13		1
<i>Misconduct</i>	Individu mendapat dorongan/tekanan untuk keterlibatan diri pada aktivitas/kegiatan yang melanggar	14, 15, 16	17	4

Total

17

d. Uji Validitas

Uji Validitas berguna untuk mengetahui kesesuaian angket dan tingkat validitas yang akan digunakan oleh peneliti (Janna, 2021). Validitas isi yang dilakukan melalui pengujian terhadap isi alat tes dengan analisis rasional kepada yang kompeten atau *expert judgement* (Azwar, 2017). Hal ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana aitem-aitem mampu mencerminkan atribut yang diukur.

Penelitian ini menggunakan *product moment pearson correlation* untuk uji validitas dengan prinsip kerja mengkorelasikan antara skor aitem dengan skor total. Validitas item dalam penelitian ini ditentukan dengan melihat nilai *correlated item* total melalui *alpha cronbach*. Angka yang diperoleh harus dibandingkan dengan standar nilai korelasi validitas nilai standar sebesar 0,25 jika angka yang diperoleh lebih besar dari 0,25 maka pernyataan tersebut valid atau signifikan (Azwar, 2017) .

1. Validitas Skala *Quarter Life Crisis*

Berdasarkan perhitungan SPSS menunjukkan hasil uji validitas *quarter life crisis* sebagai berikut.

Tabel 4. Hasil Uji Validasi Skala *Quarter Life Crisis*

Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Keterangan
QLC1	0.516	Valid
QLC2	0.457	Valid
QLC3	0.297	Valid
QLC4	0.326	Valid
QLC5	0.293	Valid
QLC6	0.162	Tidak Valid
QLC7	0.357	Valid
QLC8	0.684	Valid
QLC9	0.742	Valid
QLC10	0.339	Valid
QLC11	0.446	Valid
QLC12	0.398	Valid
QLC13	0.168	Tidak Valid
QLC14	0.664	Valid
QLC15	0.598	Valid
QLC16	0.353	Valid
QLC17	0.703	Valid
QLC18	0.656	Valid
QLC19	0.691	Valid
QLC20	0.473	Valid
QLC21	0.685	Valid
QLC22	0.675	Valid
QLC23	0.663	Valid
QLC24	0.387	Valid
QLC25	0.376	Valid
QLC26	0.492	Valid
QLC27	0.538	Valid
QLC28	0.322	Valid
QLC29	0.389	Valid
QLC30	0.484	Valid

QLC31	0.272	Valid
QLC32	0.609	Valid
QLC33	0.51	Valid
QLC34	0.628	Valid
QLC35	0.567	Valid
QLC36	0.388	Valid
QLC37	0.682	Valid
QLC38	0.15	Tidak Valid
QLC39	0.632	Valid
QLC40	0.57	Valid
QLC41	0.348	Valid
QLC42	0.403	Valid
QLC43	0.514	Valid
QLC44	0.314	Valid

Berdasarkan tabel 4 diketahui terdapat 3 aitem yang tidak valid dan menyisahkan 41 aitem yang valid. Berikut adalah *blueprint* skala *quarter life crisis* setelah dilakukan uji validitas.

Tabel 5. *Blueprint Hasil Uji Validitas Isi Quarter Life Crisis*

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		F	UF	
Kebimbangan dalam pengambilan keputusan	Ketidakmampuan membuat keputusan	1, 2	3, 4	4
	Minimnya pengalaman dalam membuat keputusan	5	6*	1
Perasaan putus asa	Kecenderungan merasa gagal	7, 8, 9	10, 11	5

	Ketidakpuasan pada hasil yang telah dicapai	12	13*	1
	Mengalami krisis identitas	14, 15	16	3
Penilaian diri yang negatif	Membandingkan diri dengan orang lain	17, 18, 19	20	4
	Keraguan terhadap kemampuan diri	21, 22, 23	24, 25	5
Terjebak dalam situasi sulit	Ketidakmampuan beradaptasi dengan kelompok sosial	26, 27	28	3
	Kecenderungan bersikap kompetitif	29, 30	31	3
Perasaan cemas	Ketakutan terhadap hasil yang dicapai	32, 33	-	2
Perasaan tertekan	Kecenderungan terfokus pada masalah	34, 35, 36, 37	38*	4
Kekhawatiran menjalin hubungan interpersonal	Penerimaan dan dukungan orang lain	39, 40, 41	-	3
	Menjalani hubungan romantasi	42, 43	44	3
Total				41

keterangan: tanda *) menunjukkan aitem yang tidak valid.

Berdasarkan tabel 5, diketahui bahwa tersisa 41 aitem valid. Pada aspek kebimbangan dalam pengambilan keputusan sebanyak 5 aitem. Pada aspek perasaan putus asa sebanyak 6 aitem. Pada

aspek penilaian diri yang negative sebanyak 12 aitem. Pada aspek terjebak dalam situasi sulit sebanyak 6 aitem. Pada aspek perasaan cemas sebanyak 2 aitem. Pada aspek perasaan tertekan sebanyak 4 dan aspek kekhawatiran menjalin hubungan interpersonal 6.

2. Validitas Skala *Hope*

Berdasarkan perhitungan SPSS menunjukkan hasil uji validitas *hope* sebagai berikut.

Tabel 6. Hasil Uji Validitas Skala *Hope*

Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Keterangan
HOPE1	0.419	Valid
HOPE2	0.38	Valid
HOPE3	0.373	Valid
HOPE4	0.387	Valid
HOPE5	0.457	Valid
HOPE6	0.333	Valid
HOPE7	0.304	Valid
HOPE8	0.381	Valid
HOPE9	0.425	Valid
HOPE10	0.426	Valid
HOPE11	0.199	Tidak Valid
HOPE12	-0.507	Valid

Berdasarkan tabel 6 diketahui terdapat 1 aitem yang tidak valid dan menyisahkan 11 aitem yang valid. Berikut adalah *blueprint* skala *hope* setelah dilakukan uji validitas.

Tabel 7. *Blueprint* Hasil Uji Validitas Isi *Hope*

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		F	UF	
<i>Goal</i>	Mampu memiliki tujuan	2, 12	3, 11*	3
<i>Agency Thinking</i>	Mampu menghadapi situasi sulit	4, 6, 8	5	4
<i>Pathway Thinking</i>	Yakin pada diri sendiri	1, 10	7, 9	4
Total				11

keterangan: tanda *) menunjukkan aitem yang tidak valid.

Berdasarkan tabel 7, diketahui bahwa tersisa 11 aitem valid. Pada aspek *goal* dalam pengambilan keputusan sebanyak 3 aitem. Pada aspek *agency thinking* sebanyak 4 aitem serta aspek *pathway thinking* sebanyak 4 aitem.

3. Validitas Skala *Peer Pressure*

Berdasarkan perhitungan SPSS menunjukkan hasil uji validitas *Peer Pressure* sebagai berikut.

Tabel 8. Hasil Uji Validitas Skala *Peer Pressure*

Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Keterangan
PP1	0.35	Valid
PP2	0.429	Valid
PP3	0.156	Tidak Valid
PP4	0.161	Tidak Valid
PP5	0.707	Valid

PP6	0.2	Tidak Valid
PP7	0.517	Valid
PP8	0.718	Valid
PP9	0.732	Valid
PP10	0.714	Valid
PP11	0.726	Valid
PP12	0.109	Tidak Valid
PP13	0.552	Valid
PP14	0.477	Valid
PP15	0.655	Valid
PP16	0.674	Valid
PP17	0.012	Tidak Valid

Berdasarkan tabel 8 diketahui terdapat 5 aitem yang tidak valid dan menyisahkan 12 aitem yang valid. Berikut adalah *blueprint* skala *Peer Pressure* setelah dilakukan uji validitas.

Tabel 9. *Blueprint* Hasil Uji Validitas Isi *Peer Pressure*

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		F	UF	
<i>Peer Conformity</i>	Individu mendapat tekanan/dorongan dari teman sebaya untuk menyesuaikan diri dalam menyamakan aktivitas/kegiatan teman	1, 2, 3*, 4*	-	2
<i>Family Involvement</i>	Individu mendapat tekanan/dorongan untuk keterlibatan diri dalam	5, 7, 8	6*	3

kegiatan/aktivitas
keluarga

<i>Peer Involvement</i>	Individu mendapat tekanan/dorongan untuk keterlibatan diri pada aktivitas/kegiatan kelompok teman.	9, 10, 11	12*	3
<i>School Involvement</i>	Individu mendapat dorongan/tekanan untuk keterlibatan diri pada aktivitas/ kegiatan instansi yang sedang ia jalani	13		1
<i>Misconduct</i>	Individu mendapat dorongan/tekanan untuk keterlibatan diri pada aktivitas/kegiatan yang melanggar	14, 15, 16	17*	3
Total				12

keterangan: tanda *) menunjukkan aitem yang tidak valid.

Berdasarkan tabel 9, diketahui bahwa tersisa 12 aitem valid. Pada aspek *peer conformity* sebanyak 2 aitem. Pada aspek *family involvement* sebanyak 3 aitem. Pada aspek *Peer Involvement* sebanyak 3 aitem. Pada aspek *school involvement* sebanyak 1 aitem dan pada aspek *misconduct* sebanyak 3 aitem.

e. Uji Reliabilitas

Uji reabilitas bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat konsistensi suatu angket yang digunakan oleh peneliti sehingga angket dapat diandalkan untuk mengukur variabel penelitian (Janna, 2021). Suatu instrumen akan dapat dikatakan reliabel jika instrumen tersebut digunakan berkali-kali dan data yang dihasilkan tetap sama. Instrumen dapat dikatakan reliabel jika hitungan reliabilitas dengan rumus *Alpha Cronbach* menggunakan angka minimal 0,60 (Sujarweni, 2014).

1. Uji Reliabilitas *Quarter Life Crisis*

Berdasarkan perhitungan SPSS hasil uji reliabilitas dilakukan dengan melihat nilai *Cronbach's Alpha* yang disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 10. Hasil Uji Reliabilitas *Quarter Life Crisis*

<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
0.939	41

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa nilai *cronbach's alpha quarter life crisis* sebesar 0,939. Besaran nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen *quarter life crisis* memiliki nilai reliabilitas yang tinggi.

2. Uji Reliabilitas *Hope*

Berdasarkan perhitungan SPSS hasil uji reliabilitas dilakukan dengan melihat nilai *cronbach's alpha* yang disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 11. Hasil Uji Reliabilitas *Hope*

<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
0.635	11

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa nilai *cronbach's alpha hope* sebesar 0,635. Besaran nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen *hope* memiliki nilai reliabilitas yang cukup.

3. Uji Reliabilitas *Hope*

Berdasarkan perhitungan SPSS hasil uji reliabilitas dilakukan dengan melihat nilai *cronbach's alpha* yang disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 12. Hasil Reliabilitas *Peer Pressure*

<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
0.898	12

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa nilai *cronbach's alpha peer pressure* sebesar 0,898. Besaran nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen *peer pressure* memiliki nilai reliabilitas yang tinggi.

F. Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear berganda yaitu prosedur yang digunakan untuk menguji besarnya koefisien yang dihasilkan oleh persamaan yang bersifat linier yang melibatkan dua atau lebih variabel bebas. Sebelum dilakukan analisis data maka terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat sebagai berikut:

d. Uji Asumsi/Uji Prasyarat

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linear berganda. Analisis ini digunakan untuk menganalisis besarnya hubungan dan pengaruh dua atau lebih variabel bebas yang menjadi prediksi besarnya variabel terikat (Muhid, 2012). Sebelum melakukan analisis data, peneliti melakukan uji prasyarat yang digunakan untuk mengetahui apakah hasil dari analisis data untuk hipotesis dapat dilanjutkan atau tidak, uji prasyarat terdiri dari:

A. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mencari tahu apakah data yang diambil berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dapat

dilakukan dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, dengan ketentuan pada uji normalitas dapat dikatakan normal jika hasil nilai signifikasinya $> 0,05$ (Sugiyono, 2017). Berikut ini adalah hasil uji normalitas yang disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 13. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		425
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0
	Std. Deviation	10.8422913
Most Extreme Differences	Absolute	0.062
	Positive	0.062
	Negative	-0.038
Test Statistic		0.062
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,200 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang diperoleh dari penelitian berdistribusi normal.

B. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel terikat dengan variabel bebas mempunyai hubungan linear atau tidak secara signifikan. Ketentuan pada uji linearitas adalah

variabel bebas dan variabel terikat dinyatakan linear jika nilai signifikannya $> 0,05$ (Sugiyono, 2017). Berikut adalah hasil uji linearitas yang dapat dijabarkan pada tabel sebagai berikut.

a. Variabel *Hope* (X1)

Dibawah ini adalah tabel hasil uji linearitas melalui SPSS variabel X1 yaitu *Hope*.

Tabel 14. Hasil Uji Linearitas Variabel *Hope* (X1)

Hubungan antar variabel		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	F	Sig.
<i>(Combined)</i>		56338.83	20	2816.94	18	0
<i>Linearity</i>		52942.08	1	52942.1	338.26	0
<i>Between Groups</i>	<i>Deviation from Linearity</i>	3396.74	19	178.78	1.14	0.31
QLC * HOPE	<i>Within Groups</i>	63231.54	404	156.51		
	Total	119570.36	424			

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai signifikansi sebesar 0,31, dimana nilai ini $> 0,05$. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear pada variabel *hope* (X1) dan *quarter life crisis* (Y).

b. Variabel *Peer Pressure* (X2)

Dibawah ini adalah tabel hasil uji linearitas melalui SPSS variabel X2 yaitu *Peer Pressure*.

Tabel 15. Hasil Uji Linearitas Variabel *Peer Pressure* (X2)

Hubungan antar Variabel		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
	<i>(Combined)</i>	38889.052	34	1143.8	5.529	0
	<i>Linearity</i>	34079.14	1	34079.1	164.733	0
<i>Between Groups</i>	<i>Deviation from Linearity</i>	4809.912	33	145.755	0.705	0.89
<i>QLC</i>	<i>Within Groups</i>	80681.311	390	206.875		
<i>* PP</i>	Total	119570.36	424			

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai signifikansi sebesar 0,89, dimana nilai ini $> 0,05$. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear pada variabel *Peer Pressure* (X2) dan *quarter life crisis* (Y).

C. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk mendeteksi ada atau tidaknya variabel independen (bebas) pada model regresi saling berkorelasi. Apabila terjadi sebuah korelasi, maka terdapat masalah multikolinearitas. Model regresi yang bebas dari multikolinieritas yaitu yang mempunyai angka *tolerance* mendekati nilai 1 dan batas VIF yaitu nilai 10. Apabila nilai VIF > 10 , maka tidak terjadi gejala multikolinieritas. Apabila nilai VIF < 10 dan *Tolerance* $> 0,1$ maka dapat dinyatakan tidak terjadi multikolinearitas (Muhid, 2012). Berikut ini adalah hasil dari uji multikolinearitas yang telah dilakukan:

Tabel 16. Hasil Uji Multikolinearitas

<i>Model</i>	<i>Unstandardize d Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>	<i>Collinearity Statistics</i>	
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>			<i>Tolerance</i>	<i>VIF</i>
1 (<i>Constant</i>)	155.84	5.764		27.036	0		
<i>Hope</i>	-2.838	0.163	-0.565	-17.373	0	0.933	1.072
<i>Peer Pressure</i>	1.028	0.086	0.388	11.921	0	0.933	1.072

a. Dependent Variable: *Quarter Life Crisis*

Berdasarkan tabel diatas, nilai tolerance sebesar 0,933 dimana lebih besar dari 0,10. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinearitas pada data penelitian. Diketahui nilai VIF sebesar 1,072 yang berarti lebih kecil dari 10,00 sehingga menunjukkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinearitas.

D. Uji heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas digunakan untuk mengetahui apakah dalam suatu model regresi terdapat ketidaksamaan varians dari residual suatu pengamatan ke pengamatan lainnya. Uji heteroskedastisitas dilakukan dengan menggunakan uji *Glesjer*, model regresi dinyatakan bebas dari heteroskedastisitas apabila nilai signifikansi variabel $> 0,05$ dan dinyatakan mengandung

heteroskedastisitas apabila nilai signifikansi variabel $< 0,05$. Berikut ini adalah tabel yang menyajikan hasil uji heterokedastisitas:

Tabel 17. Hasil Uji Heterokedastisitas

<i>Model</i>	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>		<i>t</i>	<i>Sig.</i>
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>			
1	<i>(Constant)</i>	10.031	3.551		2.825	0.005
	<i>Hope</i>	-0.063	0.101	-0.031	-0.624	0.533
	<i>Peer Pressure</i>	0.016	0.053	0.015	0.303	0.762

a. *Dependent Variable: RES2*

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa variabel *hope* memiliki nilai signifikansi heterokedastisitas sebesar 0,533 dimana ini lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi gejala heterokedastisitas pada variabel *quarter life crisis*. Selanjutnya, variabel *peer pressure* juga memiliki nilai signifikansi heterokedastisitas sebesar 0,762 dimana nilai ini lebih dari 0,05. Hal ini juga menunjukkan bahwa tidak terjadi gejala heterokedastisitas pada variabel *peer pressure*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Langkah pertama, peneliti mencari fenomena yang seringkali terjadi di sekitar peneliti saat ini. Peneliti kemudian mencari teori yang berkaitan dengan topik yang akan diteliti dan mendiskusikannya dengan dosen pembimbing. Setelah topik ditemukan, peneliti mengajukannya kepada program studi. Selanjutnya, peneliti menyusun naskah proposal dengan senantiasa berdiskusi dengan dosen pembimbing. Peneliti juga melakukan wawancara dengan beberapa individu dewasa awal untuk mewakili subjek yang akan diteliti.

Setelah proposal disusun dan diselesaikan oleh peneliti, proposal penelitian tersebut diajukan dalam rangka pengikutsertaan seminar proposal. Seminar proposal dilakukan secara tatap muka. Peneliti pada akhirnya lulus dalam ujian seminar proposal pada 23 Juni 2022. Selanjutnya peneliti melakukan sedikit revisi sesuai arahan dosen penguji. Setelah proposal revisi disetujui, peneliti melanjutkan penelitian dengan mengumpulkan data.

Pada tahap selanjutnya, peneliti mulai menyusun instrumen penelitian. Setelah itu peneliti melakukan *expert judgment* pada dua orang ahli untuk menguji kesesuaian aitem. Instrumen penelitian yang sudah melalui *expert judgment* kemudian disebarakan melalui *google form*. Pengambilan data dilakukan selama beberapa hari. Terakhir, setelah semua data terkumpul, peneliti melakukan scoring, pengolahan dan analisis data untuk disusun dalam laporan penelitian.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Deskripsi Subjek

Subjek penelitian ini adalah individu dewasa awal di Surabaya yang berjumlah 425 orang. Di bawah ini merupakan penjabaran dengan lebih spesifik:

(1) Sebaran berdasarkan jenis kelamin subjek

Berikut ini adalah tabel yang menyajikan sebaran jenis kelamin subjek:

Tabel 18. Deskripsi Sebaran Subjek berdasarkan Jenis Kelamin

	Jenis Kelamin	Jumlah	%
Valid	Perempuan	269	63.3
	Laki-Laki	156	36.7
	Total	425	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa jumlah subjek sebanyak 425 responden. Subjek perempuan pada penelitian ini berjumlah 269 responden atau sekitar 63,3%. Subjek laki-laki pada penelitian ini berjumlah 156 responden atau sekitar 36,7%.

(2) Sebaran berdasarkan usia subjek

Berikut ini adalah tabel yang menyajikan sebaran usia subjek:

Tabel 19. Deskripsi Sebaran Subjek berdasarkan Usia

	Usia	Jumlah	%
Valid	18	6	1.4
	19	5	1.2
	20	10	2.4
	21	61	14.4
	22	225	52.9
	23	40	9.4
	24	15	3.5
	25	15	3.5
	26	6	1.4
	27	8	1.9
	28	13	3.1
	29	21	4.9
	Total	425	100

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa jumlah subjek sebanyak 425 responden. Subjek yang berusia 18 tahun

pada penelitian ini berjumlah 6 responden atau sekitar 1,4%. Subjek yang berusia 19 tahun pada penelitian ini berjumlah 5 responden atau sekitar 1,2%. Subjek yang berusia 20 tahun pada penelitian ini berjumlah 10 responden atau sekitar 2,4%. Subjek yang berusia 21 tahun pada penelitian ini berjumlah 61 responden atau sekitar 14,4%. Subjek yang berusia 22 tahun pada penelitian ini berjumlah 225 responden atau sekitar 52,7%. Subjek yang berusia 23 tahun pada penelitian ini berjumlah 40 responden atau sekitar 9,4%. Subjek yang berusia 24 tahun pada penelitian ini berjumlah 15 responden atau sekitar 3,5%. Subjek yang berusia 25 tahun pada penelitian ini berjumlah 15 responden atau sekitar 3,5%. Subjek yang berusia 26 tahun pada penelitian ini berjumlah 6 responden atau sekitar 1,4%. Subjek yang berusia 27 tahun pada penelitian ini berjumlah 8 responden atau sekitar 1,9%. Subjek yang berusia 28 tahun pada penelitian ini berjumlah 13 responden atau sekitar 3,1%. Subjek yang berusia 29 tahun pada penelitian ini berjumlah 21 responden atau sekitar 4,9%.

(3) Sebaran berdasarkan Domisili Subjek

Berikut ini adalah tabel yang menyajikan domisili subjek:

Tabel 20. Deskripsi Sebaran Subjek berdasarkan Domisili

	Domisili	Jumlah	%
Valid	Surabaya	425	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa jumlah subjek sebanyak 425 responden berdomisili di Surabaya.

(4) Sebaran berdasarkan Pekerjaan Subjek

Berikut ini adalah tabel yang menyajikan pekerjaan subjek:

Tabel 21. Deskripsi Sebaran Subjek berdasarkan Pekerjaan Subjek

	Pekerjaan	Jumlah	%
Valid	Pelajar	3	0.7
	Mahasiswa	284	66.8
	Wirausaha	16	3.8
	Pegawai Negeri	5	1.2
	Karyawan Swasta	92	21.6
	Ibu Rumah Tangga	4	0.9
	Tidak Bekerja	12	2.8
	Penulis	1	0.2
	Guru	7	1.6
	Translator	1	0.2
	Total	425	100

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa jumlah subjek sebanyak 425 responden. Subjek yang masih pelajar pada penelitian ini berjumlah 3 responden atau sekitar 0,7%.

Subjek yang berstatus mahasiswa pada penelitian ini

berjumlah 284 responden atau sekitar 66,8%. Subjek yang bekerja sebagai wirausaha pada penelitian ini berjumlah 16 responden atau sekitar 3,8%. Subjek bekerja sebagai pegawai negeri pada penelitian ini berjumlah 5 responden atau sekitar 1,2%. Subjek yang bekerja sebagai karyawan swasta pada penelitian ini berjumlah 92 responden atau sekitar 21,6%. Subjek yang menjadi ibu rumah tangga pada penelitian ini berjumlah 12 responden atau sekitar 2,8%. Subjek yang bekerja sebagai penulis pada penelitian ini berjumlah 1 responden atau sekitar 0,2%. Subjek yang bekerja sebagai guru pada penelitian ini berjumlah 7 responden atau sekitar 1,6%. Subjek yang bekerja sebagai translator pada penelitian ini berjumlah 1 responden atau sekitar 0,2%.

(5) Sebaran berdasarkan Status Subjek

Berikut ini adalah tabel yang menyajikan status subjek:

Tabel 22. Deskripsi Sebaran Status Subjek

	Status	Jumlah	%
Valid	Menikah	38	8.9
	Belum Menikah	387	91.1
	Total	425	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa jumlah subjek sebanyak 425 responden. Status subjek yang telah menikah pada penelitian ini berjumlah 38 responden atau sekitar 8,9%. Subjek yang belum menikah pada penelitian ini berjumlah 387 responden atau sekitar 91,1%.

(6) Sebaran berdasarkan Tempat Tinggal Subjek

Berikut ini adalah tabel yang menyajikan tempat tinggal subjek:

Tabel 23. Deskripsi Sebaran Tempat Tinggal Subjek

	Tempat Tinggal	Jumlah	%
Valid	Bersama Orang Tua/Keluarga	352	82.8
	Bersama Suami/Istri	25	5.9
	Sendiri	48	11.3
	Total	425	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa jumlah subjek sebanyak 425 responden. Subjek yang tinggal bersama orang tua/keluarga pada penelitian ini berjumlah 352 responden atau sekitar 82,8%. Subjek yang tinggal bersama suami/istri pada penelitian ini berjumlah 25 responden atau sekitar 5,9%. Serta subjek yang tinggal bersama suami/istri

pada penelitian ini berjumlah 48 responden atau sekitar 11,3%.

b. Deskripsi Data

Berdasarkan data penelitian yang telah diperoleh, berikut ini adalah deskripsi data yang disajikan dalam tabel.

Tabel 24. Deskripsi Statistik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
QLC	425	52	139	94.8494	16.793
Hope	425	21	41	29.9129	3.34487
PP	425	12	48	23.2376	6.3348

Dari tabel diatas, diketahui dalam penelitian ini setiap instrumennya, baik *quarter life crisis*, *hope* maupun *peer pressure* yang sudah diisi 425 subjek. Pada variabel *quarter life crisis* setelah dilakukan pengolahan data didapati bahwa skor minimum subjek adalah 52. Sementara skor maximum subjek adalah 139. Mean keseluruhan *quarter life crisis* adalah 94,84. Standar deviasi *quarter life crisis* sebesar 16,79.

Pada variabel *hope* setelah dilakukan pengolahan data didapati bahwa skor minimum subjek adalah 21. Sementara skor maximum subjek adalah 41. Mean keseluruhan *hope* adalah

29,91. Standar deviasi *quarter life crisis* sebesar 3,34. Pada variabel *peer pressure* setelah dilakukan pengolahan data didapati bahwa skor minimum subjek adalah 12. Sementara skor maximum subjek adalah 48. Mean keseluruhan *peer pressure* adalah 23,23. Standar deviasi *peer pressure* sebesar 6,33.

Setelah didapatkan data hasil secara deskriptif, maka tahap berikutnya yaitu mengkategorikan varian skor yang terdiri dari rendah, sedang dan tinggi berdasarkan penilaian responden sebagai berikut.

Rumus	Kategori
$X \leq M - 1SD$	Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	Sedang
$M + 1SD \leq X$	Tinggi

Keterangan

X : Skor Responden

M : Mean

SD : Standar Deviasi

Tabel 25. Norma Kategorisasi

Variabel	Kategorisasi	Skor	Jumlah Subjek
<i>Quarter Life Crisis</i>	Rendah	$X \leq 78,05$	61
	Sedang	$78,05 \leq X < 111,63$	292
	Tinggi	$X \geq 111,63$	72
Total			425
<i>Hope</i>	Rendah	$X \leq 26,57$	58
	Sedang	$26,57 \leq X < 33,25$	317
	Tinggi	$X \geq 33,25$	50
Total			425
<i>Peer Pressure</i>	Rendah	$X \leq 16,9$	51
	Sedang	$16,9 \leq X < 29,56$	322
	Tinggi	$X \geq 29,56$	52
Total			425

Berdasarkan tabel diatas, didapati sebanyak 61 subjek yang memiliki *quarter life crisis* rendah, 292 subjek yang memiliki *quarter life crisis* sedang dan 72 subjek yang memiliki *quarter life crisis* tinggi. Subjek yang memiliki *hope* rendah sebanyak 58 orang, subjek yang memiliki *hope* sedang sebanyak 312 orang dan subjek yang memiliki *hope* tinggi sebanyak 50 orang. Ada pula 51 subjek yang memiliki *peer pressure* rendah, 322 subjek yang memiliki *peer pressure* sedang dan 52 subjek yang memiliki *peer pressure* tinggi.

B. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis data yang dilakukan dengan bantuan SPSS 26 dengan uji linear berganda dengan hasil sebagai berikut.

1. Hubungan masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat dapat dilakukan dengan melihat hasil Uji T yang ada pada teknik analisis regresi berganda. Menurut Sugiyono (2017) jika nilai signifikansi $< 0,05$ atau t hitung $> t$ tabel maka terdapat hubungan variabel X terhadap variabel Y. sebaliknya, jika nilai signifikansi $> 0,05$ atau t hitung $< t$ tabel, maka tidak terdapat hubungan variabel X terhadap variabel Y. Hasil uji parsial dapat disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 26. Hasil Uji T Parsial Regresi Linier Berganda

<i>Model</i>	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>		
1 <i>(Constant)</i>	155.84	5.76		27.04	0
<i>Hope</i>	-2.84	0.16	-0.57	-17.37	0
<i>Peer Pressure</i>	1.03	0.09	0.39	11.92	0

a. Dependent Variable: Quarter Life Crisis

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat nilai konstanta sebesar 155,84 artinya jika *hope* dan *peer pressure* bernilai 0 maka nilai

quarter life crisis sebesar 155,84. Koefisien regresi variabel *hope* (X1) sebesar -2,84 artinya, jika variabel bebas yang lain bernilai tetap dan *hope* mengalami kenaikan 1% maka *quarter life crisis* akan mengalami penurunan 2,84. Koefisien bernilai negatif menunjukkan bahwa terjadi hubungan negatif antara *hope* dengan *quarter life crisis*. Semakin tinggi *hope* maka semakin rendah *quarter life crisis*. Koefisien regresi variabel *peer pressure* (X2) sebesar 1,03 artinya, jika variabel *peer pressure* mengalami kenaikan 1% maka *quarter life crisis* mengalami kenaikan sebesar 1,03. Maka, semakin tinggi *peer pressure* maka semakin tinggi pula *quarter life crisis*.

Selanjutnya, dari tabel diatas juga dapat dilihat bahwa nilai signifikansi *hope* dan *peer pressure* sebesar 0,000. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa nilai signifikansi $> 0,05$ yang artinya *hope* dan *peer pressure* secara bersama-sama berhubungan signifikan dengan variabel *quarter life crisis*. Setelah melakukan perbandingan signifikansi, akan dilakukan perbandingan nilai T. nilai T dapat dihitung dengan rumus $t(\alpha/2 ; n-k)$. Setelah dilihat pada distribusi tabel T maka diperoleh nilai T sebesar 2,24 sehingga dapat dilakukan perbandingan sebagai berikut.

Tabel 27. Perbandingan nilai T Uji Parsial

Variabel	t hitung	t tabel	Keterangan
<i>Hope</i>	-17,37	2,24	Berhubungan
<i>Peer pressure</i>	11,92	2,24	Berhubungan

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai t hitung *hope* sebesar -17,37 > 2,24 sehingga menunjukkan adanya signifikan. Tanda negatif pada t hitung *hope* mengindikasikan bahwa *hope* memiliki hubungan negatif terhadap *quarter life crisis*. Sementara untuk *peer pressure* juga memiliki nilai signifikansi 11,92 > 2,24 yang berarti bahwa *peer pressure* berhubungan signifikan dengan *quarter life crisis*. Berdasarkan hasil uji T (Parsial) dapat disimpulkan sebagai berikut.

a. Hipotesis 1

Hipotesis 1 diterima, dan H_0 ditolak sehingga terdapat hubungan signifikan antara variabel *hope* dengan *quarter life crisis* yang mana memiliki hubungan negatif.

b. Hipotesis 2

Hipotesis 2 diterima, dan H_0 diterima sehingga terdapat hubungan signifikan antara variabel *peer pressure* dengan *quarter life crisis* yang mana memiliki hubungan positif.

2. Hubungan kedua variabel secara bersama-sama dengan variabel Y

Hubungan kedua variabel bebas secara bersama-sama dengan variabel terikat dapat dilakukan dengan uji F atau uji simultan yang ada pada

teknik analisis regresi berganda. Menurut Sugiyono (2017) jika nilai signifikansi $< 0,05$ atau $F \text{ hitung} > F \text{ tabel}$ maka terdapat hubungan variabel X secara simultan terhadap variabel Y. Sebaliknya, jika nilai signifikansi $> 0,05$ atau $F \text{ hitung} < F \text{ tabel}$, maka tidak terdapat hubungan variabel X secara simultan terhadap variabel Y. Berikut adalah hasil uji simultan yang dapat dilihat melalui tabel di bawah ini.

Tabel 28. Hasil Uji F Simultan Regresi Linear Berganda

ANOVA ^a						
Model		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
1	<i>Regression</i>	69726.923	2	34863.5	295.172	.000 ^b
	<i>Residual</i>	49843.439	422	118.112		
	<i>Total</i>	119570.362	424			

a. *Dependent Variable: Quarter Life Crisis*

b. *Predictors: (Constant), Peer Pressure, Hope*

Pada tabel diatas, dapat diperoleh nilai F hitung sebesar 295,172, dengan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$, yang berarti model regresi yang diperoleh nantinya dapat digunakan untuk memprediksi *quarter life crisis*.

Tabel 29. Perbandingan uji F nilai simultan

F hitung	F tabel	Keterangan
295,172	3,02	Berpengaruh

Dari tabel diatas didapati nilai hitung F hitung hope dan peer pressure sebesar $295 > 3,02$ sehingga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *hope* dan *peer pressure* secara bersama-sama dengan *quarter life crisis*.

Maka dari itu, berdasarkan uji F simultan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa hipotesis 3 diterima, dan H_0 ditolak sehingga menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara variabel *hope* dan *peer pressure* secara bersama-sama dengan *quarter life crisis*.

3. Besar pengaruh variabel X terhadap variabel Y

a. Pengaruh variabel X secara bersama-sama terhadap variabel terikat dapat dilihat dengan mengetahui besaran koefisien determinasi.

Menurut Sugiyono (2017) jika nilai koefisien determinasi mendekati nol maka pengaruh variabel bebas pada variabel terikat lemah. Sebaliknya, jika nilai koefisien determinasi mendekati 1 maka pengaruh variabel bebas pada variabel terikat kuat. Berikut hasil koefisien determinasi pada tabel di bawah ini.

Tabel 30. *Model Summary*

<i>Model Summary^b</i>					
<i>Model</i>	<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>	<i>Durbin-Watson</i>
1	.764 ^a	0.583	0.581	10.868	1.965

a. *Predictors: (Constant), Peer Pressure, Hope*

b. *Dependent Variable: Quarter Life Crisis*

Dari tabel diatas, diperoleh hasil *R Square* sebesar 0,583, yang berarti 58% variabel *quarter life crisis* dipengaruhi oleh variabel *hope* dan *peer pressure*, sisanya sebesar 42% oleh faktor lainnya seperti, pencarian identitas diri, perubahan tugas perkembangan, banyaknya pilihan hidup, aktualisasi diri menjadi dewasa, emosi, pekerjaan/karir dan tantangan di bidang akademik.

b. Besar kontribusi masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat dapat diketahui dengan menghitung sumbangan efektif (SE) yang dimiliki masing-masing variabel. Menurut Sugiyono (2017) jika SE semua variabel X dijumlahkan akan sama dengan nilai koefisien determinasi. Nilai koefisien beta masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel 26. *Hope* (X1) memiliki nilai koefisien beta sebesar -0,57, sedangkan *peer pressure* memiliki nilai koefisien

beta 0,39. Selanjutnya, untuk koefisien korelasi tiap variabel diperlukan hasil regresi berganda sebagai berikut.

Tabel 31. Korelasi dalam Regresi Linier Berganda

		<i>Quarter Life Crisis</i>	<i>Hope</i>	<i>Peer Pressure</i>
<i>Pearson Correlation</i>	<i>Quarter Life Crisis</i>	1	-	0.534
	<i>Hope</i>	-0.665	1	-0.258
	<i>Peer Pressure</i>	0.534	-	1
			0.258	

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai korelasi masing-masing variabel X terhadap Y. Variabel *hope* (X1) memiliki nilai korelasi sebesar -0,665. Variabel *peer pressure* (X2) memiliki nilai korelasi sebesar 0,534. Setelah mengetahui besaran nilai beta dan koefisien korelasi tiap variabel X maka berikut perhitungan SE yang disajikan dalam tabel di bawah ini.

Tabel 32. Perhitungan Sumbangan Efektif

Variabel	Koefisien Regresi (Beta)	Koefisien Korelasi	SE%
X1	0,57	0,665	37,90
X2	0,39	0,534	20,82
	Total		58,72

Berdasarkan tabel diatas, telah diketahui sumbangan efektif masing-masing variabel bebas dalam pengaruhnya secara bersama-sama terhadap variabel terikat. Variabel *hope* memiliki SE sebesar 37,90%, sedangkan variabel *peer pressure* memiliki SE sebesar 20,82%.

C. Pembahasan

Hasil analisis data yang telah dilakukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara variabel *hope* dengan *quarter life crisis* yang mana memiliki hubungan negatif. Artinya, semakin tinggi *hope* yang dialami individu dewasa awal maka semakin rendah *quarter life crisis* yang individu tersebut alami. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sumartha (2020) yang menunjukkan hasil penelitian bahwa *hope* berpengaruh negatif terhadap *quarter life crisis*. Dapat diartikan bahwa *hope* dapat menjadi sumber kekuatan dan kontrol diri terhadap pemecahan masalah bagi dewasa awal dalam menghadapi *quarter life crisis* (Sumartha, 2020). Snyder (2002) berpendapat individu yang memiliki *hope* yang tinggi akan membentuk mental positif sehingga individu tersebut mudah dalam menjalankan jalan keluar dalam mencapai tujuannya walupun terdapat tantangan, rintangan dan hambatan (Snyder, 2002).

Penelitian yang dilakukan oleh Ling (2018) menunjukkan bahwa semakin dewasa individu akan semakin banyak pula tantangan yang dihadapi. Begitu juga harapan orang tua dan keluarga. Individu yang memiliki *hope* yang tinggi akan cenderung memiliki keyakinan untuk mencapai tujuannya dan dapat melewati tantangan hidupnya serta mudah membangun emosi positif sehingga lebih sedikit kemungkinan untuk mengalami *quarter life crisis* (Carr, 2004). Hal ini diperkuat dengan penelitian Muniroh (2018), yang menunjukkan bahwa *hope* adalah keyakinan pada kejadian baik yang berhubungan dengan perasaan positif individu tentang masa depannya (Cakrawardana, 2019). Perasaan tersebut dapat memberikan motivasi untuk mencapai tujuan yang diinginkan dan mengurangi terjadinya *quarter life crisis*.

Pada norma kategorisasi subjek, dari 425 subjek terdapat 58 subjek yang memiliki *hope* rendah, 317 subjek memiliki *hope* sedang dan 50 subjek yang memiliki *hope* tinggi. Individu yang memiliki *hope* yang tinggi akan membentuk emosi positif sehingga individu tersebut mudah dalam merencanakan jalan keluar untuk mencapai tujuannya walaupun terdapat rintangan atau hambatan. Sebaliknya, individu yang memiliki *hope* rendah akan mudah putus asa dalam mencari jalan keluar dari permasalahannya ataupun mencapai tujuannya sehingga individu tersebut mudah mengalami *quarter life crisis* (Snyder, 2002). Milati (2022), dalam penelitiannya juga menunjukkan hasil bahwa semakin tinggi *hope* maka

semakin rendah *quarter life crisis* yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah *hope* maka semakin tinggi *quarter life crisis* yang dialami. Hal ini juga berkaitan dengan firman Allah dalam QS. Yusuf ayat 87.

يَا بَنِي آدْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيْأَسُوا مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ
الْكَافِرُونَ

"Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir" (QS. Yusuf: 87)

Hipotesis kedua pada penelitian ini memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan signifikan antara variabel *peer pressure* dengan *quarter life crisis* yang mana memiliki hubungan positif. Semakin tinggi *peer pressure* individu maka semakin tinggi pula *quarter life crisis* individu tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian Nabila (2020) yang menunjukkan hasil bahwa *quarter life crisis* disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor eksternal *quarter life crisis* yaitu, persaingan dalam dunia kerja dan perbandingan sosial dari keluarga maupun sosial (Nabila, 2020). Brown dan Clasen (1985) menyebutkan bahwa *peer pressure* merupakan persepsi individu tentang penerimaan tekanan yang dilakukan oleh teman terhadap individu dan seberapa kuat individu merasa tertekan oleh orang lain dan merasa tidak nyaman sehingga dapat menimbulkan *quarter life crisis* (Cakrawardana, 2019).

Penelitian Simamarta dan Karo (2018) menunjukkan hasil bahwa pengaruh lingkungan dan teman sangat mempengaruhi pembentukan sikap, tingkah laku dan perilaku sosial seseorang. Individu yang merasa dirinya berbeda dengan lingkungan atau temannya akan cenderung mengalami *quarter life crisis*. Hal ini sejalan dengan Sari (2021) *quarter life crisis* juga dapat muncul karena kemudahan teknologi dimana individu mudah mengakses kehidupan dan informasi orang lain di sosial media sehingga menyebabkan individu membandingkan dirinya dan menjadikan hidup orang lain atau temannya sebagai patokan. Ketika kehidupannya tidak sama dengan kehidupannya orang yang individu tersebut jadikan patokan. Maka, hal tersebut juga menyebabkan munculnya *quarter life crisis* pada diri individu.

Dari hasil pengkategorian subjek, terdapat 51 subjek yang memiliki *peer pressure* rendah, 322 subjek yang memiliki *peer pressure* sedang dan 52 subjek yang memiliki *peer pressure* tinggi. Brown dan Clasen (1985) menyebutkan bahwa *peer pressure* adalah sebuah persepsi individu tentang penerimaan tekanan yang dilakukan oleh teman atau kelompok sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman pada diri individu (Cakrawardana, 2019). Semakin individu merasa ditekan, didesak dan ditantang, maka individu merasakan kecemasan, kekhawatiran dan perasaan tidak nyaman. Sebaliknya, semakin kecil individu merasa ditekan, didesak dan ditantang, maka individu akan

merasa lebih nyaman dalam menjalani hidupnya sehingga akan akan kecil kemungkinan untuk mengalami *quarter life crisis*. Penelitian Argasiam (2019) mengatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara perbandingan sosial dengan *quarter life crisis* pada kelompok (Argasiam, 2019). Hal ini juga berkaitan dengan HR. Bukhari 5534 dan Muslim 2628.

تَلُّ الْجَلِيسِ الصَّالِحِ وَالسَّوِّءِ كَحَامِلِ الْمِسْكِ وَنَافِخِ الْكَبِيرِ ، فَحَامِلُ الْمِسْكِ إِمَّا أَنْ يُحْدِثَكَ ،
وَأِمَّا أَنْ تَبْتَاعَ مِنْهُ ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحًا طَيِّبَةً ، وَنَافِخُ الْكَبِيرِ إِمَّا أَنْ يُحْرِقَ ثِيَابَكَ ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ
رِيحًا خَبِيثَةً

“Permisalan teman yang baik dan teman yang buruk ibarat seorang penjual minyak wangi dan seorang pandai besi. Penjual minyak wangi mungkin akan memberimu minyak wangi, atau engkau bisa membeli minyak wangi darinya, dan walaupun tidak, engkau tetap mendapatkan bau harum darinya. Sedangkan pandai besi, bisa jadi (percikan apinya) mengenai pakaianmu, dan walaupun tidak engkau tetap mendapatkan bau asapnya yang tak sedap.” (HR. Bukhari 5534 dan Muslim 2628).

Pada uji hipotesis ketiga memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan signifikan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis*. Hal tersebut menunjukkan bahwa *hope* dan *peer pressure* mempengaruhi *quarter life crisis*. Individu yang memiliki keyakinan untuk mencapai tujuannya, individu tersebut akan menjadi *hopeful* dan

membangun emosi positif pada dirinya. Sebaliknya, jika individu tidak memiliki keyakinan untuk mencapai tujuannya, maka individu tersebut akan menjadi *hopeless* dan memiliki emosi negatif (Carr, 2004). Sementara itu, *peer pressure* adalah tekanan sosial dari sebuah kelompok yang mengharuskan seseorang untuk mengikuti, bertindak dan berpikiran dengan cara yang sama agar diterima di sebuah kelompok (Santrock, 2003). Persepsi masyarakat akan anggapan bahwa dewasa yang ideal harus menjadi sukses agar dapat diterima di lingkungan dengan baik, semakin membuat timbulnya kecemasan dan tekanan bahkan keragu-ragu pada kemampuan diri sendiri sehingga menimbulkan *quarter life crisis* (Indah, 2011). Lebih lanjut, berdasarkan nilai koefisien determinasi (R^2) diperoleh hasil pengaruh *hope* dan *peer pressure* terhadap *quarter life crisis* sebesar 58%, dimana kedua variabel memiliki sumbangan efektif yang berbeda. Variabel *hope* memiliki sumbangan efektif lebih besar dibandingkan variabel *peer pressure*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *hope* dan *peer pressure* yang dimiliki dewasa awal dengan taraf sedang dalam kondisi terbanyak. Oleh karena itu, implikasi dari hasil penelitian ini adalah untuk meningkatkan edukasi kepada individu dewasa awal mengenai *hope* dan *peer pressure*. Penelitian ini dianggap mampu memberikan pengetahuan kepada individu dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis*. Penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan, dimana pengumpulan data

dilakukan melalui googleform dan tidak bertatap muka langsung. Hal ini berkemungkinan untuk subjek salah persepsi terkait aitem pernyataan yang diberikan karena tidak bisa bertanya secara langsung.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara *hope* dan *peer pressure* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal yang dilakukan peneliti didapatkan hasil sebagai berikut.

1. *Hope* memiliki hubungan yang signifikan dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal berupa korelasi yang bersifat negatif. Semakin tinggi *hope* individu, maka semakin rendah tingkat *quarter life crisis* individu tersebut.
2. *Peer Presssure* hubungan yang signifikan dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal berupa korelasi yang bersifat positif. Semakin tinggi *peer pressure* yang dialami individu, maka semakin tinggi pula *quarter life crisis* individu tersebut.
3. *Hope* dan *peer pressure* secara simultan atau bersama-sama dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal. Subjek yang memiliki *hope* tinggi kemungkinan untuk merasakan *quarter life crisis* lebih rendah, sedangkan individu yang memiliki *peer pressure* tinggi akan cenderung lebih mudah mengalami *quarter life crisis*.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti memiliki beberapa saran, baik untuk subjek maupun peneliti selanjutnya.

1. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata subjek dalam penelitian mengalami *quarter life crisis* dalam tingkatan sedang. Subjek diharapkan mulai mempersiapkan dan merencanakan masa depan sehingga subjek dapat menjalani hidup dengan terarah dan sesuai dengan apa yang diminati. Ketika subjek memiliki *hope*, maka subjek akan cenderung membentuk emosi positif ketika menjalani proses kehidupan. Subjek juga harus bijak dalam memilih teman maupun orang lain yang dapat mempengaruhi kehidupannya. Ketika subjek berada di pertemanan atau lingkungan yang tepat, maka *peer pressure* subjek akan cenderung rendah sehingga tidak mudah mengalami *quarter life crisis*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini mendeskripsikan hasil penelitian dari kedua variabel serta hubungan antar keduanya. Peneliti selanjutnya dapat menganalisis lebih dalam terkait faktor lain seperti, pencarian identitas diri, perubahan tugas perkembangan, banyaknya pilihan hidup, aktualisasi diri menjadi dewasa, emosi, pekerjaan/karir dan tantangan di bidang akademik. Peneliti juga dapat menganalisis lebih dalam seperti seberapa besar pengaruh dari dua variabel yang telah diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnan, Fauzia, R., & Tanau, M. U. (2020). Hubungan Efikasi Diri dengan Stress pada Mahasiswa yang Berada dalam Fase Quarter Life Crisis. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23–28.
- Argasiam, B. (2019). *Hubungan Perbandingan Sosial dan Resiliensi dengan Quarter Life Crisis pada Kelompok Millenial*. <http://repository.unika.ac.id/id/eprint/21160>
- Arnett, J. J. (2004). Conceptions of The Transition to Adulthood: Perspective from Adolescence through. *Midlife: Journal of Adult Development*, 8(2), 133–142.
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Loneliness dan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41218/35541#:~:text=Hasil%20penelitian%20menunjukkan%20terdapat%20hubungan,dialami%20seseorang%2C%20begitu%20pun%20sebaliknya.>
- Audina, R. (2020). *Upaya Mahasiswa Tingkat Akhir di IAI Muhammadiyah Sinjay dalam Meminimalisir Quarter Life Crisis*. 2.
- Azwar. (2017). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Black, A. S. (2011). *Halfway Between Somewhere and Nothing: A Exploration of the Quarter-life Crisis and Life Satisfaction Among Graduate Students*. Proquest, Umi Dissertation.
- Brown, B. B., Lohr, M. J., & McClenahan, L. E. (1986). Perceptions of Peer Pressure, Peer Comformity dispotitions and Self-reported Behavior among Adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 6(2), 139–154.
- Cakrawardana, M. A. (2019). *Pengaruh Sikap, Norma Subjektif, Perceived Behavioral Control, Peer Pressure, Moral Obligation, dan Faktor Demografis terhadap Intensi Ketidakjajaran Akademik*. 23–24.
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology; The Science of Happiness and Human Strengs*. Brunner-Routedge.
- Indah, V. P. (2011). *Hubungan Antara Self Esteem Dan Peer Pressure Dengan Compulsive Buying Pada Remaja Dan Dewasa Awal*. <https://repository.unair.ac.id/106521/2/4.%20BAB%20I%20PENDAHULUA%20N.pdf>
- Janna, N. M. (2021). *Konsep Uji Validitas dan Reliabilitas dengan Menggunakan SPSS*. <https://doi.org/10.31219/osf.io/v9j52>
- Lotar Rihtaric, M., & Željka, K. (2013). Susceptibility to peer pressure and attachment to friends. *Psihologija*, 46(2), 111–146.
- Muhid, A. (2012). *Analisis Statistik*. Zifatma Jawaara.
- Mutia, A. T., & Sukmawati, I. (2019). Relationship Between Peer Pressure and Self Esteem in Adolescent. *Neo Konseling*, 1(3), 1–8.

- Nabila, A. (2020). Self Compassion: Regulasi Diri untuk Bangkit dari Kegagalan dalam Menghadapi Fase Quarter Life Crisis. *Jurnal Psikologi Islam*, 7(1). <https://doi.org/10.47399/jpi.v7i1.96>
- Nazir, M. (2013). *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia.
- Permatasari, I. (2021). *Hubungan Kematangan Emosi dengan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal*. <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/78590>
- Putri, A. R. (2020). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir*.
- Rahmania, F. A., & Tasaufi, M. N. F. (2020). Terapi Kelompok Suportif untuk Menurunkan Quarter-Life Crisis pada Individu Dewasa Awal di Masa Pandemi Covid-19. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 1–16. <http://dx.doi.org/10.30659/psisula.v2i0.13061>
- Robbins, A. (2004). *Conquering your quarterlife crisis: Advice from twentysomethings who have been there and survived*. TarcherPerigee.
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarter-life crisis: The unique challenges of life in your twenties*. Penguin Putnam, Inc.
- Robinson, O. C., Demetre, J. D., & Litman, J. A. (2016). *Adult Life Stage and Crisis as Predictors of Curiosity and Authenticity: Testing Inferences From Erikson's Fifespan Theory*. <https://doi.org/10.1177/0165025416645201>
- Robinson, O. C., & Wright, G. R. T. (2013). The prevalence, types and perceived outcomes of crisis episodes in early adulthood and midlife: A structured retrospective-autobiographical study. *International Journal of Behavioral Development*. <https://doi.org/10.1177/0165025413492464>
- Salsabila, T. (2021). *Pengaruh Quarter Life Crisis terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Psikologi UIN Malang*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/28132>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescent (Perkembangan Remaja)* (6th ed.). Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*. Penerbit Erlangga.
- Simarmata, S. W., & Karo, F. I. (2018). *Pengaruh Teman Sebaya terhadap Perilaku Menyimpang Siswa Kelas X SMK Swasta Satria Binjai Tahun Pelajaran 2017/2018*. 3(1), 63–72.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249–275. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.
- Sujarweni, W. (2014). *SPSS untuk penelitian*. Pustaka Baru Press.
- Sujudi, M. A., & Ginting, B. (2020). *Quarterlife Crisis di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara*. 2(2), 105–112.
- Sumartha, A. R. (2020). *Pengaruh Trait Kepribadian Neuroticism terhadap Quarter-Life Crisis dimediasi oleh harapan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/19370/1/16410067.pdf>

- Sutanto, C., Hagijanto, A. D., & Malkisedek, M. H. (2020). *Perancangan Creative Tools Berbasis Menggambar Huruf Sebagai Alat Bantu Mengatasi Quarter-Life Crisis*. 1(16), 11.
- Syifa'ussurur, M., Husna, N., Mustaqim, M., & Fahmi, L. (2021). *Menemukali Berbagai Alternatif Intervensi dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur*. 1(1), 53–64.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A