

**HUBUNGAN *BIG FIVE PERSONALITY* TERHADAP *QUARTER-LIFE*  
*CRISIS* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU (UIR)**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau  
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Strata Satu Psikologi*



**ANDI FATIMAH**  
**178110138**

**PROGRAM STUDI ILMU PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU  
2021**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan penuh rasa syukur, terimakasih kepada Allah SWT atas segala karunia, kemudahan, dan kekuatan yang telah Engkau beri sehingga diriku dapat menyelesaikan skripsi dan meraih gelar sarjanaku...

Skripsi dan gelar sarjanaku ini kupersembahkan untuk semua orang yang selalu mencintai dan menyayangiku setulus hati tanpa syarat, terkhusus ku persembahkan untuk kedua orang tua ku...

Etta, skripsi dan gelar sarjana ini ku persembahkan kepadamu yang selalu ku rindu. Semoga gelar sarjana ini dapat membuat mu tersenyum dengan bangga kepadaku di surga. Semoga pencapaianku ini dapat menjadi salah satu perwujudan cita-cita mu yang belum sempat engkau wujudkan...

Skripsi dan gelar sarjana ini juga ku persembahkan untukmu Mamak...

Mak, terimakasih telah setia menjadi sumber kekuatan terbesarku...

Terimakasih telah selalu menyediakan pelukan untuk aku kembali pulang  
Terimakasih atas segala rintihan doa dan restu yang selalu menjadi dasar terkuat di setiap langkahku...

Terimakasih untuk segala tangisan, keringat, jerih payah, serta dukungan yang engkau hadirkan untuk membesarkan ku..

Semoga gelar sarjana ku ini dapat menjadi setitik kebahagiaan yang dapat ku hadiahkan kepadamu, mak.

Untuk kakak dan abang, terimakasih atas segala kasih sayang dan dukungan yang selalu engkau berikan kepada adik kecilmu ini, walau hal tersebut terkadang dibungkus dalam bentuk berbeda hingga membuatku terlambat memahami dan menyadarinya. Namun dapat aku pastikan bahwa itu adalah cara berbeda dari bentuk cinta yang ingin selalu kakak dan abang sampaikan...

Last but no least, skripsi dan gelar sarjana ini ku persembahkan untukmu  
Andi Fatimah

Terimakasih telah bertahan hingga akhir, terimakasih untuk selalu bisa berkompromi di situasi yang sulit, terimakasih untuk selalu bangkit ketika dirimu hampir menyerah. Kamu hebat, aku bangga padamu!

Semoga skripsi dan gelar sarjana ini tidak hanya memberi kebermanfaatan untuk diri sendiri tapi dapat memberi kebermanfaatan untuk orang sekitar, Aamiin.

## MOTTO

**"Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan."**

**(Al-Insyirah Ayat 5-6)**

**"Semua orang bisa berencana, namun rencana terbaik tetaplah rencana Allah SWT"**



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Segala Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Big Five Personality Terhadap Quarter-life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Islam Riau (UIR)”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi, SH, MCL selaku Rektor Universitas Islam Riau
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
3. Bapak Dr. Fikri Idris, S.Psi, M. Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas dan selaku pembimbing skripsi
5. Ibu Yulia Herawaty, S.Psi, M.A selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam Riau

7. Bapak Didik Widianoro M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Universitas Islam Riau
8. Ibu Irma Kusuma Salim M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penasehat Akademik
9. Bapak Dr. Sigit Nugroho, M.Psi., Psikolog, Bapak Ahmad Hidayat M.Psi., Psikolog, Bapak Bahril Hidayat, Ibu Syarifah Farradina, M.A., Ph.D, Ibu Leni Armayanti S.Psi, M.Si, Ibu Tengku Nila Fadhlia, M.Psi., Psikolog, Ibu dr. Raihanatu Binqalbi Ruzain, M.Kes, Ibu Icha Herawati, M.Soc., Sc, Ibu Irfani Rizal, S.Psi, M.Si, Ibu Wina Diana Sari, S.Psi, M.B.A, dan Ibu Nindy Amita, M.Psi., Psikolog. Terimakasih atas ilmu dan dukungan yang diberikan sangat bermanfaat bagi penulis
10. Staff karyawan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih atas segala dukungan yang diberikan sangat bermanfaat bagi penulis
11. Terimakasih kepada orangtuaku Alm. Bapak Andi Anis dan Ibu Andi Kartini yang selalu memberikan dukungan dan do'a terbaik untuk penulis
12. Terimakasih kepada saudara/I ku Andi Hikmah, Amd.Keb beserta suami Sudirman, dan Andi Sa'dam, M.I.kom beserta istri Sri Devi, S.Pd yang telah memberikan dukungan dan motivasi serta inspirasi kepada penulis
13. Terimakasih kepada keponakan ku Adinda Farhana Nazhifa, Adriana Salwa Huzaima, dan Andi Raihan Adam yang selalu menjadi sumber semangat untuk penulis
14. Terimakasih kepada Efa Fitriani, Siti Maisarah, Yuan Saldsamon, Aulia Miftahul Jannah, dan Ike Trisnawati yang menjadi teman seperjuangan dalam skripsi dan membantu dalam proses pengerjaan skripsi ini

15. Terimakasih kepada Bagas Rukmana, Zulfa Kurniaty, Ella Angraini, Shania Arischa Tama, Salwa Nafisa, Alfanny Yusra, dan Indah Sri Mulyani yang turut membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
16. Terimakasih kepada Sri Haryani, Yuliy Riayanti, Hasri Monita Rindari, Hera Angraini, Olivia Meyzela, Citra Rahmawati, dan Sera Aminah yang telah memberi dukungan selama proses pengerjaan skripsi
17. Terimakasih kepada semua rekan-rekan BEM Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Kabinet Adibrata 2019/2021 yang turut memberikan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi
18. Kepada teman-teman angkatan 2017 dan adik tingkat Fakultas Psikologi yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu dan semua pihak, penulis mengucapkan terimakasih atas bantuan, dukungan dan motivasinya.

Skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan belum sepenuhnya sempurna, apabila terdapat kekurangan dalam skripsi ini semoga dapat menjadi bahan masukan atau pertimbangan bagi penulis lain, serta menjadi referensi yang bermanfaat bagi penulis karya ilmiah selanjutnya.

***Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh***

Pekanbaru, 12 Juni 2021

Andi Fatimah

# HUBUNGAN *BIG FIVE PERSONALITY* TERHADAP *QUARTER-LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS ISLAM RIAU (UIR)

Andi Fatimah  
178110138

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

## ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir sebagai individu dewasa awal rentan mengalami krisis berupa respon ketidakmampuan mahasiswa terhadap ketidakstabilan atas perubahan yang konstan dalam aspek kehidupan sebagai individu dewasa awal. Dampak yang ditimbulkan dapat berupa stres, pengembangan gangguan kecemasan hingga depresi klinis. Krisis emosional yang menyebabkan masalah psikososial yang terjadi pada fase transisi remaja ke dewasa (*emerging adulthood*) dikenal dengan istilah *Quarter-life crisis*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kelima dimensi *trait big five personality* (*extraversion, agreeableness, conscientiousness, emotional stability, dan intellect*) terhadap *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau (UIR). Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan skala *big five personality* IPIP-BFM-25 yang terdiri dari 25 aitem yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Akhtar dan Azwar (2018) dan skala *quarter-life crisis* yang dikembangkan oleh peneliti yang terdiri dari 76 aitem berdasarkan tujuh aspek *quarter-life crisis* yang dikemukakan oleh Robbins dan Wilner (2001) yaitu: kebingungan dalam pengambilan keputusan, perasaan putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi sulit, perasaan cemas, perasaan tertekan, dan kekhawatiran menjalin hubungan interpersonal. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 158 mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau yang didapatkan melalui teknik *probability sampling*, yaitu *cluster sampling*. metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Spearman Rho*. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan ke arah negatif antara kelima dimensi *big five personality* (*extraversion, agreeableness, conscientiousness, emotional stability, dan intellect*) dan *quarter-life crisis*.

Kata kunci: *big five personality, quarter-life crisis, mahasiswa tingkat akhir*

**RELATIONSHIP BETWEEN BIG FIVE PERSONALITY AND  
QUARTER-LIFE CRISIS IN FINAL YEAR STUDENTS AT  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU (UIR)**

Andi Fatimah  
178110138

**FACULTY OF PSYCHOLOGY  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

**ABSTRACT**

Final year students as early adult individuals are vulnerable to crisis in the form of students inability to respond to the instability of constant change in aspects of life as early adult individuals. The effects can range from stress, the development of anxiety disorders to clinical depression. The emotional crisis that causes psychosocial problems that occurs in the phase of transition from adolescence to adulthood (emerging adulthood) is known as a quarter-life crisis. The purpose of this study was to determine the relationship between the five dimensions of the five major personality traits (extraversion, agreeableness, conscientiousness, emotional stability, and intellect) with the quarter-life crisis experienced by final year students at Universitas Islam Riau (UIR). The data collection method in this research is to use IPIP-BFM-25 large personality scale consisting of 25 items that have been adapted into Indonesian by Akhtar and Azwar (2018) and quarter-life crisis scale developed by the researcher consisting of 76 items based seven aspects of quarter-life crisis presented by Robbins and Wilner (2001), namely: uncertainty in decision making, feelings of hopelessness, negative self-evaluation, being stuck in difficult situations, feelings of anxiety, feelings of depression, and restlessness. concern for interpersonal relationships. The sample in this study consisted of 158 final year students of Universitas Islam Riau who were obtained through probability sampling technique, namely cluster sampling. The data analysis method used in this study is the Spearman Rho method. The results of the statistical analysis showed that there was a significant negative relationship between the five major personality dimensions (extraversion, agreeableness, conscientiousness, emotional stability, and intellect) and the quarter life crisis.

Keywords: *big five personality, quarter crisis, final year students*

# العلاقة بين الشخصيات الخمس الكبرى وأزمة ربع العمر لدى طلبة السنة النهائية بالجامعة الإسلامية الرياوية

أندي فاطمة

١٧٨١١٠١٣٨

كلية علم النفس  
الجامعة الإسلامية الرياوية

## الملخص

طلبة السنة النهائية كشخص بالغ مبكر عرضة للأزمات مستمرة في شكل من أشكال الاستجابات للتغيرات في عدم قدرة الطلبة على عدم الاستقرار في الحياة كشخص بالغ مبكر. يمكن أن يكون التأثير في شكل ضغط، وتطور اضطرابات القلق إلى اكتئاب إكلينيكي. تُعرف الأزمة العاطفية التي تسبب المشكلات النفسية والاجتماعية التي تحدث في المرحلة الانتقالية من المراهقة إلى مرحلة البلوغ (مرحلة البلوغ الناشئة) باسم أزمة ربع الحياة. كان الغرض من هذا البحث هو تحديد العلاقة بين الأبعاد الخمسة لسمات الشخصية الخمس الكبرى (الانبساط، والقبول، والضمير، والاستقرار العاطفي، والفكر) بأزمة ربع العمر التي يمر بها طلبة السنة النهائية بالجامعة الإسلامية الرياوية. كانت طريقة جمع البيانات في هذا البحث تستخدم مقياس الشخصية الخمسة الكبار إي بيبي. إي بيبي ب.ف.م. -٢٥ الذي يتألف من 25 عنصرًا تم تكييفها إلى اللغة الإندونيسية من قبل أختار وأزوار (2018) ومقياس أزمة ربع العمر الذي وضعه الباحثون المكون من 76 عنصرًا. استنادًا إلى الجوانب السبعة لأزمة ربع الحياة التي اقترحها روبنز وويلنر (2001)، وهي: التردد في اتخاذ القرار، ومشاعر اليأس، والتقييم الذاتي السلبي، والوقوع في المواقف الصعبة، ومشاعر القلق، والشعور بالاكتئاب، والمخاوف بشأن إقامة علاقات شخصية. تكونت العينة في هذا البحث من 158 طالب وطالبة في السنة النهائية بالجامعة الإسلامية الرياوية تم الحصول عليها من خلال تقنية أخذ العينات الاحتمالية، وهي العينة العنقودية. طريقة تحليل البيانات المستخدمة في هذا البحث هي طريقة سيرمان رو. تظهر نتائج التحليل الإحصائي أن هناك علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين الأبعاد الخمسة للشخصية الخمسة الكبار (الانبساط، التوافق، الضمير، الاستقرار العاطفي، الفكر) وأزمة ربع الحياة.

الكلمات الرئيسية: الشخصيات الخمس الكبرى، أزمة ربع العمر، طلبة السنة النهائية

## DAFTAR ISI

	HALAMAN
HALAMAN JUDUL .....	I
LEMBAR PENGESAHAN .....	II
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	III
MOTTO .....	IV
KATA PENGANTAR.....	V
ABSTRAK .....	VIII
DAFTAR ISI.....	XI
DAFTAR TABEL .....	XIV
DAFTAR LAMPIRAN .....	XVI
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1    LATAR BELAKANG.....	1
1.2    RUMUSAN MASALAH.....	10
1.3    TUJUAN PENELITIAN.....	10
1.4    MANFAAT PENELITIAN .....	11
1.4.1    Manfaat Teoritis .....	11
1.4.2    Manfaat Praktis .....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 <i>Quarter-life Crisis</i> .....	13
2.1.1 Definisi <i>Quarter-life Crisis</i> .....	13
2.1.2 Tipologi Pengalaman Menghadapi <i>Quarter-life crisis</i> .....	15
2.1.3 Fase-fase dalam <i>Quarter-life crisis</i> .....	18
2.1.4 Aspek-aspek Permasalahan dalam <i>Quarter-life crisis</i> .....	22

2.1.5 Faktor yang Mempengaruhi <i>Quarter-life crisis</i> .....	26
2.2 Kepribadian .....	32
2.2.1 Definisi Kepribadian .....	32
2.2.2 Teori Kepribadian <i>Big Five Personality</i> .....	34
2.2.3 Dimensi Kepribadian <i>Big Five Personality</i> .....	39
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Kepribadian.....	41
2.3 Hubungan Kepribadian <i>Big Five Personality</i> dengan <i>Quarter-life Crisis</i> .....	43
2.4 Kerangka Berpikir .....	47
2.5 Hipotesis.....	48
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>49</b>
3.1 Jenis Penelitian .....	49
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian .....	49
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	50
3.4 Subjek Penelitian.....	52
3.4.1 Populasi .....	52
3.4.2 Sampel .....	52
3.5 Metode Pengumpulan Data.....	54
3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	58
3.6.1 Validitas.....	58
3.6.2 Reliabilitas.....	59
3.7 Teknik Analisis Data.....	60
3.7.1 Uji Normalitas.....	60
3.7.2 Uji Linearitas .....	60

3.7.3 Uji Hipotesis .....	61
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>62</b>
<b>4.1 Persiapan Penelitian .....</b>	<b>62</b>
4.1.1 Orientasi Kancah Penelitian.....	62
4.1.2 Persiapan Alat Ukur Penelitian .....	63
<b>4.2 Pelaksanaan Penelitian .....</b>	<b>67</b>
<b>4.3 Hasil Penelitian.....</b>	<b>67</b>
4.3.1 Data Demografi.....	67
4.3.2 Deskripsi Data Penelitian .....	68
<b>4.4 Hasil Analisis Data .....</b>	<b>74</b>
4.4.1 Uji Asumsi .....	74
4.4.2 Uji Hipotesis .....	77
<b>4.5 Pembahasan.....</b>	<b>82</b>
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>91</b>
<b>5.1 Kesimpulan .....</b>	<b>91</b>
<b>5.2 Saran .....</b>	<b>91</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

### HALAMAN

Tabel 2.1 Karakteristik <i>Big Five Personality</i> Menurut Goldberg (1992).....	36
Tabel 2.2 Skala Sifat <i>Big Five Personality</i> Menurut Costa & McCrae .....	37
Tabel 3.1 Kriteria Respon Skala <i>Quarter-Life Crisis</i> .....	55
Tabel 3.2 Blue Print Skala <i>Quarter-Life Crisis</i> Sebelum <i>Try Out</i> .....	56
Tabel 3.3 Kriteria Respon Skala <i>Big Five Personality</i> .....	57
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Skala <i>Big Five Personality</i> .....	58
Tabel 4.1 Penyebaran Sampel .....	62
Tabel 4.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Quarter-Life Crisis</i> Sesudah <i>Try Out</i> .....	64
Tabel 4.3 Data Demografi Penelitian .....	68
Tabel 4.4 Deskripsi Data Penelitian .....	69
Tabel 4.5 Deskripsi Data Penelitian Variabel <i>Big Five Personality</i> .....	69
Tabel 4.6 Rumus Kategorisasi .....	70
Tabel 4.7 Rentang Nilai Dan Kategorisasi Skor Skala <i>Quarter-Life Crisis</i> ....	71
Tabel 4.8 Rentang Nilai Dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi <i>Extraversion</i> .....	71
Tabel 4.9 Rentang Nilai Dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi <i>Agreeableness</i> .....	72
Tabel 4.10 Rentang Nilai Dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi <i>Conscientiousness</i> .....	72
Tabel 4.11 Rentang Nilai Dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi <i>Emotional Stability</i> .....	73
Tabel 4.12 Rentang Nilai Dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi <i>Intellect</i> .....	73

Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas Skala <i>Quarter-Life Crisis</i> Dan Dimensi <i>Big Five Personality</i> .....	75
Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas <i>Quarter-Life Crisis</i> & Dimensi <i>Big Five Personality</i> .....	76
Tabel 4.14 Hasil Uji Hipotesis .....	81



## DAFTAR LAMPIRAN

**LAMPIRAN I Uji Validitas & Reliabilitas Alat Ukur**

**LAMPIRAN II Uji Asumsi**

**LAMPIRAN III Skala Penelitian (Skala B & Q)**

**LAMPIRAN IV Data Penelitian**



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 LATAR BELAKANG

Kajian psikologi perkembangan menjelaskan bahwa fase dewasa merupakan fase sulit bagi individu karena dituntut untuk dapat melepaskan ketergantungan terhadap orang lain dan menjadi individu yang mandiri (Jahja, 2011). Sebelum individu mengalami fase dewasa, terlebih dahulu akan menghadapi masa transisi dari fase remaja ke fase dewasa awal. Tahap baru dalam perkembangan hidup manusia yang kompleks menuju kemandirian dan pendewasaan disebut *emerging adulthood* (Arnett, 2014).

*Emerging adulthood* berlangsung pada rentang usia 18-29 tahun (Atwood & Scholtz 2008). *Emerging adulthood* adalah tahap perkembangan kehidupan yang ditandai dengan perubahan konteks kognitif individu, emosional, fisik dan sosial yang berlangsung secara dinamis dan melalui hubungan timbal balik antara individu dan lingkungannya (Wood dkk, 2017). Mutiara (2018) melakukan penelitian terhadap mahasiswa tingkat akhir, dan hasil penelitian yang didapatkan adalah sebanyak 82% mahasiswa tingkat akhir mengalami krisis ketika memasuki masa *emerging adulthood*.

Krisis emosional yang menyebabkan masalah psikososial yang terjadi pada fase transisi remaja ke dewasa (*emerging adulthood*) dikenal dengan istilah *Quarter-life crisis* atau krisis seperempat abad kehidupan (Robbins & Wilner, 2001). *Quarter-life crisis* atau krisis seperempat abad kehidupan terjadi sebagai efek ataupun respon terhadap ketidakstabilan atas perubahan yang konstan, pili-

han hidup yang banyak dan beragam yang menyebabkan individu tersebut rentan akan kecemasan (Robbins & Wilner, 2001).

Mahasiswa tingkat akhir berhubungan dengan masa transisi yang akan dilalui oleh mahasiswa, yakni dari dunia akademis menuju dunia kerja. Studi yang dilakukan Robbins dan Wilner mengidentifikasi bahwa lulusan perguruan tinggi menjadi poin utama terhadap masalah yang terkait dengan *quarter-life crisis* atau krisis seperempat abad kehidupan. Mereka menggambarkan bahwa *quarter-life crisis* ialah periode kehidupan yang “mencakup aspek interval yang meliputi transisi dari dunia akademik ke dunia nyata, di mana individu tanpa henti mempertanyakan masa depannya” (Robbins & Wilner, 2001). Hal tersebut secara sadar menggambarkan adanya kekhawatiran atas ketidaksesuaian harapan mengenai dunia kerja yang telah terbentuk untuk periode usia dua puluhan yang akan individu hadapi terlepas dari kemampuan ataupun kelebihan yang dimiliki.

Pengalaman pada tahap *emerging adulthood* di negara-negara Asia sangat berbeda dengan negara di Eropa. Eropa menekankan pada individualisme, dimana individu yang berada pada tahap *emerging adulthood* fokus pada pengembangan diri dan waktu luang selama fase tersebut muncul. *Emerging adulthood* pada budaya Asia menekankan kolektivisme dan kewajiban keluarga. Hal tersebut berarti, individu melakukan eksplorasi identitas dan pengembangan diri selama tahap *emerging adulthood* memiliki batas yang ditetapkan oleh rasa kewajiban mereka terhadap orang lain, terutama kepada orang tua mereka (Arnett, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Herawati dan Hidayat (2020) di Pekanbaru pada 236 subjek yang berada pada fase dewasa awal menunjukkan bahwa sebanyak 43,22% individu dewasa awal di Pekanbaru mengalami *quarter-life cri-*

sis pada kategori sedang, dan sebanyak 27,97% mengalami *quarter-life crisis* pada kategori tinggi. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa *quarter-life crisis* memiliki hubungan yang signifikan dengan pekerjaan, status hubungan (*relationship*), dan jenis kelamin.

Sebuah survei yang dilakukan pada 1000 orang di UK menunjukkan bahwa lebih dari 70% individu di usia 30-an merefleksikan diri mereka bahwa pada usia 20-an mereka mengalami krisis dan individu yang berusia 40-an mengingat bahwa krisis kehidupan berada pada usia dua puluhan. Penyebab umum dari *quarter-life crisis* yang dialami adalah berhubungan dengan cinta, hutang, konflik keluarga, dan kepuasan terhadap pekerjaan yang buruk (Robinson, Wright, & Smith, 2013)

Sebuah artikel yang ditulis oleh Febrinastri (2019) pada laman *website suara.com* memperlihatkan hasil survei dari *Linkedin* bahwa sebanyak 61% *quarter-life crisis* dialami oleh wanita. Penyebab pemicu terjadinya krisis tersebut adalah 57% akibat kesulitan menemukan pekerjaan yang sesuai bakat dan minat, 57% tekanan sosial akibat belum memiliki tempat tinggal tetap, dan 46% lainnya mengaku mendapat tekanan akibat belum menemukan pasangan. Sumber data lain juga menyebutkan bahwa sebanyak 6 dari 10 atau sebanyak 86% milenial sedang berada pada fase *quarter-life crisis*. Jumlah tersebut terbilang cukup tinggi jika dibandingkan dengan generasi sebelumnya seperti Gen X dan *Baby Boomers*. Hal tersebut menyebabkan milenial yang mengalami *quarter-life crisis* merasa kecewa, *insecure*, kesepian hingga mengalami depresi.

Dampak yang terjadi sebagai akibat dari ketidakmampuan melewati krisis emosional dan psikososial pada fase *quarter-life crisis* tersebut bisa berupa stress,

pengembangan gangguan kecemasan hingga depresi. Salah satu kesamaan yang signifikan pada fase *quarter-life crisis* yang menyebabkan dampak tersebut adalah ketika individu berada pada proses transisi dari dunia akademik ke dunia pekerjaan (Thorspecken, 2005).

Menurut Burns (dalam Robinson, 2019) transisi pasca Universitas lebih dari sekadar tantangan untuk menemukan pekerjaan tapi juga termasuk perubahan tempat tinggal, hubungan, identitas, gaya hidup dan dukungan finansial. Bagi mereka yang tinggal jauh dari rumah selama kuliah, pindah kembali dengan orang tua untuk sementara atau selamanya adalah ciri kehidupan setelah lulus. Sarjana harus juga mengelola perubahan besar dalam hubungan dan jaringan pertemanan, yang disebabkan oleh pergeseran gaya hidup dan tempat tinggal.

Penelitian yang dilakukan pada mahasiwi program studi tasawuf dan psikoterapi di UIN Sunan Gunung Djati memperoleh hasil sebanyak 73,5% mahasiswa tingkat akhir yang berada pada fase *quarter-life crisis* pada kategori sedang (Hayati, 2019). Selain itu, penelitian pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menunjukkan sebanyak 94,7% mahasiswa angkatan 2015 mengalami *quarter-life crisis* pada kategori sedang (Muttaqien & Hidayati, 2020). Sumartha (2020) dalam penelitian skripsi yang dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang menunjukkan sebanyak 71,7% mengalami *quarter-life crisis* pada kategori sedang dan sebanyak 21,2% pada kategori tinggi.

Berangkat dari studi yang telah dilakukan tersebut, lulusan perguruan tinggi dinyatakan rentan terhadap dampak negatif yang ditimbulkan pada masa *quarter-life crisis*. Stres yang timbul pada mahasiswa perguruan tinggi merupakan

suatu bentuknya dari krisis kehidupan yang nyata yang sedang mereka alami. Stres tersebut diakibatkan oleh ketidaksiapan mereka ataupun kebingungan atas peran dan fungsi normatif yang harus mereka jalani secara otonom di masyarakat (Arnett, 2014).

Ekspektasi dan *stereotype* yang diberikan masyarakat kepada mahasiswa khususnya lulusan perguruan tinggi, memperparah dampak yang ditimbulkan saat melalui fase *quarter-life crisis* ini. Stigma masyarakat yang menganggap bahwa mahasiswa ataupun lulusan perguruan tinggi sebagai agen perubahan, yang menuntut untuk bisa membawa perubahan lebih baik terhadap dirinya sendiri maupun masyarakat, mampu bertanggungjawab atas hidupnya dan keluarganya, serta tuntutan pilihan karier yang harus sepadan dengan pendidikan yang telah mereka tempuh menjadi tantangan besar yang dihadapi oleh setiap mahasiswa ataupun lulusan perguruan tinggi.

Survei awal (30/12/20) yang telah dilakukan oleh peneliti pada 74 mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau didapatkan data bahwa 35,1% mahasiswa tingkat akhir sering merasa khawatir terhadap masa depan setelah lulus perkuliahan (pasca-Universitas), 31,1% kadang-kadang merasa khawatir terhadap masa depan setelah lulus perkuliahan (pasca-Universitas), 20,3% mahasiswa sangat sering merasa khawatir terhadap masa depan setelah lulus perkuliahan (pasca-Universitas), 9,5% mahasiswa tingkat akhir jarang merasa khawatir terhadap masa depan setelah lulus perkuliahan (pasca-Universitas) dan hanya sebanyak 4,1% mahasiswa akhir merasa sangat jarang khawatir terhadap masa depan setelah lulus perkuliahan (pasca-Universitas).

Kekhawatiran yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir tersebut juga disertai dengan perasaan negatif seperti takut, cemas, ragu dan perasaan putus asa. Berdasarkan hasil survei awal dilakukan pada 74 mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Riau merasa takut dan cemas ketika membayangkan kehidupan setelah lulus perkuliahan dalam kategori sedang. Selain itu, mahasiswa terkadang merasa ragu dan beberapa mahasiswa ketika mengevaluasi diri merasa putus asa ketika memikirkan masa depannya setelah lulus dari Universitas.

Peneliti juga melakukan wawancara awal terhadap tiga mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Riau yang berasal dari dari Fakultas berbeda, yaitu YS (21 tahun) Fakultas Psikologi, H (22 tahun) Fakultas Keguruan dan Pendidikan, dan EF (23 Tahun) Fakultas Teknik. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, ketiga subjek menunjukkan respon berbeda terhadap perubahan yang terjadi ketika berada pada fase *emerging adulthood*. YS menjelaskan bahwa masalah yang dihadapi pada fase *emerging adulthood* terkadang berlawanan dengan *self-value*, serta ia menganggap masalah menjadi lebih kompleks hingga mudah merasa *down* ketika melihat pencapaian teman yang lebih sukses. Sejalan dengan hal tersebut, subjek H terkadang merasa khawatir terhadap masa depan karena takut tidak sesuai dengan realita yang diharapkan. Subjek EF menambahkan bahwa ketika berada pada fase *emerging adulthood* rasa tanggungjawab terhadap diri sendiri semakin besar, dan ia juga merasa khawatir ketika memikirkan masa depan yang akan dihadapi nantinya.

Berdasarkan penelitian sebelumnya dan hasil dari survei awal yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa tidak semua individu dapat merespons secara positif akan perubahan yang terjadi dalam dirinya pada fase transisi ini, bagi individu

yang mampu melewati masa *emerging adulthood* dengan penuh persiapan maka ia mampu melewati fase ini dengan kemudahan dan siap untuk menjadi individu dewasa seutuhnya. Sebaliknya individu lain yang tidak mempersiapkan diri dengan baik akan menganggap bahwa fase *emerging adulthood* sebagai periode kehidupan yang sulit sehingga memunculkan krisis emosional dan menimbulkan respon negatif pada diri individu tersebut seperti *quarter-life crisis*.

Beberapa penelitian terdahulu menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *quarter-life crisis*. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Amalia dkk., (2021) mengenai *psychological well being* terhadap *quarter-life crisis* yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan dengan nilai  $p = 0,00$  ( $p < 0,05$ ) hal tersebut membuktikan bahwa *psychological well being* menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *quarter-life crisis*. Hal ini juga diperkuat dengan temuan dari Ryff (1995 dalam Amalia dkk., 2021) yang menjelaskan bahwa individu dengan gambaran sehat secara psikologis merujuk pada keberfungsian secara penuh pada individu sehingga mampu mencapai aktualisasi diri serta dapat menjauhkan individu dari *quarter-life crisis*. Hal tersebut juga dilatarbelakangi bahwa individu dengan *psychological well being* memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi, mampu meminimalisir tekanan secara sosial serta tidak ragu dengan kehidupannya sehingga ia tidak mudah stress atau sampai depresi.

Selain *psychological well being*, efikasi diri juga menjadi faktor yang turut mempengaruhi *quarter-life crisis*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Muttaqien & Hidayati (2020) menunjukkan nilai  $-0,421$  antara kedua variabel yang menggambarkan bahwa efikasi diri berkorelasi ke arah negatif. *Self efficacy*

adalah bentuk tindakan yang akan dipilih individu, membantu individu untuk mengenal potensi diri, memberi penilaian terhadap tindakan yang akan dilakukan, serta memiliki keyakinan atas kontrol terhadap keberfungsian diri sehingga dapat meminimalisir stress yang dirasakan ketika berada pada *fase emerging adulthood*.

Penelitian yang dilakukan oleh Habibie dkk., (2019) juga menunjukkan bahwa religiusitas berperan memberi pengaruh kearah negatif terhadap *quarter-life crisis* yang artinya semakin tinggi tingkat religiusitas individu maka semakin rendah pula tingkat *quarter-life crisis*-nya begitu sebaliknya. Hal tersebut juga didukung dengan teori yang dikemukakan oleh Hawari (1997 dalam Habibie dkk., 2019) bahwa individu yang memiliki pedoman hidup dan daya tahan yang baik ketika menghadapi masalah atau krisis dipengaruhi karena kuatnya atau kokohnya religiusitas yang dimiliki. Religiusitas mempengaruhi *quarter-life crisis* sebesar 3,4% sedangkan sisanya sebesar 96,6% di luar dari religiusitas yang berasal dari faktor internal maupun eksternal. Menurut Thouless (2000) pada faktor internal yang dianggap berkontribusi terhadap *quarter-life crisis* adalah pengalaman pribadi, moral, faktor emosi dan afeksi, serta faktor kapasitas intelektual, sedangkan pada faktor eksternal adalah kondisi sosial dan lingkungan, tingkat pendidikan, tradisi dan budaya serta tuntutan hidup sehari-hari.

Faktor kepribadian masih belum banyak diteliti sebagai variabel yang mempengaruhi *quarter-life crisis*. Meskipun demikian, kepribadian menjadi faktor yang secara konsisten mempengaruhi kondisi individu dalam menghadapi transisi kehidupan. Hal ini dapat dilihat melalui penelitian yang dilakukan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang menunjukkan hasil bahwa pada mahasiswa tingkat akhir didapatkan *trait* kepribadian *neurotiscm* sebagai

salah satu dimensi dari *trait big five personality* berpengaruh positif signifikan terhadap *quarter-life crisis* (Sumartha, 2020).

Kepribadian merupakan konsistensi pemikiran, perasaan, dan perilaku yang muncul sebagai karakteristik yang dimiliki seseorang (Pervin, Cervone, & John, 2010). Berdasarkan teori kepribadian, pola respon yang berbeda antar individu ketika menghadapi *quarter-life crisis* dapat dijelaskan dalam *trait Big five personality* yang terbagi menjadi lima dimensi yaitu, OCEAN (*Openness, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, dan Neuroticism*) (Feist & Feist 2013).

Sebelumnya penelitian terkait dengan *trait big five personality* terhadap *quarter-life crisis* masih jarang ditemukan, namun ada beberapa penelitian mengenai *big five personality* terhadap *stressfull life event* yang sama hal dengan *quarter-life crisis* sebagai salah satu fase kehidupan yang penuh tekanan dan menimbulkan stress.

Penelitian mengenai *stressfull life event* dan *big five personality* pada remaja pengguna internet oleh Xiao dkk., (2019) menunjukkan hasil bahwa pengaruh interaksi antara kepribadian dan stresor tidak signifikan. Namun, data memberikan dukungan untuk model aditif, yang menunjukkan bahwa peristiwa kehidupan yang penuh tekanan dan dimensi kepribadian masing-masing memberikan kontribusi unik untuk pencegahan PIU remaja. Hal ini menunjukkan bahwa setiap dimensi pada *trait big five personality* memiliki sumbangsih atau respon berbeda dalam menghadapi *stressfull life event*.

Berdasarkan hasil survei dan wawancara singkat pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau terdapat kecenderungan mahasiswa tersebut merasa khawatir terhadap masa depan sebagai salah satu indikasi individu yang sedang

mengalami *quarter-life crisis*. Berdasarkan hal tersebut dan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *trait big five personality* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa variabel *trait big five personality* diposisikan sebagai variabel yang mempengaruhi individu dalam menghadapi fase *quarter-life crisis*.

## 1.2 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana hubungan *trait* kepribadian *extraversion* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau?
2. Bagaimana hubungan *trait* kepribadian *agreeableness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau?
3. Bagaimana hubungan *trait* kepribadian *conscientiousness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau?
4. Bagaimana hubungan *trait* kepribadian *emotional stability* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau?
5. Bagaimana hubungan *trait* kepribadian *intellect* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau?

## 1.3 TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui hubungan *trait* kepribadian *extraversion* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau?

2. Mengetahui hubungan *trait* kepribadian *agreeableness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau?
3. Mengetahui hubungan *trait* kepribadian *conscientiousness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau?
4. Mengetahui hubungan *trait* kepribadian *emotional stability* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau?
5. Mengetahui hubungan *trait* kepribadian *intellect* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau?

#### **1.4 MANFAAT PENELITIAN**

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis diharapkan penelitian ini memberi manfaat berupa ilmu pengetahuan baru dalam bidang ilmu psikologi khususnya bidang psikologi perkembangan, khususnya terkait dengan permasalahan krisis yang terjadi pada fase perkembangan yakni salah satunya adalah *quarter-life crisis* yang dialami di usia dewasa awal atau *emerging adulthood* yang umum dan rentan terjadi serta sering dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Mahasiswa**

Peneliti berharap mahasiswa mendapatkan manfaat dari penelitian ini berupa wawasan terkait gambaran krisis pada masa transisi perkembangan yaitu salah satunya adalah *quarter-life crisis* yang kerap kali terjadi pada dewasa awal atau pada mahasiswa tingkat akhir, sehingga diharapkan penelitian ini membantu mahasiswa untuk menghadapi fase *quarter-life crisis* secara lebih positif.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat dan menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya, khususnya terkait dengan penelitian mengenai *quarter-life crisis* dan *trait big five personality*.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 *Quarter-life Crisis*

##### 2.1.1 Definisi *Quarter-life Crisis*

Penyebutan kata *quarter-life crisis* pertama kali dikemukakan oleh Robbins dan Wilner (2001) pada buku yang berjudul "*Quarter-life crisis: The unique challenges of life in your twenties*". Robbins dan Wilner menjelaskan bahwa *quarter-life crisis* ini terjadi akibat tidak adanya prediktabilitas yang mendorong individu pada fase dewasa awal untuk melakukan hal-hal yang tidak terduga, sehingga menjadi fase yang berat karena berasal dari perubahan besar dalam kehidupan.

*Quarter-life crisis* adalah istilah dari krisis seperempat abad kehidupan berupa krisis emosional yang menyebabkan masalah psikososial yang terjadi pada fase transisi remaja ke dewasa atau *emerging adulthood* (Robbins & Wilner, 2001). *Quarter-life crisis* atau krisis seperempat abad kehidupan terjadi sebagai efek ataupun respon terhadap ketidakstabilan atas perubahan yang konstan, pilihan hidup yang banyak dan beragam yang menyebabkan individu tersebut rentan akan kecemasan.

*Quarter-life crisis* merupakan respon individu ketika mencapai titik balik kehidupan yakni ketika berada pada fase transisi remaja menuju dewasa. *Quarter-life crisis* terjadi di pertengahan usia 20-an, ketika individu merasa tidak mencapai kepuasan dan kedamaian batin yang diharapkan. Perasaan ini dapat mulai dari fase remaja akhir, saat individu mulai memasuki usia akhir tahun sekolah dan merencanakan kehidupan untuk memasuki "dunia nyata" terlepas dari apakah indi-

vidu berada di sekolah menengah atau perguruan tinggi. Setelah menyelesaikan pendidikan dan dinyatakan lulus, beberapa individu akan mengalami kecemasan dan hal tersebut dapat memicu kepanikan terkait dengan masa depan. Sebagian individu mengalami *quarter-life crisis* pada pada akhir usia dua puluhan atau awal tiga puluhan, di mana pada usia tersebut dipengaruhi oleh tuntutan masyarakat terhadap individu dewasa (Robbins, 2004)

Menurut Blake (dalam Murphy, 2011) *quarter-life crisis* adalah tahap ketidakstabilan secara emosional dan ketidakamanan yang dirasakan ketika mengalami perubahan dari masa remaja atau berkisar dari umur dua puluh satu hingga dua puluh sembilan. Karakteristik yang biasanya muncul pada periode tersebut adalah frustrasi yang berhubungan dengan dunia kerja, kebingungan identitas, dan kekhawatiran terhadap tujuan yang dijalani sekarang, tujuan jangka menengah dan jangka panjang.

Secara khusus, individu dalam periode ini menjadi otonom atau mandiri dari orang tua baik secara fisik maupun emosional. Pada fase ini individu mulai merencanakan karir, menentukan identitas diri yang disukai, membentuk *intimacy*, serta menjadi bagian dari suatu kelompok sosial serta komunitas, mencari pasangan yang sesuai dengan kriteria, dan mulai mempersiapkan diri pada pernikahan, membangun tempat tinggal yang kokoh dan belajar mengelola rumah, mengembangkan stabilitas emosi, dan bahkan memulai kehidupan sebagai orang tua.

Menurut Fischer (dalam Agustin, 2012) *quarter-life crisis* merupakan perasaan negatif yang hadir pada individu di umur 20-an tahun, yang meliputi ketakutan akan masa depan yang berkaitan dengan masalah karier, relasi dan kehidupan sosial individu. Masalah identitas yang luar biasa dari usia ini dapat

memunculkan berbagai respon, mulai dari keraguan diri yang kuat yang dapat berubah menjadi sesuatu seperti depresi klinis.

Berdasarkan definisi yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa *quarter-life crisis* merupakan krisis psikososial yang terjadi pada fase transisi dari remaja atau dewasa (*emerging adulthood*) yang berkaitan dengan kekhawatiran akan kehidupan di masa depan. Krisis yang dihadapi biasanya dimulai ketika individu mulai lulus dari dunia akademis dan menuju ke dunia kerja, ditandai dengan perasaan ragu, cemas, dan takut akan ketidakpastian mengenai karir, relasi ataupun yang berkaitan dengan kehidupan sosial. Pada periode ini individu yang mengalami *quarter-life crisis* akan menghadapi berbagai perasaan negatif dan tekanan, mulai dari tekanan untuk bertanggung jawab terhadap diri sendiri (hubungan intrapersonal) sampai dengan tanggungjawab terhadap masyarakat (hubungan interpersonal) sebagai individu dewasa.

### **2.1.2 Tipologi Pengalaman Menghadapi *Quarter-life crisis***

Penelitian yang dilakukan Sivrikova (2017) menyajikan tipologi hidup ketika melalui krisis transisi menuju kedewasaan, dikembangkan karena menurutnya perlu dikembangkan strategi konseling khusus untuk orang dewasa. Di samping itu, konseling individu untuk mengatasi krisis harus difokuskan tidak hanya pada karakteristik umum dari krisis, tetapi juga pada bentuk subjektifnya.

Identifikasi dilakukan pada individu atau kelompok dengan cara membandingkan kecenderungan rata-rata yang mencerminkan gejala krisis, tingkat kepuasan hidup, aksiologis, dan orientasi rasional serta transpektif waktu pada individu yang berada pada tahap *quarter-life crisis*. Pertimbangan tersebut berdasarkan pada nilai orientasi evaluasi yakni : reputasi, *high income*, kreatifitas,

kehidupan sosial yang aktif, evolusi diri, prestasi pribadi, kepuasan spiritual dan *individuality maintenance*, maka studi empiris membagi ada 3 jenis tipe utama dalam krisis pematangan normatif menurut Sivrikova (2017):

#### 1. Tipe Optimal

Tipe pertama ini merepresentasikan tingkat performa yang tinggi terhadap kebermaknaan hidup dan *sense orientation* daripada 2 tipe lainnya. Tipe optimal ini lebih berorientasi pada nilai yang berkaitan dengan reputasi, kehidupan sosial yang aktif, prestasi pribadi dan *high income*, namun kepuasan spiritual tidak tercapai atau kurang dipertimbangkan.

Individu dengan tipe optimal yang tengah mengalami krisis di usia 20-an sebagian besar terfokus pada proses daripada tujuan atau hasil. Tipe optimal memiliki sikap positif terhadap hal yang terjadi pada masa lalu, sekarang dan masa depan. Khususnya karakteristik pada tipe ini adalah fokus terhadap kejadian pada masa sekarang yang sedang ia jalani, dimana kepercayaan terhadap diri sendiri dan pencapaian keinginan menjadi poin penting yang menguntungkan dalam menghadapi krisis akomodasi pada individu dengan tipe optimal.

#### 2. Tipe *Anxiodepressive*

Karakteristik individu dengan tipe ini adalah memiliki kepuasan hidup yang rendah. Hal tersebut tampak melalui kebiasaan individu yang selalu terlihat lelah, hancur dan frustrasi. Individu dengan tipe ini membutuhkan konseling psikologis. Krisis akomodasi yang dialami individu dengan tipe ini disebabkan karena tidak selesainya permasalahan pada tahap perkembangan sebelumnya.

Reputasi dan *individuality maintenance* merupakan orientasi nilai dalam tipe ini, namun kedua nilai tersebut pada satu waktu menyebabkan konflik interpersonal pada individu yang disebabkan karena adanya konfrontasi antara dua kecenderungan yang berlawanan seperti persetujuan atau penerimaan orang lain dan independensi. Transpektif waktu individu dengan tipe ini sebagian besar terfokus pada masa depan dan menunjukkan ketidakpuasan terhadap masa sekarang yang ia jalani dan masa lalu.

Individu dengan tipe *anxiodepressive* ketika mengalami krisis akomodasi usia 20-an memiliki karakteristik yang ditunjukkan dengan peningkatan kecemasan, ketidakpuasan, tingkat kebermaknaan hidup dan perasaan yang rendah dan hanya terfokus pada masa depan. Individu tipe ini ketika mengalami krisis akomodasi lebih baik untuk menyelesaikan konflik interpersonal yang dialami terlebih dahulu.

### 3. Tipe *Defensive*

Tipe yang terakhir disebut dengan tipe *defensive*, tipe ini berbeda dengan tipe sebelumnya. Individu dengan tipe ini mampu mengatasi krisis dengan caranya sendiri. Walau individu dengan tipe ini sedang menghadapi krisis, namun mereka cenderung ramah dan bebas konflik. Nilai orientasi evaluasi tidak penting bagi mereka, khususnya pada “reputasi” dan “*high income*” yang diuraikan dan dimana “*self-development*” jauh dianggap sangat penting.

Kondisi seperti ini diindikasikan disebabkan oleh pengalaman yang tidak menguntungkan dari krisis normatif, seperti berevolusi atau dan mendapatkan pelajaran yang berarti untuk hidup dengan perasaan yang dipuaskan. Tidak seperti dengan kedua tipe sebelumnya yang berorientasi pada proses, tipe *de-*

*defensive* berorientasi pada tujuan. Menurut studi yang dilakukan Upon A. V. Seriy dan A. V. Yupitov, bahwa *locus of meaning orientation* berfungsi sebagai *defence mechanism* terhadap keyakinan dalam realitas ilusi untuk merasionalisasikan fenomena pada objek realitas dan bereaksi kembali terhadap pada tipe serangan yang berasal dari luar.

Individu pada tipe *defensive* cenderung meremehkan (*underestimate*) terhadap masa lalu dan masa depan. Individu ini juga menganggap bahwa masa kini atau sekarang kurang penting bagi mereka. Kondisi tersebut memungkinkan penyebab gejala frustrasi meningkat dan juga kemungkinan krisis akomodasi tumbuh ke tahap *anxiodepressive*. Jadi, keyakinan individu dengan tipe ini tidak berdasarkan pada nilai orientasi evaluasi sehingga mereka harus membuat hierarki nilai mereka sendiri ke tempat yang pertama.

### 2.1.3 Fase-fase dalam *Quarter-life crisis*

Robinson dkk., (2013) mengembangkan model fase holistik dari krisis dewasa awal, untuk menjelaskan mengenai tahapan yang dialami individu ketika berada pada fase *quarter-life crisis*. Berdasarkan dari hasil analisis terdapat empat fase (dengan satu fase dibagi menjadi dua sub-fase), yaitu:

#### a. Fase 1: *Locked in*

Individu pada tahap ini merasakan perasaan ketidakberdayaan dan merasa terjebak. Pola yang dirasakan oleh individu pada tahap ini yang paling umum adalah: a) menjalin hubungan yang tidak lagi diinginkan atau; b) jalur karier yang menekan atau tidak memuaskan. Individu pada tahap ini cenderung menilai kelompok sosial tidak sesuai dengan nilai atau kepribadiannya, sehingga menganggap lingkungan sosial tersebut berbahaya dan mengancam.

Hal tersebut dipengaruhi oleh tekanan yang ia terima dari orang lain, memiliki motivasi diri yang pasif, dan merasa terikat dengan tanggungjawab sebagai individu dewasa.

Individu pada tahap ini mulai beradaptasi dengan identitas sebagai individu dewasa, mereka berperilaku untuk memenuhi harapan orang lain atau masyarakat sehingga cenderung menyembunyikan identitas asli diri dan menekan perasaan pribadi. Hal tersebut menyebabkan individu rentan terhadap stress hingga merasa terjebak dalam peran orang dewasa.

b. Fase 2a : *Separation*

Tahap ini ditandai ketika individu mulai menjauhkan diri secara mental dan fisik yang berkaitan dengan hubungan, pekerjaan atau kelompok sosial. Tahap ini adalah periode puncak dalam *quarter-life crisis*, dimana individu mulai merasakan emosi seperti rasa bersalah, sedih, cemas, tidak percaya diri, dan kurang optimis hingga merasa jijik pada diri sendiri.

Selama tahap *separation*, individu akan melakukan pemisahan atau perubahan secara bertahap terhadap identitas yang terbentuk oleh komitmen pada masa remaja dan mengembangkan status menjadi individu dewasa. Karena itu, individu pada fase ini cenderung mencoba untuk memisahkan diri atau melarikan diri dari tekanan atas perubahan peran dari remaja ke dewasa tersebut. Akibat dari penyembunyian identitas yang terjadi pada tahap 1 (*locked in*), individu pada tahap *separation* akan merasa kehilangan identitas dan jika belum mendapatkan identitas baru maka akan terjadi “kekosongan identitas” secara alami yang membuat individu merasa kebingungan, hal tersebutlah yang menjadi pemicu kecemasan dan disorientasi.

c. Fase 2b : *Time-out*

Individu pada tahap ini secara sadar mulai mencoba meluangkan waktu untuk merenungkan situasi yang dialami selama masa transisi dengan cara menyelesaikan emosi negatif dan mencoba menemukan perspektif baru dalam menghadapi masalah pada tahap *separation* untuk mulai menerima peran sebagai orang dewasa. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar individu terhindar dari tekanan kehidupan sebagai orang dewasa. Alasan tahap 2a *separation* dan 2b *time-out* diberi label sebagai sub-fase dari tahap 2 adalah karena mereka adalah dua bagian dari proses “pelepasan identitas”, yang dimana fase *time-out* bisa terjadi sebelum atau sesudah tahap *separation*.

d. Fase 3: *Exploration*

Individu mulai secara aktif untuk melakukan eksplorasi mengembangkan komitmen dan tujuan baru dalam masa transisi. Pada tahap ini individu melakukan eksperimen terhadap masalah yang dihadapi pada tahap sebelumnya, dimana mereka mencoba memulai pilihan karir baru atau melakukan evaluasi ulang terhadap masalah. Dalam proses eksplorasi tersebut individu terkadang kerap kali merasakan ketidakstabilan emosional dan cenderung terfokus pada diri sendiri dari pada orang lain. Pada proses tersebut akan terlihat jelas perubahan dan hadirnya identitas baru pada individu, sehingga mereka semakin nyaman dan terbuka untuk mengeksplorasi identitas diri mereka dan tidak terpaku pada peran individu dewasa yang terbentuk akibat dari stereotip masyarakat.

e. Fase 4: *Rebuilding*

Ketika telah berada pada tahap *rebuilding* individu akan mampu mulai berkomitmen dalam jangka panjang terhadap peran mereka sebagai individu dewasa. Identitas diri mereka menjadi lebih otentik karena dipengaruhi oleh motivasi intrinsik, sehingga individu pada tahap ini memiliki kepuasan serta kendali yang lebih besar terhadap diri sendiri dibanding sebelum menghadapi krisis.

Motivasi intrinsik pada tahap *rebuilding* terkait dengan peningkatan tujuan dan makna. Identitas di fase *rebuilding* jika dibandingkan dengan identitas sebelum krisis menjadi lebih koheren pada hal nilai-nilai, preferensi, perasaan serta tujuan yang terimplementasikan dalam bentuk perilaku. Akan tetapi hal tersebut tidak sepenuhnya berlaku terhadap individu dalam menampilkan resolusi atau perubahan pada fase ini secara lebih baik akibat adanya konsep *individual difference*.

Keempat fase di atas belum tentu terjadi secara berurutan, karena respon individu ketika menghadapi *quarter-life crisis* berbeda, misalnya individu akan berkomitmen untuk peran baru pada fase ketiga namun setelah itu mengalami kebingungan sehingga kembali pada fase pertama atau fase kedua. Contoh lainnya adalah ketika individu mencoba melewati beberapa fase seperti dari fase kedua langsung menuju fase empat tanpa melakukan eksplorasi sehingga upaya tersebut menjadi boomerang bagi mereka dan berulang kembali ke tahap sebelumnya.

#### 2.1.4 Aspek-aspek Permasalahan dalam *Quarter-life crisis*

*Quarter-life crisis* sebagai bentuk dari respon emosional ketika menghadapi masa *emerging adulthood*, individu akan merasa panik, tak berdaya, tidak stabil, muncul keraguan, kecemasan hingga merasa frustrasi apalagi ketika baru selesai dari dunia perkuliahan dan mulai terjun ke dunia “nyata” yang penuh dengan tekanan dan tuntutan. Robbins & Wilner (2001) mengungkapkan beberapa aspek permasalahan yang sering individu hadapi ketika berada pada fase *quarter-life crisis*, yaitu sebagai berikut:

a. Kebimbangan dalam Pengambilan Keputusan

Ketika memasuki masa *emerging adulthood*, individu akan merasa tumbuh sebagai orang dewasa mandiri yang bebas dan mampu membuat keputusan sendiri, namun disaat bersamaan mereka juga merasa belum mampu untuk membuat keputusan sendiri karena minimnya pengalaman yang dimiliki. Individu dewasa awal mempercayai bahwa keputusan yang dibuat sekarang bisa mengubah jalan hidup mereka. Hal tersebut memberi tekanan terhadap individu untuk membuat keputusan yang tepat dan perlu mempertimbangkan semua sisi sebelum memilih atau membuat suatu pilihan. Tekanan tersebut menyebabkan perasaan bingung dan menumbuhkan perasaan takut akibat adanya kekhawatiran akan kesalahan dalam mengambil keputusan.

b. Perasaan Putus Asa

Salah satu alasan yang menyebabkan individu berada pada fase *quarter-life crisis* adalah ketika individu melalui proses transisi dari dunia akademik ke dunia pekerjaan (Thorspecken, 2005). Stigma masyarakat yang menganggap bahwa mahasiswa ataupun lulusan perguruan tinggi sebagai agen peru-

bahan, yang menuntut untuk bisa membawa perubahan lebih baik terhadap dirinya sendiri maupun masyarakat, mampu bertanggungjawab atas hidupnya dan keluarganya, serta tuntutan pilihan karier yang harus sepadan dengan pendidikan yang telah mereka tempuh menjadi tantangan besar yang dihadapi oleh setiap mahasiswa ataupun lulusan perguruan tinggi.

Tekanan dari stigma masyarakat terhadap individu dewasa awal menimbulkan rasa keputusaan yang dilatarbelakangi oleh perasaan gagal dan tidak puas terhadap hasil yang didapatkan. Individu menghadapi ketakutan berada di bidang yang salah atau tidak cukup baik untuk menunjang kesuksesan dalam jangka panjang. Harapan dan impian yang semula terbentuk mulai terlupakan karena perasaan tidak mampu dan putus asa, terutama pada individu yang tidak memiliki relasi dan dukungan yang kuat sehingga sering meragukan kemampuan diri sendiri. Individu akan mengalami peningkatan rasa putus ketika individu mengkomperasi hasil yang didapatkan oleh teman sebaya dinilai lebih berhasil dan sukses di bidang karir dan pendidikan (Robbins & Wilner, 2001).

c. Penilaian Diri yang Negatif

Individu ketika berada pada fase *quarter-life crisis* memiliki banyak keraguan dalam dirinya. Keraguan tersebut berasal dari krisis identitas, kecemasan menjadi dewasa, takut akan kegagalan, dan kurangnya pengalaman untuk menentukan pilihan hingga kesulitan untuk menyeimbangkan hidup. Individu dewasa awal mulai mempertanyakan diri apakah mereka memiliki kemampuan untuk menangani tantangan tersebut.

Pemberian penilaian negatif terhadap diri menyebabkan perasaan cemas dan takut akan kegagalan, karena hal tersebut individu merasa pesimis, melihat diri lebih buruk daripada orang lain, hingga mulai membandingkan diri terhadap pencapaian orang lain.

d. Terjebak dalam situasi sulit

Fase *quarter-life crisis* akan terasa lebih sulit ketika individu melewatinya seorang diri, pada kondisi tersebut individu benar-benar rentan menghadapi “krisis isolasi” atau perasaan terasingkan dari orang lain atau kelompok sosialnya hal tersebut disebabkan oleh adanya persaingan serta keinginan untuk sukses dalam berkarir sehingga mengenyampingkan hubungan dengan rekan sebaya hingga menyebabkan hubungan menjadi renggang (Jahja, 2011).

Erikson (1968 dalam Walshe, 2018) menjelaskan bahwa konflik muncul pada berbagai tahap perkembangan dan ketegangan dapat memicu krisis dan periode pertumbuhan. Ia mengemukakan delapan krisis yang dihadapi manusia selama perkembangannya dan adanya krisis kehidupan yang terjadi pada masa dewasa awal yaitu bentuk krisis “*Intimacy vs Isolation*” yang bisa terjadi antara usia 18 hingga 40 tahun. Ia mengemukakan bahwa setelah terbentuknya konsep diri pada masa remaja, mereka yang menginjak masa dewasa kemudian berkeinginan untuk membentuk ikatan yang signifikan dengan orang lain. Ia berpendapat bahwa hasil positif dari menyelesaikan tahap ini adalah rasa struktur, keamanan dan komitmen dengan ikatan suatu hubungan, tetapi dia menyoroti bahwa konflik atau kesulitan pada tahap ini berpotensi mengakibatkan depresi dan perasaan terasing.

Krisis yang dialami tersebut membawa individu pada situasi yang sulit sehingga menambah kebingungan dan kesulitan memaknai hal yang terjadi. Individu terkadang ingin menghadapi dan menyelesaikan segala kesulitan kekhawatiran yang terjadi namun mengalami bingung karena tidak tahu harus darimana dan bagaimana cara untuk memulainya.

e. Perasaan cemas

Kecemasan yang dialami individu pada fase *quarter-life crisis* memunculkan perasaan tidak nyaman dan aman karena merasa akan gagal, yang sebenarnya hal tersebut belum tentu terjadi. Pada fase ini individu sebisa mungkin melakukan semua hal secara baik untuk menjauhi kegagalan, tetapi hal tersebut tetap sulit karena diikuti oleh rasa khawatir karena takut tidak mampu menghadirkan hasil yang sesuai dan memuaskan.

f. Perasaan Tertekan

Tekanan dari masalah yang dirasakan individu akan terasa semakin hari semakin berat ketika berada pada fase *quarter-life crisis*. Tekanan tersebut mengakibatkan kegiatan individu menjadi berantakan, karena menganggap masalah yang sedang terjadi selalu datang dan membebani. Perspektif masyarakat menganggap mahasiswa harus berhasil mencapai target dan terlihat jaya, sehingga membuat proses yang sedang dijalani semakin berat sehingga ketika individu gagal ia akan merasa semakin tersiksa.

g. Kekhawatiran menjalin hubungan interpersonal

Gaya pengasuhan keluarga ke anak sangat berpengaruh terhadap gaya interaksi individu ke lingkungan ketika memasuki masa *emerging adulthood*. Ryan dan Lynch (1989 dalam Wood dkk., 2017) Penerimaan dan dukungan

orang tua telah dikaitkan dengan harga diri, individualisme, dan perasaan positif di antara individu pada tahap *emerging adulthood*. Individu pada masa *emerging adulthood* penting untuk merasa terhubung, aman, dipahami, dan dicintai dalam keluarga sehingga membantu dalam membuat pilihan dalam pendidikan, hubungan, kehidupan, dan perubahan lain yang muncul pada masa *emerging adulthood* (Grotevant dan Cooper 1986; Ryan dan Lynch 1989; Wood dkk., 2017).

Selain cara pengasuhan keluarga ke anak, menjalin hubungan atau paling tidak menemukan seseorang yang cocok untuk diri sendiri merupakan salah satu prioritas penting ketika menginjak usia 20-an tahun. Pada titik tertentu di umur 20-an tahun, beberapa individu mulai cemas untuk menemukan orang yang tepat untuk menghabiskan hidup di masa depan. Salah satu kesulitan dengan masalah romantis adalah bahwa ini adalah area kehidupan yang tidak dapat individu kendalikan sepenuhnya, itu tentu saja bergantung pada perasaan orang lain. Individu mulai mencoba bertemu seseorang, mengalihkan perasaan kepada orang lain, menggeser perasaan orang lain, atau menyesuaikan orang lain ke dalam kondisi yang individu inginkan darinya (Robbins & Wilner, 2001).

### **2.1.5 Faktor yang Mempengaruhi *Quarter-life crisis***

Dua faktor yang dapat mempengaruhi *quarter-life crisis* adalah faktor yang berasal dari internal atau dalam diri individu dan faktor eksternal yang berasal dari luar individu.

a. Faktor Internal

Faktor internal berkaitan dengan perkembangan psikologis yang terjadi pada masa *emerging adulthood* di usia 18-25 tahun. Arnet (2007 dalam Santrock, 2012) menjelaskan lima ciri-ciri pada masa *emerging adulthood* yang mempengaruhi *quarter-life crisis*:

1. Eksplorasi Identitas (*identity exploration*)

Eksplorasi identitas berkaitan dengan perubahan identitas yang dialami oleh individu ketika memasuki *emerging adulthood* terutama pada hubungan interpersonal dan karir. Stereotip sebagai “individu dewasa” yang berkembang di masyarakat memberi tekanan besar terhadap individu yang berada pada fase ini. Ketika dalam proses eksplorasi, individu akan berusaha dengan berbagai cara untuk mendapatkan *experience* dan perspektif baru, namun dalam prosesnya individu belum tepat dalam merencanakan tujuan masa depan hingga menyebabkan munculnya beragam bentuk emosi, mulai dari rasa percaya diri hingga perasaan ragu untuk mengembangkan diri sehingga dapat menghambat masa depan.

2. Ketidakstabilan (*instability*)

Ketidakstabilan ketika masa *emerging adulthood* berkaitan dengan masalah hubungan romantis, pekerjaan dan pendidikan. Pada periode ini juga individu mulai untuk berpisah dan berpindah tempat tinggal dengan orang tua. Dalam hal hubungan romantis, individu mulai mencari pasangan yang cocok untuk mendampingi tapi kenyataannya terkadang tidak mudah untuk memiliki perasaan yang cocok ketika mulai menjalin suatu hubungan. Pada bidang pekerjaan, individu cenderung masih mencari dan

merasa bahwa pekerjaan yang dilakukan belum sesuai dengan *passion* dan kompetensinya. Selanjutnya, dalam hal akademik seperti masa perkuliahan, beberapa individu akan merasa sedang berada pada jurusan atau bidang yang salah dan merasa hal tersebut tidak sesuai dengan minat, bakat, serta kemampuannya.

### 3. Terfokus pada diri (*self-focused*)

Ketika memasuki usia dewasa, individu memiliki kecenderungan hanya berkonsentrasi pada hal yang berkaitan dengan dirinya sendiri dan jarang melibatkan diri atas kewajiban sosial di masyarakat, mengerjakan tugas serta berkomitmen dengan orang lain, hal tersebut menyebabkan individu memiliki kontrol diri untuk mengatur hidupnya secara pribadi atau bertindak otonom.

### 4. Merasa seperti berada antara /di masa peralihan (*feeling in-between*)

Individu yang memasuki fase *emerging adulthood* pada umumnya merasa menganggap dirinya tidak lagi sebagai remaja, namun sepenuhnya juga belum menganggap dirinya sebagai individu dewasa yang berpengalaman.

### 5. Usia dengan berbagai kemungkinan (*the age of possibilities*)

Individu pada usia ini merasa mempunyai kesempatan untuk mengubah hal yang mungkin terjadi pada kehidupan di masa depan ke arah yang lebih positif. Arnett (2006) menjelaskan bahwa individu yang optimis dan menjadi kan kesulitan pada fase ini sebagai kesempatan untuk maju cenderung mampu mengarahkan kehidupannya menjadi lebih positif di masa depan.

Robbins (2004) juga menjelaskan bahwa faktor internal dapat mempengaruhi *quarter-life crisis*, hal tersebut terlihat ketika individu mulai memikirkan berbagai pertanyaan yang muncul pada diri mengenai kehidupannya. Dibawah ini adalah beberapa faktor internal yang memberi pengaruh dalam *quarter-life crisis*:

1. *Dreams and Hope* (Mimpi dan Harapan)

Ketika memasuki fase *quarter-life crisis* individu akan mulai memikirkan mengenai mimpi serta harapan yang akan terjadi pada hidupnya di masa depan. Ketakutan akan masa depan tersebut meliputi bagaimana individu tersebut menemukan minatnya, durasi waktu untuk mencapai target, hingga pertanyaan mengenai keterlambatan dalam mencapai harapan sehingga merasa harus mengubah dan mengatur impian dan harapan tersebut.

2. *Religion and Spirituality* (Agama dan Spiritualitas)

Ketika memasuki usia ini individu biasanya akan mulai kritis dan mempertanyakan agama yang telah dianut sejak masa kecil. Pertanyaan tersebut berkaitan dengan apakah agama yang telah dianutnya adalah agama terbaik dan tepat untuknya, apakah benar ketaatan terhadap agama mempengaruhi kehidupannya. Individu juga mulai mempertanyakan apakah spiritual atau religiusitas berpengaruh terhadap moral dan perilaku seseorang di dalam kehidupan di masyarakat. Pertanyaan-pertanyaan tersebut muncul karena keraguan dan juga karena pada usia ini individu mulai mencari pembenaran mengenai agama atau kepercayaan sesuai dengan

nilai dirinya sendiri bukan lagi dipengaruhi oleh agama atau kepercayaan yang dianut keluarga atau orang terdekatnya.

b. Faktor Eksternal

Alexandra Robbins (2004) mengemukakan ada beberapa aspek permasalahan umum yang dihadapi individu dalam fase *quarter-life crisis* yang dipengaruhi oleh faktor eksternal atau dari luar diri individu, yaitu:

1. *Relationship* (Menjalin Hubungan)

Menemukan cinta atau paling tidak menemukan seseorang yang cocok untuk diri sendiri merupakan salah satu prioritas penting ketika menginjak umur 20-an tahun. Pada titik tertentu di umur 20-an tahun, sebagian besar individu mulai cemas untuk menemukan orang yang tepat untuk menghabiskan hidup di masa depan.

Salah satu kesulitan dengan masalah romantis adalah bahwa ini adalah area kehidupan yang tidak dapat individu kendalikan sepenuhnya, itu tentu saja bergantung pada perasaan orang lain. Individu mulai mencoba bertemu seseorang, mengalihkan perasaan kepada orang lain, menggeser perasaan orang lain, atau menyesuaikan orang lain ke dalam kondisi yang individu inginkan darinya.

2. *Educational Challenges* (Tantangan Akademik)

Individu pada tahap *emerging adulthood* mulai mempertanyakan apakah jurusan atau materi yang ia pilih telah cocok atau tepat untuk menjadi karirnya di masa depan. Pertanyaan tersebut muncul dari keraguan dalam menghadapi tekanan dan tantangan karir di masa depan. Pada tahap ini juga individu mulai mempertimbangkan apakah akan melanjutkan pen-

didikan ke tahap selanjutnya atau pasca sarjana untuk menunjang karirnya atau langsung terjun ke dunia pekerjaan.

### 3. *Work Life* (Dunia Kerja)

Fakta bahwa individu dapat menghabiskan sebanyak 60 hingga 70 persen dari hidup individu untuk bekerja bukanlah satu-satunya alasan bahwa masalah terkait pekerjaan mungkin merupakan penyebab paling umum dari *quarter-life crisis*. Setelah lulus, menjadi jelas bahwa pekerjaan akan membentuk bagian utama dari identitas individu, atau setidaknya bagaimana orang lain memandang. Secara tersirat pekerjaan sama dengan identitas, individu dituntut untuk percaya bahwa apa yang individu lakukan untuk mencari nafkah adalah siapa mereka.

### 4. *Home, Friends, and Family* (Rumah, Teman, dan Keluarga)

Rumah didefinisikan sebagai tempat kembali atau tempat perlindungan dari kekhawatiran dan masalah yang menekan. Namun, terkadang kondisi di rumah seperti teman sekamar yang kurang ideal, tekanan orang tua, dan lokasi geografis, malah menjadi pemicu stress. Kecenderungan tersebut tidak terhindarkan, orang yang ditemui memainkan peran penting dalam bagaimana membentuk identitas. Cara individu bersosialisasi memiliki kekuatan untuk membantu membangun relasi dan hubungan yang dapat meningkatkan kehidupan atau meminimalisir tekanan. Kuncinya, adalah bagaimana menyeimbangkan mempertahankan individualitas dengan dorongan dan sentakan dari orang lain.

## 5. *Identity* (Identitas)

Ketika lulus dari sekolah, apakah itu SMA atau perguruan tinggi, identitas eksternal mungkin terkait dengan hobi, keluarga, latar belakang, atau bakat akademis. Individu belum berpikir individu akan memiliki identitas dewasa, identitas yang telah dibentuk dan diinformasikan oleh pengalaman dan pilihan yang telah individu terbentuk secara mandiri. Masa dewasa mungkin memperjelas identitas, kepribadian, cinta, serta motivasi tetapi tidak akan mengubah identitas asli pada intinya.

Individu pada titik tertentu harus menghadapi diri sendiri dan menghadapi identitas yang dihilangkan dari tekanan dan harapan yang telah individu internalisasi. Terkadang individu tidak mampu melalui hal tersebut akhirnya akan jatuh ke dalam *quarter-life crisis* sampai mengetahui identitas sebelumnya mempengaruhi sepanjang masa dewasa. Pada titik tertentu dalam hidup, tantangan terbesar adalah menghadapi diri sendiri.

## 2.2 Kepribadian

### 2.2.1 Definisi Kepribadian

Menurut (Pervin dkk., 2010) kepribadian merupakan karakteristik individu yang menyebabkan munculnya keteraturan pola atau konsistensi perasaan, pemikiran, dan perilaku. Konsistensi pola yang muncul dapat menggambarkan kualitas dalam diri individu, hal tersebut secara khusus berkaitan satu sama lain membentuk individu yang berbeda-beda dan unik.

Menurut Hall & Lindzey (dalam Yusuf & Nurihsan, 2011) mendefinisikan kepribadian sebagai kemampuan sosial (*social skill*), dan ciri khas yang menonjol

yang ditunjukkan individu pada lingkungan sosialnya. Woodworth menjelaskan kepribadian sebagai total perilaku yang menggambarkan kualitas individu.

Kepribadian dalam perspektif psikodinamika (*psychodynamic perspectives*) memandang bahwa kepribadian terbagi dan berkembang pada berbagai tahap yang dasarnya berasal dari ketidaksadaran (di luar kesadaran) individu. Psikodinamika memberi penekanan bahwa kepribadian terbentuk dari pengalaman masa kecil dengan orang tua (King, 2012).

Gordon Allport (1961 dalam King, 2010) menolak pandangan negatif psikodinamika yang menjelaskan bahwa kepribadian berasal dari ketidaksadaran atau pengalaman masa kecil individu, di mana allport berpendapat bahwa kepribadian berpusat pada kehidupan saat ini dan juga ia menekankan kepribadian menggambarkan keunikan tiap individu untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Istilah kepribadian berasal dari bahasa latin "*persona*", memiliki makna samaran atau "topeng" yang dimaksudkan bahwa individu memainkan banyak peran dalam masyarakat seperti sebagai anak, orangtua, teman ataupun sebagai suami-istri. Menurut kamus Webster, dalam bahasan psikologi kepribadian memiliki beberapa definisi yaitu (1) sebagai totalitas karakteristik individu ketika berhubungan dengan orang sekitarnya, (2) suatu kelompok yang memiliki kecenderungan emosi, minat, tingkah laku yang sistematis pada individu (Wilcox, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Gordon Allport (dalam Wilcox, 2013) mengenai definisi kepribadian yang digunakan dalam kajian psikologi menemukan beberapa definisi berbeda yang dibagi dalam beberapa kategori. Pada salah satu kategori, kepribadian adalah bentuk reaksi dari orang lain terhadap in-

dividu dalam menentukan tingkah laku. Selain itu pada kategori lain dijelaskan bahwa kepribadian adalah pola yang terorganisasi dari perbedaan tingkah laku yang setiap orang miliki. Selanjutnya definisi kepribadian dalam tema penyesuaian diri disebut sebagai serangkaian usaha yang digunakan dalam membantu penyesuaian diri individu ke dunia luar.

Banyaknya definisi kepribadian yang dikemukakan Allport (Feist & Feist, 2013) dilatarbelakangi agar dapat memaknai setiap kata dengan tepat apa yang ingin disampaikan, karena kepribadian adalah suatu hal yang terpola dan terorganisasi namun selalu dapat berubah sehingga kepribadian bukan lah suatu pola yang tetap atau statis namun dinamis yang selalu dapat berkembang dan berubah.

Berdasarkan beberapa hal yang telah diuraikan diatas mengenai definisi kepribadian maka kepribadian adalah struktur karakteristik individu yang tersusun secara teratur dari pola yang dinamis atas hasil pemikiran, perasaan yang menentukan perilaku individu pada lingkungannya sehingga membentuk reaksi unik dan berbeda-beda.

### **2.2.2 Teori Kepribadian *Big Five Personality***

Menurut Friedman & Schustack (dalam Feist & Feist, 2014) kepribadian dibentuk oleh sifat-sifat (*trait*) yang luas dan menetap sehingga individu memiliki kecenderungan untuk memunculkan berbagai respon karakteristik. Individu yang memiliki kecenderungan yang kuat pada suatu perilaku tertentu maka digambarkan tinggi pada *trait* tersebut, sebaliknya individu yang memiliki kecenderungan lemah pada perilaku tertentu maka digambarkan rendah pada *trait-trait* tersebut.

Sejalan dengan hal di atas Allport (King, 2014) menekankan bahwa setiap individu memiliki keunikan dan kapasitas untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Bagi Alport untuk memahami kepribadian hal yang harus ditekankan adalah pemahaman mengenai *trait* yang menjelaskan bahwa *trait* adalah keberagaman struktur mental yang membuat situasi yang berbeda menjadi sama bagi individu. Contoh jika individu cenderung berperilaku ramah, maka baik pada situasi pesta atau dalam situasi belajar individu akan memunculkan perilaku yang sama. Hal tersebut menjelaskan bahwa perilaku seharusnya konsisten walaupun di situasi yang berbeda-beda.

Salah satu teori yang disepakati oleh para ahli yang menjelaskan mengenai *trait* adalah teori kepribadian lima faktor atau disebut *big five personality*. Pada tahun 1981, Lewis Goldberg sebagai peneliti pertama yang menggunakan “Lima Besar (*Big Five*)” sebagai istilah untuk menjelaskan karakteristik yang konsisten dari analisis faktor atas sifat kepribadian (Feist & Feist, 2013).

Beberapa riset yang telah dilakukan Lewis Goldberg pada 1981 (dalam Pervin dkk., 2010) menemukan ada konsistensi hasil yang dapat menjelaskan model struktur perbedaan individual yang mencakup level yang sama dan dibagi menjadi lima dimensi. Definisi kata “*Big*” (besar) merujuk pada banyaknya sifat tertentu dalam hierarki kepribadian yang digolongkan dalam satu faktor yang hampir menyerupai seluas dan seabstrak superfaktor Eysenck.

Goldberg (1990 dalam Pervin dkk., 2010) mengembangkan teori *big five personality* dengan menggunakan kerangka hipotesis leksikal dasar, hipotesis tersebut telah diuraikan menjadi kata sifat tunggal atau terminologi tunggal. Taksonomi Goldberg diuji dengan menggunakan analisis faktor. Terminologi *trait*

memberi informasi mengenai perbedaan individual sehingga kita dapat memprediksi dan mengontrol perkiraan perilaku yang akan muncul.

Goldberg (1992) memberi sebutan “faktor” untuk menggambarkan lima dimensi dalam *big five personality* yang dapat mewakili kelompok-kelompok kata sifat seperti dalam penelitiannya, yaitu: Faktor I : *Surgency* atau *extraversion*, faktor II : *agreeableness*, faktor III : *conscientiousness*, faktor IV : *emotional stability*, dan faktor V : *intellect*.

Goldberg menilai bahwa kelima faktor pada kepribadian lima faktor (*big five*) dapat dinilai dari dua sisi seperti skala bipolar (skala yang memiliki kutub positif dan negatif). Kelima faktor tersebut dapat dipahami melalui tabel berikut (Goldberg, 1992):

**Tabel 2.1**  
**Karakteristik *Big Five Personality* Menurut Goldberg (1992)**

<b>Faktor</b>	<b>Karakteristik dengan Nilai (+)</b>	<b>Karakteristik dengan Nilai (-)</b>
<b><i>Surgency/Extraversion</i></b>	Senang bersosialisasi, senang berbicara, tegas, energik, mencolok, aktif, optimis, bebas atau menyukai petualangan	Tertutup, pemalu, tidak banyak berbicara, pasif, tidak menyukai petualangan
<b><i>Agreeableness</i></b>	Baik, kooperatif, simpati, hangat, penuh kepercayaan, perhatian, lembut, gemar menolong, murah hati	Dingin atau cuek, kasar, tidak simpati, mudah curiga, egois, menuntut, egois, tidak kooperatif, tidak peduli
<b><i>Conscientiousness</i></b>	Terorganisir, sistematis, teliti, praktis, rapi, cermat, gigih, dapat diandalkan, pekerja keras dan cepat	Kacau, ceroboh, tak sistematis, tidak bisa diandalkan, tidak praktis, lalai, tidak konsisten, serampangan, pelupa.
<b><i>Emotional stability</i></b>	Tidak terlihat, tidak emosional, santai, sangat tenang, tidak bisa	Gelisah, murung, temperamental, iri, emosional, rewel, cemburu,

	diganggu, ringan	mudah tersinggung, gugup, tidak aman, penakut, mengasihani diri sendiri, tegang
<i>Intellect</i>	Intelektual, kreatif, kompleks, imajinatif, terang, filosofis, artistik, dalam, inovatif, mawas diri	Tidak intelektual, tidak cerdas, tidak imajinatif, tidak kreatif, sederhana, tidak reflektif, tidak peka, tidak ingin tahu, dangkal

Ada beberapa penyebutan berbeda pada label untuk menandai penyebutan lima dimensi dalam teori *big five personality* untuk mempermudah penyebutan dan nama dari kelima dimensi tersebut, John pada tahun 1990 (dalam Pervin dkk., 2010) menggunakan kata OCEAN sebagai anagram yang diambil dari setiap huruf pertama dari kelima dimensi kepribadian. Costa & McCrae (1992 dalam Pervin dkk., 2010) menjelaskan dimensi tersebut dalam skala sifat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 2.2**

**Skala Sifat *Big Five Personality* Menurut Costa & McCrae**

<b>Karakteristik pada Nilai Tinggi</b>	<b>Skala Sifat</b>	<b>Karakteristik pada Nilai Rendah</b>
Cemas, gugup, emosional, merasa tidak cukup, hipokondriakal.	<i>Neuroticism</i> (N) Penilaian terhadap ketidakstabilan vs. kestabilan emosional. Mengidentifikasi individu yang mudah terkena tekanan psikologis, ide yang tidak realistis, keinginan yang berlebihan, dan ketidakmampuan memberikan respon yang tepat atau maladaptif.	Tenang, merasa santai, aman, merasa puas terhadap diri sendiri, dan tidak emosional
Mudah bersosialisasi, aktif, senang berbicara, optimis, berorientasi	<i>Extraversion</i> (E) Menilai kuantitas dan intensitas interaksi individu pada hubungan	Pasif, tertutup, tidak merasa bahagia, senang menyendiri,

pada orang lain, menyukai perhatian, dan lembut.	interpersonal, tingkat aktivitas, kebutuhan stimulasi, kapasitas untuk merasa atau menikmati kebahagiaan	menarik diri, berorientasi pada tugas, dan pendiam.
Rasa ingin tahu, kreatif, imajinatif, orisinal, memiliki minat yang luas, tidak tradisional	<i>Openness (O)</i> Penilaian pada pencarian proaktif dan penghargaan pada pengalaman untuk diri sendiri, toleransi diri, dan eksplorasi pada hal-hal yang tidak biasa atau unik.	Konvensional, minat yang sedikit, membumi, tidak menyukai seni, tidak analitis.
Lembut, bersikap ramah, dipercaya, suka menolong, terang-terangan, pemaaf, dan mudah dibujuk	<i>Agreeableness (A)</i> Menilai kualitas orientasi interpersonal individu secara kontinum dimulai dari rasa kasih sayang hingga antagonisme dalam kognitif, afektif, dan perilaku.	Kasar, klinis, mudah curiga, tidak kooperatif atau tidak suka bekerjasama, bengis, jahat, pemaarah, dan manipulatif.
Terorganisir, pekerja keras, dapat diandalkan, gigih, cermat, disiplin diri, tepat waktu, keras hati, dan ambisius.	<i>Conscientiousness (C)</i> Penilaian terhadap tingkat organisasi, ketekunan, serta motivasi dalam berperilaku yang mengarah pada tujuan. Kebalikan dari individu yang bergantung pada orang lain dan cerewet dengan mereka yang malas dan pembangkang.	Tidak berjuang, malas, tidak dapat diandalkan, tidak memiliki tujuan, sembrono, acuh, ceroboh, pelupa, dan hedonistis.

Berdasarkan penjabaran mengenai *big five personality* diatas dapat diketahui bahwa dimensi dalam *trait* kepribadian lima faktor sangat luas. Hal tersebut menandakan bahwa perbedaan kepribadian tidak hanya terdiri dari lima sifat saja melainkan lima dimensi *trait* tersebut merujuk pada tiap 1 dimensi atau *trait* menggolongkan banyak sifat tertentu dalam hierarki kepribadian pada tingkat abstraksi yang luas.

### 2.2.3 Dimensi Kepribadian *Big Five Personality*

Lewis R. Goldberg (1992) mengemukakan kelima faktor dari dimensi kepribadian *big five personality* yaitu, sebagai berikut:

#### a. *Surgency/Extraversion*

Dimensi *surgency/extraversion* menunjukkan tingkat aktivitas dan energi dalam diri individu dalam suatu hubungan. Skor tertinggi individu pada dimensi ini memiliki karakteristik cenderung *extravert* atau suka bergaul, banyak bicara, tegas, baik secara verbal, energik, berani, aktif dan menyenangkan. Sebaliknya, karakteristik individu yang mendapatkan skor rendah pada dimensi ini memiliki kecenderungan bersifat *introvert*, pemalu, pasif, tidak banyak bicara, penyendiri, dan tidak suka berpetualang.

#### b. *Agreeableness*

Dimensi *agreeableness* menampilkan sikap positif yang ditampilkan individu terhadap orang lain. Dimensi ini menunjukkan kepatuhan individu terhadap orang lain. Pada dimensi ini skor tinggi memiliki karakteristik baik hati, suka bekerjasama terhadap orang lain atau kooperatif, mudah bersimpati, ramah, mudah percaya, suka menolong, murah hati. Sebaliknya individu yang mendapat skor rendah pada dimensi *agreeableness* memiliki kecenderungan untuk bersikap cuek atau dingin, kasar, tidak simpati, mudah curiga, egois, menuntut, tidak kooperatif atau tidak suka bekerjasama, dan tidak peduli.

#### c. *Conscientiousness*

Dimensi *conscientiousness* merujuk pada kemampuan individu pada tingkat organisasi dalam mencapai tujuan dan mengerjakan tugas. Dimensi

ini menggambarkan individu terorganisir atau bersifat teratur, teliti, rapi, efisien, gigih, dapat diandalkan, pekerja keras dan cepat. Individu pada dimensi ini yang memiliki skor rendah cenderung mempunyai karakteristik tidak teratur atau kacau, ceroboh, tidak sistematis, tidak bisa diandalkan, tidak konsisten, serampangan, dan pelupa.

*d. Emotional stability*

Dimensi *emotional stability* menunjukkan tingkat kestabilan emosi yang dialami individu. Individu yang mendapat skor tinggi pada dimensi ini mempunyai karakteristik tidak terlihat, tidak emosional, santai, sangat tenang, tidak bisa diganggu, ringan. Sebaliknya yang mendapat skor rendah pada dimensi ini adalah individu yang memiliki kecenderungan mudah gelisah, murung, tempramental, mudah merasa iri, emosional, rewel, mudah cemburu, mudah tersinggung, gugup, tidak aman, penakut, mengasihani diri sendiri, dan tegang sehingga rentan menghadapi stress.

*e. Intellect/Openness to Experience*

Dimensi *intellect* merujuk pada keterbukaan intelektual individu. Individu dalam dimensi ini dideskripsikan sebagai individu yang pandai, kreatif, kompleks, imajinatif, filosofis, artistik, mendalam, inovatif, dan mawas diri. Individu dengan skor rendah pada dimensi cenderung memiliki karakteristik tidak intelek, tidak cerdas, tidak imajinatif, tidak kreatif, sederhana, tidak reflektif, tidak peka, tidak ingin tahu, dan berpikiran dangkal.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat diketahui bahwa kepribadian *big five personality* memiliki lima dimensi kepribadian yaitu *Surgen-*

*cy/Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, Emotional stability, dan Intellect.*

#### 2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Kepribadian

Berikut adalah faktor yang memberikan pengaruh terhadap perkembangan kepribadian (Yusuf & Nurihsan, 2011) :

##### a. Faktor Pembawaan (Genetika)

Faktor genetik sebenarnya tidak secara langsung mempengaruhi kepribadian, namun kaitannya fungsi hereditas dengan perkembangan kepribadian adalah sebagai (1) *raw materials* (mentahan) kepribadian seperti fisik, intelegensi, dan emosional, dan (2) batasan untuk perkembangan kepribadian (perkembangan kepribadian tidak melebihi kapasitas atau potensi hereditas walaupun kondisi lingkungan yang kondusif) dan mempengaruhi keunikan kepribadian.

Faktor genetik mempengaruhi *self concept* (konsep diri) individu sebagai dasar dari keunikan atau nilai individualitas, sehingga meskipun kembar identik dua orang tidak akan memiliki pola atau karakteristik kepribadian yang sama.

##### b. Faktor Lingkungan (*Environment*)

###### 1) Keluarga (*Family*)

Perkembangan kepribadian sebagian besar dipengaruhi oleh keluarga, karena anak cenderung menghabiskan waktunya bersama keluarga, sebagai kelompok sosial pertama yang menjadi media identifikasi anak, dan keluarga juga menjadi “*significant people*” yang membantu pembentukan kepribadian anak.

Pola perlakuan yang dikembangkan di lingkungan keluarga sangat berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak. Jika dalam keluarga tercipta suasana yang baik, perlakuan dan perawatan yang baik dan memenuhi kebutuhan fisik-psikologis dan sosio-psikologis maka anak cenderung akan berkembang dan memiliki kepribadian yang sehat. Sebaliknya ketika keluarga tidak mampu memenuhi dan memberi kebutuhan dasar tersebut anak cenderung akan memiliki kepribadian yang tidak sehat.

## 2) Faktor Kebudayaan

Menurut Kluckhohn (dalam Yusuf & Nurihsan, 2011) pola-pola perilaku tertentu pada individu dipengaruhi oleh kebudayaan yang telah dibuat oleh orang lain. Secara disadari atau tidak disadari kebudayaan mengatur setiap sendi kehidupan dari lahir sampai mati baik. Kebudayaan memberikan pengaruh pada cara berpikir, cara bersikap, atau cara berperilaku individu.

Perilaku yang telah terbentuk di masyarakat tertentu (adat-istiadat) menyebabkan individu memiliki ciri khas kepribadian yang sama dengan orang lain pada kebudayaan yang sama. Linton (1945 dalam Yusuf & Nurihsan, 2011) menjelaskan tiga prinsip pembentukan karakteristik kepribadian dalam kebudayaan, yaitu (1) pengalaman awal kehidupan dalam keluarga, (2) pola asuh orang tua terhadap anak, dan (3) pengalaman awal kehidupan anak dalam masyarakat. Prinsip tersebut bermakna bahwa individu memiliki kecenderungan

karakteristik kepribadian yang sama apabila mempunyai awal pengalaman kehidupan yang sama di lingkungan masyarakat.

*Trait* dalam teori *big five personality* terbentuk melalui faktor internal atau biologis manusia, sementara faktor lingkungan sosial sebagai faktor eksternal dianggap tidak mempengaruhi *trait* (Pervin dkk, 2010). Hal tersebut yang menandakan bahwa faktor biologis menjadi dasar adanya perbedaan maupun persamaan *trait* pada setiap individu.

Menurut Allport (dalam Friedman & Schustack, 2008) keberagaman perilaku manusia didasari oleh dorongan dasar yang atas kemungkinan adanya persamaan pada struktur biologis, hal tersebut diungkapkan dengan istilah *proprium* (diri) sebagai inti dari kepribadian manusia. Mcrae dan Costa (dalam John, Robins, & pervin, 2008) juga menjelaskan bahwa semua dimensi *big five personality* mempunyai dasar genetik yang substansial sehingga harus diturunkan melalui proses biologis, hal tersebut menjadi salah satu prinsip utama dalam teori *big five personality*.

Berdasarkan penjelasan di atas, faktor yang memberi pengaruh terhadap pembentukan kepribadian adalah faktor genetik, faktor lingkungan, dan faktor kebudayaan. Namun dalam teori *big five personality* faktor genetik atau biologis sebagai faktor internal memberi kontribusi besar, cenderung konsisten, dan menjadi dasar pembentukan kepribadian disepanjang kehidupan individu.

### **2.3 Hubungan Kepribadian *Big Five Personality* dengan *Quarter-life Crisis***

*Quarter-life crisis* merupakan krisis emosional yang menyebabkan masalah psikososial yang terjadi pada fase transisi remaja ke dewasa yang terjadi mulai dari pertengahan usia 20-an. *Quarter-life crisis* atau krisis seperempat abad ke-

hidupan terjadi sebagai efek ataupun respon terhadap ketidakstabilan atas perubahan yang konstan, pilihan hidup yang banyak dan beragam yang menyebabkan individu tersebut rentan akan kecemasan (Robbins & Wilner, 2001).

Terjadinya *quarter-life crisis* apabila individu merasa tidak mencapai kepuasan dan kedamaian batin yang diharapkan. Sejak akhir masa remaja hingga mendekati usia untuk mulai menjalani hidup di “dunia nyata”, perasaan tersebut terus dirasakan individu terlepas dari apakah individu berada di sekolah menengah atau perguruan tinggi. Kepanikan dipicu oleh kelulusan yang dihadapi dan kekhawatiran mengenai masa depan. Sebagian individu mengalami *quarter-life crisis* ketika mencapai usia dua puluhan atau awal tiga puluhan, dimana di usia tersebut dipengaruhi oleh tuntutan masyarakat terhadap individu dewasa (Robbins, 2004).

Aspek permasalahan yang umum individu hadapi dalam fase *quarter-life crisis* adalah aspek personal, aspek sosial, aspek karir, dan hubungan (*relationship*). Masalah dalam berbagai aspek tersebut tentunya menimbulkan reaksi berbeda pada individu yang sedang berada pada fase *quarter-life crisis*. Krech & Crutch (1996 dalam Kuntjojo, 2009) menjelaskan kepribadian merupakan bentuk integritas yang berasal pada ciri khas individu yang membentuk suatu kesatuan yang unik, yang kemudian dapat diubah oleh usaha yang dilakukan dalam rangka penyesuaian diri terhadap lingkungan yang dinamis. Hal tersebut menunjukkan bahwa respon dan dampak perubahan yang terjadi pada fase *quarter-life crisis* yang dialami oleh individu akan berbeda sesuai dengan kepribadian atau karakteristik yang dimiliki masing-masing individu.

Respon berbeda pada individu yang muncul adalah bentuk dari *coping* yang dipengaruhi oleh kepribadian sebagai faktor internal. Berdasarkan teori

kepribadian, pola respon yang berbeda antar individu ketika menghadapi *quarter-life crisis* dapat dijelaskan dalam *trait Big five personality* yang terbagi atas lima dimensi yaitu, OCEAN (*Openness, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, dan Neuroticism*) (Feist & Feist, 2013).

Penelitian langsung yang mengkaji korelasi kepribadian *big five personality* dan *quarter-life crisis* masih sangat jarang ditemukan, namun ada beberapa penelitian yang mengkaji mengenai korelasi *big five personality* terhadap salah satu aspek dalam kajian teori *quarter-life crisis*. Utami dkk., (2018) melakukan penelitian mengenai hubungan tipe kepribadian berdasarkan *big five personality* dengan kebingungan karir pada siswa SMA, dimana karir merupakan salah satu aspek permasalahan dalam *quarter-life crisis* memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara kebingungan karir dengan *trait neuroticism* ( $r = 0.175$ ,  $p < 0.05$ ), dan terdapat hubungan negatif antara kebingungan karir dengan *trait conscientiousness* ( $r = -0.181$ ,  $p < 0.05$ ). Sedangkan untuk dimensi *trait* lain seperti *openness, extraversion, agreeableness* tidak memiliki hubungan signifikan dengan kebingungan karir.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menunjukkan bahwa *trait* kepribadian *neuroticism* adalah salah satu dimensi dari *trait big five personality* yang memiliki kontribusi terhadap *quarter-life crisis* dengan nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  (Sumartha, 2020).

*Quarter-life crisis* juga bisa disebut sebagai salah satu fase *stressfull life event* dimana pada fase ini, individu akan merasa kehidupan yang penuh tekanan sehingga menimbulkan stress. Penelitian mengenai *stressfull life event* dan *big five personality* pada remaja pengguna internet oleh Xiao dkk., (2019) menunjukkan

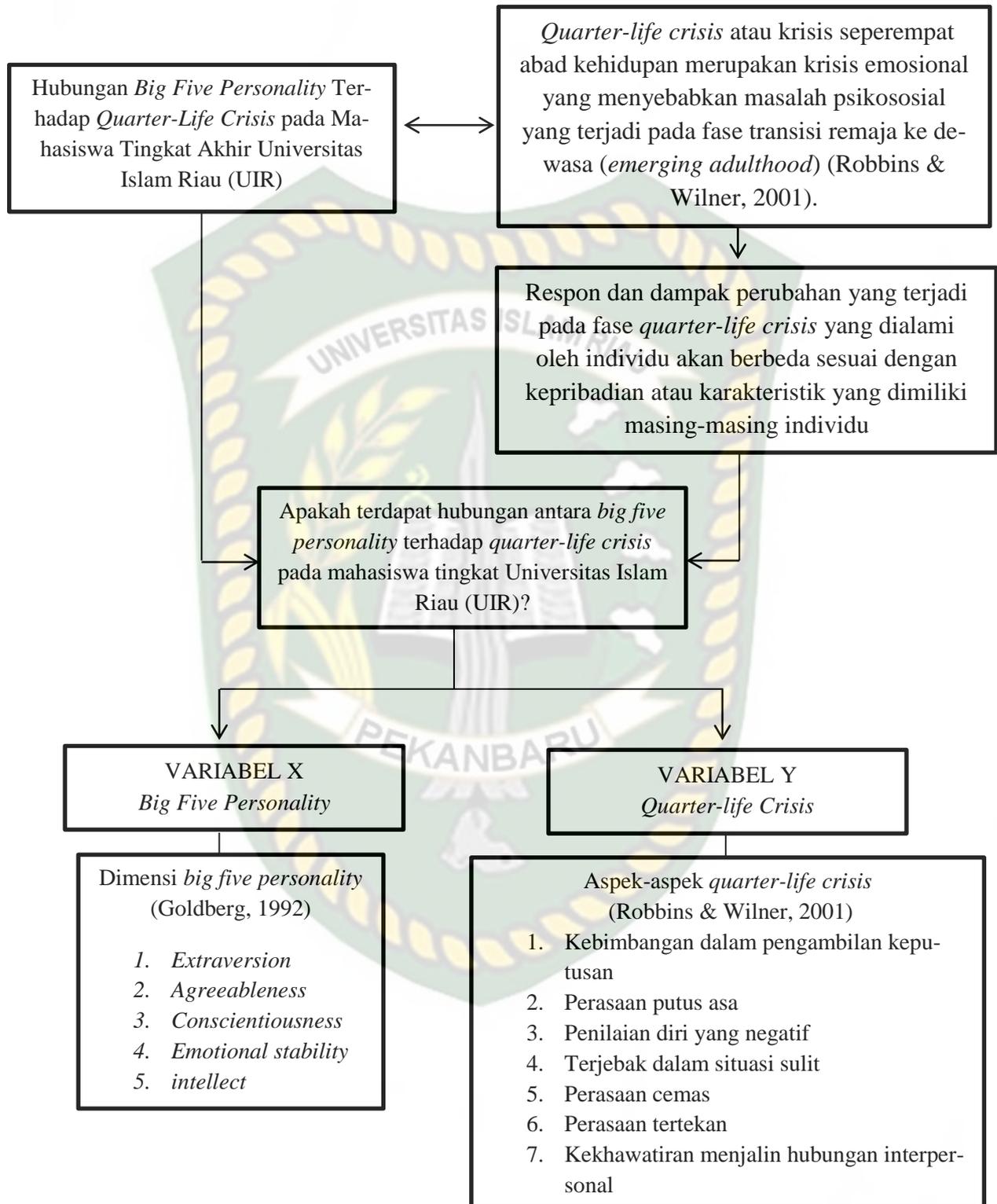
hasil bahwa pengaruh interaksi antara kepribadian dan stresor tidak signifikan. Namun, data memberikan dukungan untuk model aditif, yang menunjukkan bahwa peristiwa kehidupan yang penuh tekanan dan dimensi kepribadian masing-masing memberikan kontribusi unik untuk pencegahan PIU remaja. Hal ini menunjukkan bahwa setiap dimensi pada *trait big five personality* memiliki sumbangsih atau respon berbeda dalam menghadapi *stressfull life event*.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## 2.4 Kerangka Berpikir



Sumber: Hasil Analisis, 2021

## 2.5 Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dan hipotesis nol ( $H_0$ ). Bungin (2017) menjelaskan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) adalah hipotesis yang menyatakan ada hubungan signifikansi antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y), sebaliknya hipotesis nol ( $H_0$ ) adalah hipotesis yang menyatakan tidak adanya hubungan signifikan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y).

Berikut adalah hipotesis yang diajukan peneliti pada penelitian ini:

$H_1$  = Adanya hubungan antara *trait* kepribadian *intellect* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau

$H_2$  = Adanya hubungan antara *trait* kepribadian *conscientiousness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau

$H_3$  = Adanya hubungan antara *trait* kepribadian *urgency/extraversion* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau

$H_4$  = Adanya hubungan antara *trait* kepribadian *agreeableness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau

$H_5$  = Adanya hubungan antara *trait* kepribadian *emotional stability* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif korelasional. Creswell (2018) mengemukakan bahwa jenis penelitian korelasional merupakan jenis penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan dan mengukur tingkat hubungan (asosiasi) antara dua variabel atau lebih dengan menggunakan statistik korelasional.

Menurut Azwar (2019) penelitian korelasional memiliki tujuan untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara variabel, sehingga dapat diketahui sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi pada variabel lain berdasarkan koefisien korelasi. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan *big five personality* dengan *quarter-life crisis*.

#### 3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan fitur/aspek dari suatu peristiwa, fungsi, atau proses yang hadir secara alamiah mempengaruhi beberapa peristiwa atau proses lain (Pandey & Pandey, 2015). Dinamakan variabel karena ada variasi di dalamnya, variabel yang tidak terdapat variasi tidak dapat dikatakan sebagai variabel. Sugiyono (2013) menjelaskan segala hal yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh data dan informasi yang kemudian dapat dibuat menjadi sebuah kesimpulan disebut sebagai variabel penelitian. Penelitian ini menggunakan dua jenis variabel, yaitu:

a. Variabel bebas (*independent variable*)

Azwar (2019) menjelaskan bahwa variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel lain. Variabel *big five personality* (*intellect, conscientiousness, extraversion, agreeableness*, dan *emotional stability*) merupakan variabel bebas dalam penelitian ini.

b. Variabel terikat (*dependent variabel*)

Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa variabel terikat adalah variabel yang menjadi akibat atau variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat pada penelitian ini adalah *quarter-life crisis*.

### 3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

#### 3.3.1 *Quarter-life Crisis*

*Quarter-life crisis* (krisis seperempat abad kehidupan) merupakan fase krisis psikososial yang biasanya terjadi ketika individu mulai menginjak usia dewasa atau biasa disebut *emerging adulthood*. Fase *quarter-life crisis* ini terjadi pada kisaran umur 18 tahun hingga awal umur 30-an tahun. Pengukuran *quarter-life crisis* dilakukan menggunakan skala *quarter-life crisis* yang disusun atau dibuat oleh peneliti. Terdapat 76 aitem pada skala *quarter-life crisis* yang didalamnya sudah termasuk dengan aitem *favorable* dan *unfavorable*. Aitem-aitem dibuat berdasarkan aspek dari *quarter-life crisis* yang terdiri dari tujuh aspek yang dikemukakan oleh Robbins & Wilner (2001), yaitu: kebimbangan dalam pengambilan keputusan, perasaan putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak pada situasi sulit, perasaan cemas, perasaan tertekan, dan kekhawatiran menjalin hubungan interpersonal. Semakin tinggi skor kategori *quarter-life crisis* maka semakin tinggi kecenderungan individu mengalami *quarter-life crisis*. Sebaliknya,

semakin rendah skor kategori *quarter-life crisis* maka semakin rendah pula kecenderungan individu mengalami *quarter-life crisis*.

### 3.3.2 *Big Five Personality*

*Big five personality* atau kepribadian lima faktor adalah teori mengenai kepribadian yang dapat dijelaskan melalui lima dimensi kepribadian, dimana pada setiap dimensi mewakili banyaknya sifat tertentu (*trait*). Pemahaman *trait* menjelaskan bahwa *trait* adalah keberagaman struktur mental yang membuat situasi yang berbeda menjadi sama bagi individu. Hal tersebut menjelaskan bahwa perilaku individu seharusnya konsisten walaupun di situasi yang berbeda-beda. Pengukuran *big five personality* menggunakan skala IPIP-BFM-25 (*International Personality Item Pool – Big Five Measure - 25*) yang merupakan versi singkat dari skala IPIP-BFM-50 yang sebelumnya dikembangkan Goldberg (1992) dan kemudian di adaptasi oleh Akhtar dan Azwar (2018) ke dalam Bahasa Indonesia. Aitem-aitem pada skala tersebut dibuat berdasarkan lima dimensi *big five personality* yang dikemukakan oleh Goldberg pada tahun 1992 yaitu *surgeny/extraversion, agreeableness, conscientiousness, emotional stability, dan intellect*. Semakin tinggi kategori skor pada masing-masing dimensi *big five personality* maka semakin tinggi pula kecenderungan individu pada masing-masing dimensi tersebut sebaliknya semakin rendah kategori skor pada masing-masing dimensi *big five personality* maka semakin tinggi pula kecenderungan individu pada masing-masing dimensi.

### 3.4 Subjek Penelitian

#### 3.4.1 Populasi

Populasi adalah induk dari sampel yang akan dibentuk. Azwar (2019) mengartikan populasi sebagai sekelompok subjek yang akan digeneralisasi hasil penelitian. Anggota subjek dalam populasi wajib mempunyai kekhasan yang menjadi perbedaan dari anggota subjek lain. Sejalan dengan hal tersebut Pandey & Pandey (2015) menjelaskan target populasi adalah keseluruhan anggota dari sekelompok subjek/orang, peristiwa atau objek nyata atau hipotesis bertujuan untuk menggeneralisasi suatu hasil penelitian.

Populasi merupakan area generalisasi yang terdiri dari: objek/subjek yang memiliki kualitas atau ciri-ciri tertentu berdasarkan pendapat peneliti untuk diamati, dipelajari, dan di tarik kesimpulan. Populasi tidak terbatas pada orang, akan tetapi juga objek atau sumberdaya alam lainnya. Populasi tidak hanya kuantitas yang terdapat pada subjek/objek yang diteliti, tapi juga terdiri dari keseluruhan ciri-ciri kekhasan sifat pada subjek/objek penelitian (Sugiyono, 2014)

Mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Riau yang terdiri dari 9 Fakultas terpilih sebagai populasi dalam penelitian ini. Menurut data dari Biro Akademik dan Kemahasiswaan (BAAK) UIR, terdapat 11.715 mahasiswa aktif angkatan 2014-2017 semester ganjil tahun akademik 2020, jumlah tersebut akan menjadi populasi pada penelitian ini.

#### 3.4.2 Sampel

Sampel merupakan ciri-ciri atau kekhasan yang dimiliki oleh suatu populasi. Pengambilan sampel dari populasi harus mewakili (*representatif*) agar yang diteliti ataupun dipelajari pada sampel dapat diberlakukan sama pada populasi

(Sugiyono, 2014). Analisis dalam penelitian akan dilakukan terhadap data sampel sedangkan kesimpulan akan diberlakukan pada populasi maka sampel yang diperoleh haruslah representatif bagi populasi, agar generalisasi kesimpulan tersebut akurat (Azwar, 2019).

#### a. Jumlah Sampel

Populasi dalam penelitian ini memiliki jumlah yang besar, karena hal tersebut dalam menentukan jumlah sampel yang akan mewakili populasi peneliti memakai rumus *slovin*. Berdasarkan rumus *slovin*, jumlah sampel minimal yang diteliti dalam penelitian ini adalah sebanyak 99 sampel dari jumlah populasi sebanyak 11.715 mahasiswa. Jumlah tersebut didapatkan berdasarkan rumus slovin dengan taraf kesalahan yang telah ditetapkan sebesar 10% sehingga ketepatan sampel sebesar 90%, dengan rumus sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

#### Keterangan:

N = Jumlah populasi

n = Jumlah sampel

e = Batas toleransi erorr

#### b. Teknik Pengambilan Sampel

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling*, yaitu *cluster sampling*. *Cluster sampling* digunakan untuk menentukan sampel pada area sumber data yang luas. Teknik sampling ini digunakan dalam 2 tahap yaitu, pertama menentukan sampel area atau daerah, dan tahap kedua menentukan subjek atau orang-orang yang ada pada area atau daerah tersebut

untuk dijadikan sampel (Sugiyono, 2014). Adapun cara pengambilan sampel yaitu:

1. Tahap pertama peneliti merandom pemilihan wilayah sampel pada 9 Fakultas di Universitas Islam Riau. Wilayah yang terpilih adalah Fakultas Pertanian, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Fakultas Teknik, serta Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
2. Tahap kedua peneliti kembali merandom Program Studi dari keempat Fakultas yang terpilih sebelumnya. Program Studi yang terpilih adalah Prodi Agroteknologi, Prodi Kriminologi, Prodi Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota (Planologi), dan Prodi Pendidikan Kesenian (Sendratasik).

Pemilihan sampel juga berdasarkan karakteristik, yaitu:

- Mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau dari angkatan 2014-2017

### 3.5 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan tujuan untuk mengungkapkan kebenaran empirik terkait variabel yang diteliti (Azwar, 2019). Penggunaan prosedur pengumpulan data akan akurat dan terpercaya apabila penelitian ilmiah tersebut mencapai objektivitas yang tinggi (Azwar, 2012).

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan skala. Skala yang digunakan berbentuk skala sikap model *likert*. Skala sikap mengungkap pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statements*) mengenai objek yang diteliti. Biasanya skala sikap terdiri dari sekitar 25-30 pernyataan sikap, yang terbagi atas dua jenis pernyataan sikap yaitu, pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavora-*

ble. Pernyataan dalam skala tersebut berdasarkan kualitas isi dan hasil analisa pada kemampuan pernyataan tersebut dalam mengungkap sikap individu. Penilaian terhadap setiap pernyataan memiliki skor /nilai yang berbeda (Azwar, 2019).

**a. Skala *Quarter-life Crisis***

Peneliti menggunakan skala yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan tujuh aspek *quarter-life crisis* yaitu: 1) aspek keseimbangan dalam pengambilan keputusan, 2) aspek perasaan putus asa, 3) aspek penilaian diri yang negatif, 4) aspek terjebak dalam situasi sulit, 5) aspek perasaan cemas, 6) aspek perasaan tertekan, dan 7) aspek kekhawatiran menjalani hubungan interpersonal. Aitem-aitem disusun dalam bentuk pernyataan berdasarkan aspek-aspek yang telah diuraikan. Skala ini terdiri dari 94 aitem (sebelum *try out*) yang alternatif jawabannya disusun berdasarkan skala sikap model *likert*. Aitem-aitem tersebut terbagi atas 57 aitem *favorable* dan aitem *unfavorable* sebanyak 36 aitem. Skala *quarter-life crisis* terbagi atas 5 respon jawaban yaitu, Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Penentuan skor dalam skala ini menggunakan 5 kriteria respon. Berikut gambaran kriteria respon jawaban dalam skala *quarter-life crisis*.

**Tabel 3.1**

**Kriteria Respon Skala *Quarter-Life Crisis***

Kriteria Respon	Skor	
	Aitem <i>Favorable</i>	Aitem <i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Netral	3	3
Tidak Sesuai	2	4
Sangat Tidak Sesuai	1	5

Adapun persebaran aitem pada alat ukur dapat dilihat melalui *blue-print* di bawah ini:

**Tabel 3.2**  
**Blue Print Skala *Quarter-Life Crisis* Sebelum *Try Out***

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<b>Kebimbangan dalam pengambilan keputusan</b>	Ketidakmampuan membuat keputusan	1,27,51,72,83,91	14,40,64	<b>9</b>
	Minimnya pengalaman dalam membuat keputusan	2,28,52,73	15,41,65	<b>7</b>
<b>Perasaan putus asa</b>	Kecenderungan merasa gagal	3,29,53,74,84,92	16,42,66,88	<b>10</b>
	Ketidakpuasan pada hasil yang telah dicapai	4,30,54	17,43,67	<b>6</b>
<b>Penilaian diri yang negatif</b>	Mengalami krisis identitas	5,31,55	18	<b>4</b>
	Membandingkan diri dengan orang lain	6,32,56,75	19,44,68	<b>7</b>
	Keraguan terhadap kemampuan diri sendiri	7,33,57,76,85	20,45,69,89,93	<b>10</b>
<b>Terjebak dalam situasi sulit</b>	Ketidakmampuan beradaptasi dengan kelompok sosial	8,34,58,77,86	21,46,70,90	<b>9</b>
	Kecenderungan bersikap kompetitif	9,35,59,78	22	<b>5</b>
<b>Perasaan cemas</b>	Ketakutan terhadap hasil yang akan dicapai	10,36,60,79	23,47	<b>6</b>
<b>Perasaan ter-tekan</b>	Kecenderungan terfokus pada masalah	11,37,61,80,87	24,48	<b>7</b>
<b>Kekhawatiran</b>	Penerimaan dan	12,38,62,81	25,49,71	<b>7</b>

<b>menjalin hubungan interpersonal</b>	dukungan orang lain Menjalani hubungan romantis	13,39,63,82	26,50	<b>6</b>
<b>Jumlah total aitem</b>				<b>93</b>

### b. Skala *Big Five Personality*

Peneliti menggunakan skala IPIP-BFM-25 yaitu skala versi singkat dari IPIP-BFM-50. Skala tersebut merupakan skala adaptasi yang disusun oleh Akhtar & Azwar (2018) berdasarkan dimensi *big five personality* yang dikemukakan oleh Goldberg pada tahun 1992. IPIP-BFM-25 terdiri atas 25 aitem dan terbagi atas pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Konstruk yang diukur dalam skala ini adalah: 1) *Surgency/Extraversion* yang menampilkan intensitas aktivitas dan energi, 2) *Agreeableness* yang menampilkan perilaku positif terhadap orang lain, 3) *Conscientiousness* yang menampilkan pengorganisasian ketika mengerjakan tugas untuk mencapai tujuan., 4) *Emotional stability* yang menampilkan keseimbangan emosi, dan 5) *Intellect* yang menampilkan keterbukaan terhadap ilmu pengetahuan.

Penentuan skor dalam skala ini menggunakan 5 kriteria respon. Berikut gambaran kriteria respon jawaban dalam skala *big five personality*.

**Tabel 3.3**

**Kriteria Respon Skala *Big Five Personality***

<b>Kriteria Respon</b>	<b>Skor</b>	
	<b>Aitem <i>Favorable</i></b>	<b>Aitem <i>Unfavorable</i></b>
<b>Sangat Sesuai (SS)</b>	5	1
<b>Sesuai (S)</b>	4	2
<b>Netral (N)</b>	3	3
<b>Tidak Sesuai (TS)</b>	2	4
<b>Sangat Tidak Sesuai (STS)</b>	1	5

Adapun persebaran aitem pada alat ukur dapat dilihat melalui *blue-print* di bawah ini:

**Tabel 3.4**  
***Blue Print Skala Big Five Personality***

Dimensi	Aitem		Jumlah Aitem
	Favorable	Unfavorable	
<i>Extraversion</i>	1,6,16	11,21	5
<i>Agreeableness</i>	2,7,12,17,22		5
<i>Conscientiousness</i>	3,8,13,18,23		5
<i>Emotional stability</i>		4,9,14,19,24	5
<i>Intellect</i>	10,25	5,15,20	5
<b>Jumlah total aitem</b>			<b>25</b>

### 3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

#### 3.6.1 Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki makna seberapa dalam ketepatan suatu alat ukur atau skala untuk mencapai manfaat dan tujuan pengukuran. Validitas pengukuran yang tinggi biasanya melahirkan data secara akurat serta memberi gambaran mengenai variabel yang diukur seperti yang diinginkan dalam tujuan pengukuran tersebut. Apabila suatu alat ukur atau skala tidak bisa memperoleh data yang relevan dan tepat sesuai tujuan pengukuran maka alat ukur atau skala tersebut memiliki validitas yang rendah (Azwar, 2014).

Tolak ukur utama dalam melaksanakan evaluasi terhadap kualitas alat tes sebagai alat ukur adalah validitas. Konsep validitas mengacu kepada kebermaknaan, kelayakan, serta kebermanfaatannya intervensi tertentu yang dibuat berdasarkan skor hasil tes (Azwar, 2014). Validasi skala *big five personality* telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya dan semua aitem dalam skala *big five personality* mem-

iliki koefisien validitas isi dengan nilai indeks Aiken's  $V > 0.80$  (Akhtar dan Azwar 2018).

Skala *quarter-life crisis* yang dikembangkan peneliti juga telah melewati uji validasi dengan meminta satu orang ahli (*professional judgment*) untuk menilai kelayakan alat ukur untuk digunakan dalam penelitian. Berdasarkan *judgment* oleh satu orang ahli psikologi menyatakan bahwa semua aitem terhadap indikator dan aspek pada skala *quarter-life crisis* telah dinyatakan valid dan dapat digunakan sebagai instrumen penelitian. Selain itu aitem yang dikatakan valid adalah aitem yang mempunyai *corrected item total correlation*  $\geq 0,30$  (Azwar, 2012).

### 3.6.2 Reliabilitas

Alat ukur akan dianggap mempunyai kualitas yang baik apabila alat ukur tersebut *reliable*, yang berarti alat ukur tersebut mampu memperoleh skor yang cermat dengan intensitas error pengukuran yang kecil. Definisi reliabilitas mengacu kepada konsistensi alat ukur, koefisien reliabilitas berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Koefisien reliabilitas yang semakin mendekati 1,00 menandakan bahwa suatu alat ukur sangat *reliable* (Azwar, 2012).

Menurut Nunnally (dalam Akhtar & Azwar, 2018) skala yang memiliki reliabilitas baik adalah yang memiliki nilai reliabilitas alpha di atas 0,70. Berdasarkan uji reliabilitas yang dilakukan oleh Akhtar & Azwar (2018) dengan melihat nilai koefisien dari reliabilitas alpha, skala *big five personality* memiliki nilai reliabilitas alpha dengan rentang nilai 0,73 sampai 0,80 yaitu: *extraversion* (0,76), *agreeableness* (0,78), *conscientiousness* (0,77), *emotional stability* (0,80), dan *in-*

*tellect* (0,73). Hal tersebut menandakan bahwa pada setiap dimensi skala *big five personality* memiliki nilai reliabilitas yang baik.

Reliabilitas alat ukur *quarter-life crisis* diuji dengan dengan metode konsistensi internal dengan analisis *statistic Alpha Cronbach*. Selain itu, peneliti juga melakukan analisis aitem dengan tujuan untuk meningkatkan nilai reliabilitas dimana peneliti hanya menggunakan aitem yang memiliki nilai daya beda aitem  $> 0,3$  dan menyisihkan aitem yang memiliki nilai daya beda aitem  $< 0,3$ . Reliabilitas skala *quarter-life crisis* sebelum dilakukannya analisis daya beda aitem adalah 0,955 dan setelah peneliti melakukan eliminasi pada aitem yang memiliki daya beda aitem  $> 0,3$  nilai reliabilitas skala *quarter-life crisis* naik menjadi 0,960.

### **3.7 Teknik Analisis Data**

#### **3.7.1 Uji Normalitas**

Tujuan dilaksanakannya uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah data yang terjaring dari variabel berdistribusi normal atau sebaliknya. Pengujian normalitas pada penelitian ini dilaksanakan dengan bantuan program komputer yaitu *SPSS versi 23 for windows* menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* dengan melihat nilai signifikan  $p > 0,05$  maka sebaran normal, sebaliknya jika  $p < 0,05$  maka sebaran tidak normal.

#### **3.7.2 Uji Linearitas**

Tujuan dilaksanakannya uji linearitas adalah untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji linearitas dilaksanakan terhadap variabel *big five personality* dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir untuk dilihat linear atau tidak, dengan melihat nilai  $p$  dan  $F$  (*devia-*

tion from linearity). Jika  $p > 0,05$  maka hubungan linear, tetapi jika  $p < 0,05$  maka hubungan tidak linear.

### 3.7.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui apakah hipotesis yang telah disusun oleh peneliti bisa diterima berdasarkan data yang telah dikumpulkan. Pengujian hipotesis tidak menguji kebenaran hipotesis, akan tetapi menguji diterima atau ditolaknya hipotesis yang bersangkutan dengan penelitian. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji hipotesis dua sampel independen (*independent sample t-test*), yang merupakan uji kemampuan generalisasi sampel yang tidak saling berkorelasi (Sugiyono, 2019). Uji hipotesis dalam penelitian ini dilaksanakan dengan bantuan aplikasi *SPSS versi 23 for windows*. Sedangkan, uji homogenitas dilakukan dengan melihat tabel *t-test for equality of means* dengan signifikansi, jika  $> 0,05$  maka ada perbedaan perilaku di setiap kelompok.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Persiapan Penelitian

##### 4.1.1 Orientasi Kancan Penelitian

Persiapan penelitian terlebih dahulu menentukan lokasi penelitian, skala yang digunakan, serta menentukan subjek dan merencanakan segala kebutuhan untuk penelitian. Penentuan subjek penelitian berdasarkan ciri-ciri/karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti yaitu mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Peneliti merandom Fakultas mana yang akan dijadikan sebagai wilayah penelitian di Universitas Islam Riau. Randomisasi dimulai dari wilayah terbesar hingga terkecil, sehingga terpilih jumlah sampel sesuai tabel 4.1 berikut.

**Tabel 4.1**  
**Penyebaran Sampel**

<b>Fakultas</b>	<b>Prodi</b>	<b>Tahun Angkatan</b>	<b>Sampel</b>	<b>Total</b>
<b>Pertanian</b>	Agroteknologi	2014	0	42
		2015	3	
		2016	8	
		2017	31	
<b>Teknik</b>	Perencanaan Wilayah dan Kota/Planologi	2014	1	28
		2015	3	
		2016	12	
		2017	12	
<b>Ilmu Sosial dan Politik</b>	Kriminologi	2014	1	38
		2015	2	
		2016	4	
		2017	31	
<b>Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan</b>	Pendidikan Kesenian/Sendratasik	2014	1	50
		2015	3	
		2016	7	
		2017	39	
<b>Jumlah Total</b>				<b>158</b>

#### 4.1.2 Persiapan Alat Ukur Penelitian

Sebelum melaksanakan penelitian hal yang harus dipersiapkan adalah alat ukur yang akan digunakan untuk penelitian.

##### a. Skala *Quarter-life crisis*

Skala *quarter-life crisis* dikembangkan oleh peneliti berdasarkan tujuh aspek *quarter-life crisis* yang dikemukakan oleh Robbins & Wilner (2001), yaitu: (1) kebimbangan dalam pengambilan keputusan, (2) perasaan putus asa, (3) penilaian diri yang negatif, (4) terjebak pada situasi sulit, (5) perasaan cemas, (6) Perasaan tertekan, dan (7) kekhawatiran menjalin hubungan interpersonal. Berdasarkan ketujuh aspek tersebut peneliti menjabarkan ke dalam 93 aitem yang terbagi atas aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Tahapan selanjutnya yang dilakukan peneliti dalam mempersiapkan alat ukur *quarter-life crisis* yaitu: *try out* (uji coba) skala, analisis daya beda aitem dan reliabilitas skala:

##### 1) *Try Out* (Uji Coba)

*Try out* atau uji coba skala dalam penelitian ini dilakukan pada hari Selasa, 6 April 2021 sampai dengan hari Rabu, 8 April 2021. Subjek uji coba pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UIR dengan total jumlah subjek sebanyak 79 orang. Penyebaran skala *try out* (uji coba) dilakukan secara *online* melalui *link google form* <http://bit.ly/SkalaTOandifa>. Hal tersebut dilakukan karena adanya kebijakan *study from home* atau pembelajaran daring akibat dari pandemi *Covid-19* sehingga peneliti tidak dapat menemui secara langsung target subjek uji coba skala dalam penelitian ini.

## 2) Analisis Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala

Tujuan dilakukannya analisis daya beda aitem adalah untuk melihat kemampuan aitem yang membedakan subjek dengan *trait* tinggi dan rendah. Menurut Azwar (2012) aitem yang memiliki koefisien daya beda  $\geq 0,30$  dinyatakan sebagai aitem yang baik dan memenuhi syarat psikometrik sebagai bagian dari tes. Daya beda aitem dan reliabilitas skala dapat diketahui dengan menggunakan rumus *alpha cronbach's* dengan bantuan aplikasi *SPSS 23 for windows*.

Sebelum dilakukan analisis daya beda aitem, reliabilitas skala *quarter-life crisis* adalah 0,955. Setelah dilakukan analisis daya beda aitem terdapat sebanyak 17 butir aitem yang dibuang dari 93 butir aitem. Aitem yang dibuang yaitu aitem 17,19,23,28,34,35,41,43,47,54,68,69,70,80,83,89,91. Setelah peneliti mengeliminasi aitem tersebut, indeks koefisien reliabilitas naik menjadi 0,960 sehingga aitem yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 76 aitem. Distribusi penyebaran aitem dapat dilihat pada tabel 4.2 di bawah ini.

**Tabel 4.2**

***Blue Print Skala Quarter-Life Crisis Sesudah Try Out***

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<b>Kebimbangan dalam pengambilan keputusan</b>	Ketidakmampuan membuat keputusan	1,27,51,72, <b><u>83,91</u></b>	14,40,64	<b>9</b>
	Minimnya pengalaman dalam membuat keputusan	2, <b><u>28</u></b> ,52,73	15, <b><u>41</u></b> ,65	<b>7</b>

<b>Perasaan pu- tus asa</b>	Kecenderungan merasa gagal	3,29,53,74,84,92	16,42,66,88	<b>10</b>
	Ketidakpuasan pada hasil yang telah dicapai	4,30, <u>54</u>	<u>17,43</u> ,67	<b>6</b>
<b>Penilaian diri yang negatif</b>	Mengalami krisis identitas	5,31,55	18	<b>4</b>
	Membandingkan diri dengan orang lain	6,32,56,75	<u>19,44,68</u>	<b>7</b>
	Keraguan ter- hadap kemampu- an diri sendiri	7,33,57,76,85	20,45, <u>69,89</u> ,93	<b>10</b>
<b>Terjebak da- lam situasi sulit</b>	Ketidakmampuan beradaptasi dengan ke- lompok sosial	8, <u>34</u> ,58,77,86	21,46, <u>70</u> ,90	<b>9</b>
	Kecenderungan bersikap kom- petitif	9, <u>35</u> ,59,78	22	<b>5</b>
<b>Perasaan ce- mas</b>	Ketakutan ter- hadap hasil yang akan dicapai	10,36,60,79	<u>23,47</u>	<b>6</b>
<b>Perasaan ter- tekan</b>	Kecenderungan terfokus pada masalah	11,37,61, <u>80</u> ,87	24,48	<b>7</b>
<b>Kekhawatiran menjalin hubungan in- terpersonal</b>	Penerimaan dan dukungan orang lain	12,38,62,81	25,49,71	<b>7</b>
	Menjalani hub- ungan romantis	13,39,63,82	26,50	<b>6</b>
<b>Jumlah total aitem</b>				<b>76</b>

*Keterangan: aitem yang digaris bawah adalah aitem yang gugur*

#### **b. Skala *Big Five Personality***

Skala untuk mengukur *big five personality* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau merupakan skala yang sebelumnya telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Akhtar dan Azwar (2018) dari skala asli yang dikembangkan oleh Goldberg (1992).

Tahapan-tahapan yang dilakukan peneliti untuk mempersiapkan alat ukur *big five personality* yaitu: perizinan, analisis daya beda aitem dan reliabilitas skala

1) Perizinan

Proses perizinan penggunaan skala *big five personality* dilakukan pada hari Selasa, 12 Januari 2021 dengan cara menghubungi peneliti sebelumnya melalui *e-mail*, yakni Akhtar & Azwar (2018) yang telah mengadaptasi dari skala asli yang dikembangkan oleh Goldberg pada tahun 1992 ke dalam bahasa Indonesia.

2) Analisis daya beda aitem dan reliabilitas skala

Tujuan dilakukannya analisis daya beda aitem adalah untuk melihat kemampuan aitem dalam menampilkan perbedaan subjek yang berada pada *trait* tinggi dan *trait* rendah. Hanif akhtar (2018) telah melakukan analisa terhadap reliabilitas alat ukur skala *big five personality*. Berdasarkan hasil analisa pada masing-masing dimensi *big five personality* didapatkan nilai reliabilitas sebesar 0.76 pada dimensi *extraversion*, 0.78 pada dimensi *agreeableness*, 0.77 pada dimensi *conscientiousness*, 0.80 pada dimensi *emotional stability*, dan sebesar 0.73 pada dimensi *intellect*.

Penelitian ini menggunakan skala IPIP-BFM-25 yang merupakan skala versi singkat dari IPIP-BFM-50, analisis daya beda aitem didapat berdasarkan lima aitem yang memiliki koefisien daya beda tertinggi pada analisis daya beda aitem pada masing-masing dimensi *big five personality* di skala IPIP-BFM-50. Koefisien daya beda yang ditetapkan oleh peneliti pada penelitian sebelumnya adalah  $\geq 0.66$  sehingga dalam penelitian ini tidak

dilakukan pengguguran aitem dan proses penelitian tetap menggunakan 25 aitem yang tersedia.

## **4.2 Pelaksanaan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian dimulai pada hari Minggu, 11 April 2021 hingga hari Sabtu, 24 April 2021 dengan jumlah sampel 158 mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Riau yang tersebar di berbagai fakultas. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan secara *online* dengan menyebarkan skala penelitian melalui *link google form* <http://bit.ly/Penelitiandifa> via media sosial seperti *instagram* dan *whatsapp*, di dalam *google form* tersebut peneliti telah menerangkan dan mendeskripsikan tujuan dan maksud peneliti membagikan skala tersebut dan sekaligus menjelaskan mengenai tata cara pengisian skala. Hal tersebut dilakukan karena adanya kebijakan *study from home* atau pembelajaran daring akibat dari pandemi *Covid-19* sehingga peneliti tidak dapat menemui secara langsung target subjek dalam penelitian.

## **4.3 Hasil Penelitian**

### **4.3.1 Data Demografi**

Penelitian ini memiliki jumlah seluruh responden yaitu sebanyak 158 sampel. Berikut adalah deskripsi data demografi sampel pada penelitian ini yang diuraikan kebentuk frekuensi dan persentase yang ditampilkan pada tabel 4.3 di bawah ini.

**Tabel 4.3**  
**Data Demografi Penelitian**

Detail Data Demografi	Frekuensi	Persentase (%)	
<b>Usia</b>	20-22 tahun	116	73,4%
	23-24 tahun	42	26,6%
<b>Jenis Kelamin</b>	Laki-laki	59	37,3%
	Perempuan	99	62,7%
<b>Program Studi</b>	Agroteknologi	42	26,6%
	Perencanaan Wilayah dan Kota/Planologi	28	17,7%
	Kriminologi	38	24,1%
	Pendidikan Kesenian/Sendratasik	50	31,6%

Tabel di atas menunjukkan bahwa jumlah sampel yang terbanyak terdapat pada rentang umur 20-22 tahun dengan persentase sebesar 73.4%, jika ditinjau dari jenis kelamin jumlah subjek yang paling banyak adalah perempuan dengan persentase sebesar 62,7%, dan terbanyak berada pada program studi Pendidikan Kesenian/Sendratasik dengan persentase sebesar 31,6%.

#### 4.3.2 Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini mendeskripsikan data untuk mengungkap mengenai hubungan *big five personality* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Riau. Berikut adalah deskripsi data penelitian dalam bentuk data empirik dan data hipotetik yang diuraikan berdasarkan data deskriptif yaitu skor minimum (Xmin). Skor maksimum (Xmax), nilai *mean* dan standar deviasi. Peneliti mengolah data tersebut menggunakan program *SPSS versi 23 for windows*, hingga diperoleh gambaran seperti yang ditampilkan pada tabel 4.4 di bawah ini.

**Tabel 4.4**  
**Deskripsi Data Penelitian**

Variabel Penelitian	Skor yang dimungkinkan (Hipotetik)				Skor yang diperoleh (Empirik)			
	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
<i>Quarter-life crisis</i>	76	380	228	50,66	88	303	211,1	36,40
<i>Big five personality</i>	25	125	75	16,66	62	114	83,65	8,071

Berdasarkan tabel di atas analisis deskriptif hipotetik skala *quarter-life crisis* diperoleh *mean* 228 dengan standar deviasi sebesar 50,66 sedangkan pada skor empirik diperoleh *mean* 211,1 dengan standar deviasi 36,40. Hal ini menunjukkan bahwa data yang diasumsikan (data hipotetik) memiliki *mean* lebih tinggi dibandingkan dengan *mean* yang diperoleh peneliti (data empirik). Selanjutnya analisis deskriptif data skala *big five personality* dengan menjabarkan kelima dimensi *big five personality* ditampilkan pada tabel 4.5 berikut.

**Tabel 4.5**  
**Deskripsi Data Penelitian Variabel Big Five Personality**

Variabel Penelitian	Skor yang dimungkinkan (Hipotetik)				Skor yang diperoleh (Empirik)			
	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
<i>Extraversion</i>	5	25	15	3,33	7	24	15,66	3,226
<i>Agreeableness</i>	5	25	15	3,33	11	25	19,66	2,326
<i>Conscientiousness</i>	5	25	15	3,33	10	25	18,06	3,213
<i>Emotional stability</i>	5	25	15	3,33	5	24	12,37	3,741
<i>Intellect</i>	5	25	15	3,33	11	24	16,08	2,578

Tabel 4.5 menjelaskan bahwa dari data hipotetik kelima dimensi *big five personality* yaitu *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan *intellect* memiliki nilai *mean* yang sama yakni sebesar 15 dengan

standar deviasi 3,33. Sedangkan pada perolehan data empirik dengan bantuan *SPSS versi 23 for windows mean* yang didapatkan pada dimensi *extraversion* adalah 15,66 dengan standar deviasi 3,226, nilai *mean* pada dimensi *agreeableness* 19,66 dengan standar deviasi sebesar 2,326. Selanjutnya, nilai *mean* pada dimensi *conscientiousness* adalah 18,06 dengan standar deviasi 3,231, nilai *mean* pada dimensi *emotional stability* yaitu 12,37 dengan standar deviasi 3,741 dan skor *mean* pada dimensi *intellect* 16,80 dengan standar deviasi sebesar 2,578.

Berdasarkan data empirik tersebut dilakukan kategorisasi yang bertujuan untuk membagi kelompok-kelompok secara terpisah dan berjenjang berdasarkan aspek yang akan diukur. Berikut adalah rumus kategorisasi pada penelitian ini yang disajikan pada tabel 4.6 berikut.

**Tabel 4.6**  
**Rumus Kategorisasi**

<b>Rumus</b>	<b>Kategori</b>
$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Rendah
$X < M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

*Keterangan:*

*SD* : Standar Deviasi

*M* : Mean Empirik

Berdasarkan tabel tersebut, maka variabel *quarter-life crisis* dan variabel *big five personality* pada penelitian ini dibagi menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Kategori skor *quarter-life crisis* yang ditampilkan pada tabel 4.7 berikut.

**Tabel 4.7**  
**Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala *Quarter-life Crisis***

Kategorisasi	Rentang Nilai	<i>f</i>	%
Sangat Tinggi	$X \geq 266$	11	7,0
Tinggi	$229 \leq X < 265$	35	22,2
Sedang	$193 \leq X < 228$	72	45,6
Rendah	$157 \leq X < 192$	32	20,3
Sangat Rendah	$X < 156$	8	5,1
<b>Jumlah</b>		158	100

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel *quarter-life crisis* pada tabel 4.7 memperlihatkan bahwa subjek pada penelitian ini sebagian besar mengalami *quarter-life crisis* pada kategori sedang dengan persentase sebesar 45,6%. Hal tersebut berarti dari 158 subjek, 72 orang mengalami *quarter-life crisis* pada kategori sedang. Sementara itu untuk kategorisasi skor *big five personality* berdasarkan kelima dimensi adalah sebagai berikut.

**Tabel 4.8**  
**Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi *Extraversion***

Kategorisasi	Rentang Nilai	<i>f</i>	%
Sangat Tinggi	$X \geq 21$	13	5,0
Tinggi	$18 \leq X < 20$	32	12,4
Sedang	$14 \leq X < 17$	81	31,3
Rendah	$11 \leq X < 13$	23	8,9
Sangat Rendah	$X < 10$	9	3,5
<b>Jumlah</b>		158	100

Berdasarkan tabel 4.8 hasil kategorisasi variabel *big five personality* menunjukkan bahwa subjek pada penelitian ini sebagian besar pada dimensi kepribadian *extraversion* yang berada pada kategori sedang dengan persentase 31,3%. Hal ini berarti dari 158 subjek, 81 orang memiliki dimensi kepribadian

*extraversion* pada kategori sedang. Kategorisasi skor *big five personality* dimensi *agreeableness* dapat dilihat melalui tabel berikut.

**Tabel 4.9**  
**Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi *Agreeableness***

Kategorisasi	Rentang Nilai	<i>f</i>	%
<b>Sangat Tinggi</b>	$X \geq 24$	6	3,8
<b>Tinggi</b>	$21 \leq X < 23$	53	33,5
<b>Sedang</b>	$19 \leq X < 20$	55	34,8
<b>Rendah</b>	$16 \leq X < 18$	40	25,3
<b>Sangat Rendah</b>	$X < 15$	4	2,5
<b>Jumlah</b>		158	100

Berdasarkan tabel 4.9 hasil kategorisasi variabel *big five personality* menunjukkan bahwa sebagian besar subjek pada penelitian ini pada dimensi kepribadian *agreeableness* yang berada pada kategori sedang dengan persentase 34,8%. Hal ini berarti dari 158 subjek, 55 orang memiliki dimensi kepribadian *agreeableness* pada kategori sedang. Kategorisasi skor *big five personality* dimensi *conscientiousness* dapat dilihat melalui tabel berikut.

**Tabel 4.10**  
**Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi *Conscientiousness***

Kategorisasi	Rentang Nilai	<i>f</i>	%
<b>Sangat Tinggi</b>	$X \geq 23$	19	12,0
<b>Tinggi</b>	$20 \leq X < 22$	29	18,4
<b>Sedang</b>	$16 \leq X < 19$	72	45,6
<b>Rendah</b>	$13 \leq X < 15$	35	22,2
<b>Sangat Rendah</b>	$X < 12$	3	1,9
<b>Jumlah</b>		158	100

Berdasarkan tabel 4.10 hasil kategorisasi variabel *big five personality* menunjukkan bahwa sebagian besar subjek pada penelitian ini pada dimensi kepribadian *conscientiousness* yang berada pada kategori sedang dan memperoleh

persentase 45,6%. Hal ini berarti dari 158 subjek, 72 orang memiliki dimensi kepribadian *conscientiousness* pada kategori sedang. Kategorisasi skor *big five personality* dimensi *emotional stability* dapat dilihat melalui tabel berikut.

Tabel 4.11

Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi *Emotional Stability*

Kategorisasi	Rentang Nilai	<i>f</i>	%
Sangat Tinggi	$X \geq 18$	12	7,6
Tinggi	$15 \leq X < 17$	32	20,3
Sedang	$11 \leq X < 14$	57	36,1
Rendah	$7 \leq X < 10$	49	31,0
Sangat Rendah	$X < 6$	8	5,1
<b>Jumlah</b>		158	100

Berdasarkan tabel 4.11 hasil kategorisasi variabel *big five personality* menunjukkan bahwa sebagian besar subjek dalam penelitian ini pada dimensi kepribadian *emotional stability* berada pada kategori sedang dan memperoleh persentase 36,1%. Hal tersebut menunjukkan dari 158 subjek, 57 orang memiliki dimensi kepribadian *emotional stability* pada kategori sedang. Kategorisasi skor *big five personality* dimensi *intellect* dapat dilihat melalui tabel berikut.

Tabel 4.12

Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Skala Dimensi *Intellect*

Kategorisasi	Rentang Nilai	<i>f</i>	%
Sangat Tinggi	$X \geq 21$	16	10,1
Tinggi	$19 \leq X < 20$	22	13,9
Sedang	$16 \leq X < 18$	72	45,6
Rendah	$13 \leq X < 15$	41	25,9
Sangat Rendah	$X < 12$	7	4,4
<b>Jumlah</b>		158	100

Tabel 4.12 hasil kategorisasi variabel *big five personality* menunjukkan bahwa sebagian besar subjek pada penelitian berada di dimensi kepribadian *intel-*

*lect* yang berada pada kategori sedang dengan persentase 45,6%. Hal ini berarti dari 158 subjek, 72 orang memiliki dimensi kepribadian *intellect* pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil kategorisasi, dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian besar dari 158 mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau yang menjadi subjek dalam penelitian ini mengalami *quarter-life crisis* yang berada pada kategori sedang, serta memiliki skor dan berada pada kategori sedang pula pada seluruh dimensi variabel *big five personality* yaitu: *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan dimensi *intellect*.

#### 4.4 Hasil Analisis Data

##### 4.4.1 Uji Asumsi

Tujuan dilakukan uji asumsi terlebih dahulu pada data yang telah diperoleh untuk memenuhi syarat-syarat korelasi. Uji asumsi dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis, yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

##### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan pada masing-masing variabel yaitu, variabel *quarter-life crisis* dan variabel *big five personality* yang terdiri dari lima dimensi, yakni: *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan *intellect*. Analisis uji normalitas dilaksanakan dengan bantuan *SPSS versi 23 for windows* dengan metode *Kolmogorov-Smirnov* dengan melihat nilai signifikan  $p > 0,05$  maka sebaran normal, sebaliknya jika  $p < 0,05$  maka sebaran tidak normal. Berdasarkan analisis data yang telah dil-

akukan maka didapatkan hasil seperti yang disajikan pada tabel 4.13 di bawah ini.

**Tabel 4.13**

**Hasil Uji Normalitas Skala *Quarter-life crisis* & Dimensi *Big Five Personality***

Variabel/Dimensi	Signifikansi	Keterangan
<i>Quarter-life crisis</i>	0,200 ( $p > 0,05$ )	Normal
<i>Extraversion</i>	0,00 ( $p < 0,05$ )	Tidak Normal
<i>Agreeableness</i>	0,00 ( $p < 0,05$ )	Tidak Normal
<i>Conscientiousness</i>	0,01 ( $p < 0,05$ )	Tidak Normal
<i>Emotional stability</i>	0,01 ( $p < 0,05$ )	Tidak Normal
<i>Intellect</i>	0,00 ( $p < 0,05$ )	Tidak Normal

Hasil analisis uji normalitas yang telah dilakukan di atas menunjukkan bahwa variabel *quarter-life crisis* memiliki nilai signifikansi 0,200 ( $p > 0,05$ ) yang artinya data pada variabel tersebut berdistribusi normal. Sedangkan untuk kelima dimensi variabel *big five personality* memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$  artinya data dari kelima dimensi *big five personality* yaitu, dimensi *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan dimensi *intellect* tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan uji normalitas tersebut, dapat disimpulkan bahwa tidak seluruh sebaran data penelitian berdistribusi normal. Oleh sebab itu, maka pengujian hipotesis akan dilakukan dengan menggunakan analisis non parametrik.

**b. Uji Linearitas**

Tujuan dilakukan uji linearitas untuk melihat bentuk hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji linearitas terhadap variabel *big five personality* dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir untuk

dilihat apakah ada hubungan linear atau tidak antara variabel *quarter-life crisis* dan variabel *big five personality*. Uji linearitas dalam penelitian ini tidak dilakukan pada variabel *big five personality* secara keseluruhan melainkan dilakukan pada setiap dimensi *big five personality* terhadap *quarter-life crisis*.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik *test for linearity* dengan tabel anova dengan melihat nilai signifikansi  $p < 0,05$  maka kedua variabel dikatakan linear, dan sebaliknya serta melihat nilai signifikansi  $F_{linearity} < 0,05$  dengan bantuan aplikasi *SPSS versi 23 for windows*.

Berdasarkan hasil pada uji linearitas, maka didapatkan hasil yang disajikan pada tabel 4.14 berikut.

**Tabel 4.14**  
**Hasil Uji Linearitas *Quarter-life Crisis* & Dimensi *Big Five Personality***

Variabel	Signifikansi Hasil Uji Nilai Linearitas ( $p < 0,05$ )	Keterangan
<i>Quarter-life Crisis &amp; Extra-version</i>	Nilai <i>linearity</i> F = 41,366 $p = 0,000$ ( $p < 0,05$ )	Linear
<i>Quarter-life Crisis &amp; Agreeableness</i>	Nilai <i>linearity</i> F = 9,381 $p = 0,003$ ( $p < 0,05$ )	Linear
<i>Quarter-life Crisis &amp; Conscientiousness</i>	Nilai <i>linearity</i> F = 9,154 $p = 0,003$ ( $p < 0,05$ )	Linear
<i>Quarter-life Crisis &amp; Emotional Stability</i>	Nilai <i>linearity</i> F = 77,989 $p = 0,000$ ( $p < 0,05$ )	Linear
<i>Quarter-life Crisis &amp; Intellect</i>	Nilai <i>linearity</i> F = 27,913 $p = 0,000$ ( $p < 0,05$ )	Linear

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa variabel *quarter-life crisis* dan kelima dimensi variabel *big five personality* yaitu dimensi *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan dimensi *intellect* memiliki hubungan linear dengan *quarter-life crisis*.

#### 4.4.2 Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis menggunakan uji analisis non parametrik dengan metode *Spearman Rho*. Hal tersebut dilatarbelakangi karena pada pengujian normalitas tidak seluruh data yang diperoleh berdistribusi normal. Setelah dilakukan uji korelasi antara *trait extraversion* dan *quarter-life crisis*, maka diperoleh nilai koefisien  $r = - 0,399$  dan  $\text{sig} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) artinya terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dimensi kepribadian *extraversion* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Hal tersebut menandakan bahwa semakin tinggi *trait extraversion* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin rendah *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya, semakin rendah *trait extraversion* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin tinggi *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Hal tersebut berarti bahwa hipotesis alternatif atau  $H_{a3}$  pada penelitian ini diterima, yaitu adanya hubungan antara *trait kepribadian surgency/extraversion* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau.

Hasil uji determinan nilai *R-squared* pada variabel *trait extraversion* dan *quarter-life crisis* diperoleh sebesar 0,197. Hal tersebut berarti bahwa *trait extraversion* berperan atau memberikan sumbangan efektif sebesar 19,7% terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau, se-

dangkan sisanya yang sebesar 80,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil uji korelasi antara dimensi kepribadian *agreeableness* dan *quarter-life crisis* memperoleh hasil koefisien korelasi sebesar  $r = -0,187$  dan  $\text{sig} = 0,019$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini memiliki arti bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dimensi kepribadian *agreeableness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Hal tersebut menandakan bahwa semakin tinggi *trait agreeableness* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin rendah *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya, semakin rendah *trait agreeableness* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin tinggi *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis alternatif atau  $H_{a4}$  pada penelitian ini diterima, yaitu adanya hubungan antara *trait* kepribadian *agreeableness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau.

Berdasarkan hasil uji determinan nilai *R-squared* pada kedua variabel tersebut diperoleh sebesar 0,058 atau sebesar 5,8% *trait agreeableness* berperan atau memberikan sumbangan efektif terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau, sedangkan sisanya yang sebesar 94,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil uji korelasi antara dimensi kepribadian *conscientiousness* dan *quarter-life crisis* diperoleh nilai koefisien korelasi  $r = -0,198$  dan  $\text{sig} = 0,013$  ( $p < 0,05$ ) artinya terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dimensi kepribadian *conscientiousness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Hal tersebut menandakan bahwa semakin tinggi

*trait conscientiousness* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin rendah *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya, semakin rendah *trait conscientiousness* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin tinggi *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir.

Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis alternatif atau  $H_{a2}$  pada penelitian ini diterima, yaitu adanya hubungan antara *trait kepribadian conscientiousness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Hasil uji determinan nilai *R-squared* pada kedua variabel tersebut diperoleh sebesar 0,055. Hal tersebut berarti bahwa *trait conscientiousness* berperan atau memberikan sumbangan efektif sebesar 5,5% terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau, sedangkan sisanya yang sebesar 94,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini

Hasil uji korelasi pada variabel dimensi kepribadian *emotional stability* dan *quarter-life crisis* diperoleh hasil nilai koefisien korelasi  $r = -0,481$  dan  $\text{sig} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut berarti terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dimensi kepribadian *emotional stability* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Hal tersebut menandakan bahwa semakin tinggi *trait emotional stability* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin rendah *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya, semakin rendah *trait emotional stability* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin tinggi *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir.

Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis alternatif atau  $H_{a5}$  pada penelitian ini diterima, yaitu adanya hubungan antara *trait kepribadian emotional stability* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Is-

lam Riau. Hasil uji determinan nilai *R-squared* pada kedua variabel tersebut diperoleh sebesar 0,316. Hal tersebut berarti bahwa *trait emotional stability* berperan atau memberikan sumbangan efektif sebesar 31,6% terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau, sedangkan sisanya yang sebesar 68,4% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Variabel dimensi kepribadian *intellect* terhadap *quarter-life crisis* juga berkorelasi negatif, dimana berdasarkan uji korelasi diperoleh nilai koefisien korelasi  $r = -0,254$  dan  $sig = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut menandakan bahwa semakin tinggi *trait intellect* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin rendah *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya, semakin rendah *trait intellect* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin tinggi *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis alternatif atau  $H_{a1}$  pada penelitian ini diterima, yaitu adanya hubungan antara *trait* kepribadian *intellect* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau.

Hasil uji determinan nilai *R-squared* dalam variabel dimensi kepribadian *intellect* terhadap *quarter-life crisis* diperoleh sebesar 0,132. Hal tersebut berarti bahwa *trait intellect* berperan atau memberikan sumbangan efektif sebesar 13,2% terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau, sedangkan sisanya yang sebesar 86,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil uji hipotesis diatas, maka didapatkan hasil seperti yang disajikan pada tabel 4.15 di bawah ini.

**Tabel 4.15**  
**Hasil Uji Hipotesis**

Hipotesis	Pernyataan	Nilai	Keterangan
H <sub>1</sub>	Adanya hubungan antara <i>trait</i> kepribadian <i>intellect</i> terhadap <i>quarter-life crisis</i> pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau	$r = -0,254$ dan $sig = 0,001$ ( $p < 0,05$ )	Ha diterima Ho ditolak
H <sub>2</sub>	Adanya hubungan antara <i>trait</i> kepribadian <i>conscientiousness</i> terhadap <i>quarter-life crisis</i> pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau	$r = -0,198$ dan $sig = 0,013$ ( $p < 0,05$ )	Ha diterima Ho ditolak
H <sub>3</sub>	Adanya hubungan antara <i>trait</i> kepribadian <i>surgency/extraversion</i> terhadap <i>quarter-life crisis</i> pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau	$r = -0,399$ dan $sig = 0,000$ ( $p < 0,05$ )	Ha diterima Ho ditolak
H <sub>4</sub>	Adanya hubungan antara <i>trait</i> kepribadian <i>agreeableness</i> terhadap <i>quarter-life crisis</i> pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau	$r = -0,187$ dan $sig = 0,019$ ( $p < 0,05$ )	Ha diterima Ho ditolak
H <sub>5</sub>	Adanya hubungan antara <i>trait</i> kepribadian <i>emotional stability</i> terhadap <i>quarter-life crisis</i> pada mahasiswa	$r = -0,481$ dan $sig = 0,000$ ( $p < 0,05$ )	Ha diterima Ho ditolak

Berdasarkan hasil uji hipotesis, semua hipotesis alternatif pada penelitian ini diterima, dan semua hipotesis nol pada penelitian ini ditolak. Hal tersebut dilatarbelakangi karena adanya hubungan antara kelima dimensi *trait big five personality* yaitu: *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan *intellect* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau.

#### 4.5 Pembahasan

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidak hubungan yang signifikan antara *big five personality* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan teknik korelasi *Spearman Rho* dapat diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara kelima dimensi atau *trait big five personality* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau.

*Quarter-life crisis* merupakan krisis emosional yang menyebabkan masalah psikososial ketika berada pada fase perpindahan remaja menuju dewasa atau disebut *emerging adulthood* (Robbins & Wilner, 2001). Perasaan negatif yang muncul pada individu di usia 20-an tahun yang mengalami *quarter-life crisis*, meliputi ketakutan akan masa depan yang berkaitan dengan masalah karier, relasi dan kehidupan sosial individu. Selain itu, masalah identitas yang luar biasa dari usia ini dapat memunculkan berbagai respon, mulai dari keraguan diri yang kuat sehingga dapat berubah menjadi sesuatu seperti depresi klinis.

Salah satu kesamaan yang signifikan yang menyebabkan dampak tersebut terjadi pada individu ketika *quarter-life crisis* adalah ketika individu berada pada proses transisi dari dunia akademik ke dunia pekerjaan (Thorspecken, 2005). Respon dan dampak perubahan yang terjadi pada fase *quarter-life crisis* yang dialami oleh individu akan berbeda sesuai dengan kepribadian atau karakteristik yang dimiliki masing-masing individu. Respon berbeda pada individu yang muncul adalah bentuk dari coping yang dipengaruhi oleh kepribadian sebagai faktor internal.

Berdasarkan analisis data pada kelima dimensi *big five personality* yaitu *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan *intellect* terhadap sampel atau subjek dalam penelitian ini diperoleh bahwa sampel sebagian besar berada pada kategori sedang. Diperoleh sebesar 31,3% atau 81 dari 158 subjek berada di kategori sedang pada dimensi *extraversion*, pada dimensi *agreeableness* diperoleh sebanyak 34,8% atau sebanyak 55 dari 158 subjek berada pada kategori sedang. Selanjutnya, terdapat 72 orang dari 158 subjek atau sebanyak 45,6% subjek berada di kategori sedang pada dimensi *conscientiousness*, pada dimensi *emotional stability* diperoleh sebanyak 36,1% atau 57 orang dari 158 subjek berada pada kategori sedang. Terakhir pada dimensi *intellect* diperoleh sebanyak 72 orang dari 158 subjek atau sebesar 45,6% subjek berada pada kategori sedang.

Berdasarkan analisa data dengan teknik korelasi *Spearman Rho*, diketahui bahwa adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara dimensi kepribadian *extraversion* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Hal tersebut ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = - 0,399 dan

signifikansi *linearity* 0,000 ( $p < 0,05$ ). Oleh sebab itu, maka dinyatakan semakin tinggi kepribadian *extraversion* maka semakin rendah tingkat *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Sebaliknya, semakin rendah kepribadian *extraversion* maka semakin tinggi pula tingkat *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau.

Dimensi kepribadian *extraversion* merupakan dimensi kepribadian atau bagian dari *trait big five personality* yang memiliki karakteristik individu yang menunjukkan energi dan tingkat aktivitas dalam diri ketika dalam suatu hubungan (Goldberg, 1992). Individu yang berada pada dimensi atau *trait* kepribadian *extraversion* rendah ketika sedang mengalami *quarter-life crisis* cenderung mengalami penurunan terhadap gairah hidup dan kurang menunjukkan energi diri karena berada pada fase stres dimana individu terkadang ingin menghadapi dan menyelesaikan segala kesulitan kekhawatiran yang terjadi namun di lain sisi tidak mengerti darimana dan cara untuk memulainya.

Penjabaran diatas sejalan dengan teori yang kemukakan oleh Mcrae dan Costa (dalam Feist & Feist, 2013) yang menyebutkan bahwa individu yang mempunyai skor tinggi pada dimensi *extraversion* memiliki kecenderungan bersikap ceria, suka berbicara, suka berkumpul, dan menyenangkan. Namun, ketika berada pada fase *quarter-life crisis* individu dengan perolehan skor rendah dimensi *extraversion* memiliki kecenderungan menekan perasaan pribadi karena peningkatan rasa dibatasi dan terjebak dalam peran orang dewasa sehingga *quarter-life crisis* yang dialami semakin tinggi.

Dimensi kepribadian atau *trait agreeableness* berkaitan dengan sikap positif yang ditampilkan individu terhadap orang lain, seperti rendah hati, suka beker-

jasama, ramah, dll. Hasil analisis data dengan teknik korelasi *Spearman Rho* diperoleh hasil bahwa adanya hubungan negatif antara *trait agreeableness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Hal tersebut terlihat dari nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = -0,817 dan  $sig = 0,019$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya semakin tinggi *trait agreeableness* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin rendah *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya, semakin rendah *trait agreeableness* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin tinggi *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau.

Selaras dengan teori yang dikemukakan oleh Arnet (2007 dalam Santrock, 2012) bahwa ketika individu mulai memasuki usia dewasa maka individu memiliki kecenderungan hanya memperdulikan diri sendiri dan kurang melibatkan diri dalam kewajiban atau peran sosial di masyarakat seperti melaksanakan tugas serta berkomitmen dengan orang lain. Hal tersebutlah yang menggambarkan ketika mahasiswa mengalami tingkat *quarter-life crisis* yang tinggi maka karakteristik positif pada dimensi *agreeableness* bernilai rendah dan individu cenderung akan menampilkan sikap negatif terhadap orang lain.

Individu dengan skor rendah pada dimensi kepribadian *agreeableness* ketika menghadapi ketidakpastian akan masa depan yang menyebabkan kecemasan akan cenderung tidak kooperatif, penuh curiga, egois, dan tidak peduli. Sesuai dengan hal tersebut, individu yang berada pada fase *quarter-life crisis* pada tingkat tinggi cenderung menganggap lingkungan sosial berbahaya dan mengancam. Hal tersebut dipengaruhi oleh tekanan yang ia terima dari orang lain, serta mem-

iliki motivasi diri yang pasif, dan merasa terikat dengan tanggungjawab sebagai individu dewasa.

Temuan tersebut juga dipertegas oleh pendapat dari Robinson dkk., (2013) di mana ketika individu mengalami *quarter-life crisis* pada fase 1 : *locked in* individu merasakan perasaan ketidakberdayaan dan terjebak, tahap ini individu akan cenderung menilai kelompok sosial tidak sesuai dengan *value* dan kepribadiannya, sehingga menganggap lingkungan sosial tersebut berbahaya dan mengancam sehingga timbul kecenderungan untuk bersikap curiga, kasar, tidak ramah, dan manipulatif sesuai dengan karakteristik yang ditunjukkan skor rendah pada dimensi *agreeableness*.

Berdasarkan analisis data dengan teknik korelasi *Spearman Rho*, diketahui bahwa adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara dimensi kepribadian *conscientiousness* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = -0,198 dan sig = 0,013 ( $p < 0,05$ ). Oleh sebab itu, maka dinyatakan semakin tinggi kepribadian *conscientiousness* maka semakin rendah tingkat *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Sebaliknya, semakin rendah kepribadian *conscientiousness* maka semakin tinggi pula tingkat *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau.

Goldberg (1992) menjelaskan dimensi kepribadian *conscientiousness* mengacu pada individu yang memiliki kemampuan secara sistematis dalam perencanaan untuk mendapat tujuan yang telah ditetapkan. Individu yang berada pada fase *quarter-life crisis* akan mengalami kebimbangan dalam pengambilan keputusan sehingga mengalami kesulitan pada penetapan dan perencanaan untuk

mencapai tujuan (Robbins & Wilner, 2001). Hal tersebut memberi tekanan terhadap individu untuk membuat keputusan yang tepat dan perlu mempertimbangkan semua sisi sebelum memilih atau membuat suatu pilihan sehingga perencanaan yang dibuat cenderung tidak sistematis dan tidak konsisten.

McCrae dan Costa (dalam Feist & Feist, 2013) juga turut mengemukakan bahwa individu dengan skor *conscientiousness* tinggi adalah individu *hard worker*, disiplin, dan mampu bertahan. Sebaliknya, individu dengan skor rendah pada dimensi *conscientiousness* cenderung tidak teratur, pemalas, ceroboh, dan tidak memiliki tujuan, serta cenderung mudah menyerah ketika mulai menemukan kesulitan. Hal tersebut menggambarkan individu dengan skor rendah *conscientiousness* sangat mudah untuk merasakan putus asa ketika mengalami *quarter-life crisis*. Robbins & Wilner (2001) mengemukakan bahwa keputusan tersebut dilatarbelakangi oleh perasaan gagal dan tidak puas terhadap hasil yang didapatkan. Individu menghadapi ketakutan berada di bidang yang salah atau tidak cukup baik untuk menunjang kesuksesan dalam jangka panjang. Harapan dan impian yang semula terbentuk mulai terabaikan karena perasaan tidak mampu dan putus asa, terutama pada individu yang tidak memiliki relasi dan dukungan yang kuat sehingga sering meragukan kemampuan diri sendiri.

Berdasarkan analisis data dengan teknik korelasi *Spearman Rho*, diketahui bahwa adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara dimensi kepribadian *emotional stability* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = -0,481 dan sig = 0,000 ( $p < 0,05$ ). Oleh karena itu, hal tersebut menandakan bahwa semakin tinggi *trait emotional stability* pada mahasiswa tingkat akhir maka se-

semakin rendah *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya, semakin rendah *trait emotional stability* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin tinggi *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir.

Dimensi *emotional stability* menunjukkan tingkat kestabilan emosi yang dialami individu. Individu yang mendapat skor rendah pada dimensi ini cenderung mudah gelisah, murung, temperamental, mudah merasa iri, emosional, rewel, mudah cemburu, mudah tersinggung, gugup, tidak aman, penakut, mengasihani diri sendiri, dan tegang sehingga rentan menghadapi stress (Goldberg, 1992). Karakteristik tersebut menggambarkan individu yang mengalami *quarter-life crisis* pada tingkatan yang tinggi rentan akan ketidakstabilan emosi. Pada periode ini individu yang mengalami *quarter-life crisis* akan menghadapi berbagai perasaan negatif dan tekanan yang menyebabkan individu rentan terhadap stress dan peningkatan perasaan terjebak dan terlalu dibatasi karena perannya sebagai orang dewasa.

Menurut Robinson dkk., (2013) individu yang menghadapi *quarter-life crisis* yang berada pada fase *separation* akan mulai merasakan emosi seperti rasa bersalah, sedih, cemas, tidak percaya diri, dan kurang optimis hingga merasa pesimis pada diri sendiri. Hal tersebut disebabkan karena individu pada tahap ini cenderung mencoba untuk memisahkan diri atau melarikan diri dari tekanan atas perubahan peran dari remaja ke dewasa tersebut. Akibat dari penyembunyian identitas yang terjadi pada tahap 1 (*locked in*), individu pada tahap *separation* akan merasa kehilangan identitas dan jika belum mendapatkan identitas baru maka akan terjadi “kekosongan identitas” secara alami yang membuat individu merasa kebingungan, hal tersebutlah yang menjadi pemicu kecemasan dan disorientasi.

Berdasarkan analisis data dengan teknik korelasi *Spearman Rho*, diketahui bahwa adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara dimensi kepribadian *intellect* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = - 0,254 dan  $\text{sig} = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Oleh sebab itu, semakin tinggi *trait intellect* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin rendah *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya, semakin rendah *trait intellect* pada mahasiswa tingkat akhir maka semakin tinggi *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir.

Dimensi kepribadian atau *trait intellect* merujuk pada keterbukaan intelektual individu. Individu dalam dimensi ini dideskripsikan sebagai individu yang pandai, kreatif, kompleks, imajinatif, filosofis, artistik, mendalam, inovatif, dan mawas diri (Goldberg, 1992). Individu yang mengalami *quarter-life crisis* menghadapi tekanan dari berbagai aspek dan rentan terhadap kecemasan dan stress. Namun, individu yang berada pada tingkat dimensi *intellect* yang tinggi cenderung akan mudah menghadapi fase *quarter-life crisis* karena memiliki kemampuan untuk mengeksplor diri untuk keluar dari fase tersebut.

Individu dengan dimensi *intellect* yang tinggi akan mencoba berbagai cara untuk memperoleh pengalaman dan perspektif baru ketika mengalami *quarter-life crisis*. Sebaliknya, individu yang berada pada tingkat rendah dimensi *intellect* akan kesulitan dalam melakukan eksplorasi diri karena keterbukaan terhadap perubahan sehingga dalam prosesnya individu tidak mampu memperkirakan tujuan masa depan sehingga menyebabkan munculnya macam-macam reaksi emosi, mulai dari rasa percaya diri hingga perasaan ragu untuk mengembangkan diri yang

dapat menghambat masa depan. Hal tersebut juga terjadi karena hanya sebagian individu memikirkan resolusi atau perubahan pada tahap ini secara positif karena adanya konsep *individual difference* (Robinson dkk., 2013).

Penelitian ini memiliki beberapa kekurangan yaitu, pada penelitian ini data tidak semua berdistribusi normal sehingga hasil yang didapat pada penelitian ini tidak mewakili populasi secara keseluruhan melainkan hanya dapat menggambarkan kondisi yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Selain itu, penelitian ini mempunyai keterbatasan referensi karena jurnal-jurnal terkait hasil penelitian pada kedua variabel masih sangat terbatas. Namun, penelitian ini dianggap penting untuk dapat memahami hubungan *trait big five personality* terhadap *quarter-life crisis* yang banyak dan rentan dialami oleh individu dewasa awal khususnya pada mahasiswa tingkat akhir.

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Berpedoman pada hasil penelitian ini maka disimpulkan terdapat hubungan antara kepribadian *big five personality* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Riau. Adapun arah yang ditunjukkan dalam penelitian ini adalah pada kelima dimensi *big five personality* (*extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan *intellect*) memiliki arah negatif terhadap *quarter-life crisis*. Hal tersebut berarti semakin tinggi kelima *trait big five personality* (*extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan *intellect*), maka semakin rendah *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir. Sebaliknya, semakin rendah kelima *trait big five personality* (*extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan *intellect*), maka semakin tinggi *quarter-life crisis* yang dialami mahasiswa tingkat akhir.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan. berikut beberapa saran yang dapat peneliti berikan, yaitu:

a. Bagi Mahasiswa

Seluruh mahasiswa khususnya yang berada pada tingkat akhir atau pada akhir masa studi harus memahami bahwa fase *quarter-life crisis* merupakan hal yang pasti dan wajar untuk dialami oleh individu pada usia ini, sehingga perlu dilakukan beberapa persiapan secara fisik seperti berolahraga, mengonsumsi vitamin, serta memakan makan yang sehat dan

bergizi agar menciptakan tubuh dan sistem imun yang kuat ketika menghadapi perubahan pada tahap *emerging adulthood*. Selain persiapan secara fisik, mahasiswa juga perlu mempersiapkan diri secara mental ketika berada pada tahap *emerging adulthood* seperti mendekati diri pada Tuhan, melakukan eksplorasi dan evaluasi untuk mengenal diri sendiri lebih dalam, serta bekal ilmu pengetahuan guna meminimalisir dampak dan tekanan yang diberikan pada fase *quarter-life crisis* tersebut agar tercapai masa depan baik sesuai dengan harapan dan tujuan.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian yang akan dilaksanakan selanjutnya diharapkan peneliti dapat mengembangkan penelitian dengan mempertimbangkan variabel lain yang ikut memberi pengaruh terhadap individu pada fase *quarter-life crisis* atau dapat memperluas subjek penelitian yang tidak terbatas hanya pada mahasiswa tingkat akhir melainkan pada individu dewasa awal lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, I. (2012). *Terapi dengan pendekatan solution focused pada individu yang mengalami quarter life crisis*. Universitas Indonesia.
- Akhtar, H., & Azwar, S. (2018). Development and validation of a short scale for measuring big five personality traits: The IPIP-BFM-25 Indonesia. *Journal of Innovation in Psychology, Education and Didactics*, 22(2), 167–174. Retrieved from <http://ipip.ori.org/index.htm>
- Amalia, R., Suroso, & Pratitis, N. T. (2021). *Psychological well being, sel efficacy dan quarter-life crisis pada dewasa awal*. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Arnett, J. J. (2014). Emerging Adulthood. In *Emerging Adulthood*. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
- Atwood, J. D., & Scholtz, C. (2008). The quarter-life time period: An age of indulgence, crisis or both? *Contemporary Family Therapy*, 30(4), 233–250. <https://doi.org/10.1007/s10591-008-9066-2>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Reliabilitas dan validitas* (4th ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi* (2nd ed.). Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Bungin, B. (2017). *Metodeologi penelitian kuantitatif* (2nd ed.). Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Method Approaches* (5th ed., Vol. 3; H. Salmon, Ed.). California: SAGE Publication. Retrieved from <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>

- Febrinastri, F. (2019, June 18). Rentan Quarter Life Crisis, Milenial Dituntut Rasional Hadapi Realita - Bagian 1. Retrieved June 14, 2020, from Suara.com website: <https://www.suara.com/yoursay/2019/05/18/120000/rentan-quarter-life-crisis-milenial-dituntut-rasional-hadapi-realita>
- Feist, J., & Feist, G. J. (2013). *Teori kepribadian* (7th ed.). Jakarta: Salemba Humanika.
- Goldberg, L. R. (1992). The development of makers of the Big-Five factor structure. *Psychological Assessment*, 4(1), 26–42. Retrieved from <https://content.ebscohost.com/ContentServer.asp?T=P&P=AN&K=1992-25730-001&S=L&D=pdh&EbscoContent=dGJyMNHr7ESeqK84zdneyOLCmr1Cep rRSsK%2B4Sq6WxWXS&ContentCustomer=dGJyMO%2Fr8lPr1%2BeGud vmh%2FHq>
- Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 129. <https://doi.org/10.22146/gamajop.48948>
- Hayati, A. (2019). *Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan quarter-life crisis: Studi deskriptif pada mahasiswi Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi semester VIII tahun 2019* (UIN Sunan Gunung Djati Bandung). UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Bandung. Retrieved from <http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/23224>
- Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife crisis pada masa dewasa awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145–156. <https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.1036>
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan* (1st ed.). Jakarta: Kencana.
- King, L. A. (2010). *Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif* (2nd ed.). Jakarta: Salemba Humanika.

- King, L. A. (2012). *Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif* (2nd ed.). Jakarta: Salemba Humanika.
- King, L. A. (2014). *Psikologi umum, sebuah pandangan apresiatif* (2nd ed.; H. Rahayu, Ed.). Jakarta: salemba humanika.
- Kuntjojo. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Kediri: Pendidikan Bimbingan dan Konseling Univeritas Nusantara Kediri.
- Murphy, M. (2011). *Emerging adulthood in Ireland: Is the quarter-life crisis a common experience?* Dublin Institute of Technology.
- Mutiara, Y. (2018). *Gambaran quarterlife crisis pada mahasiswa BKI tingkat akhir*. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Muttaqien, F., & Hidayati, F. (2020). Hubungan self efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa fakultas psikologi universitas islam negeri maulana malik ibrahim malang angkatan 2015. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 05(01).
- Pandey, P., & Pandey, M. M. (2015). Research methodology: Tools and techniques. In *Consumption Culture in Europe: Insight into the Beverage Industry*. Romania: Bridge Center. <https://doi.org/10.4018/978-1-4666-2857-1.ch003>
- Pervin, L. A., Cervone, D., & John, O. P. (2010). *Psikologi kepribadian: Teori & Penelitian* (9th ed.). Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Robbins, A. (2004). *Conquering your quarterlife crisis: Advince from twentysomethings who have been there and survived* (1st ed.). New York: A Perigee Book. [https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/S1876-6102\(11\)01402-0](https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/S1876-6102(11)01402-0)
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife crisis : the unique challenges of life in your twenties*. New York: Penguin Putnam Inc. Retrieved from <http://www.amazon.com/dp/1585421065>

- Robinson, O. C. (2019). A Longitudinal Mixed-Methods Case Study of Quarter-Life Crisis During the Post-university Transition: Locked-Out and Locked-In Forms in Combination. *Emerging Adulthood*, 7(3), 167–179. <https://doi.org/10.1177/2167696818764144>
- Robinson, O. C., Wright, G. R. T., & Smith, J. A. (2013). The holistic phase model of early adult crisis. *Journal of Adult Development*, 20(1), 27–37. <https://doi.org/10.1007/s10804-013-9153-y>
- Santrock, J. . (2012). *Life-span development perkembangan masa-hidup* (13th ed.; N. I. Sallama, Ed.). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sivrikova, N. (2017). *Typology of experience of quarter-life crisis*. (April), 19–21. <https://doi.org/10.18007/gisap>
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitaif kualitatif dan R & D* (19th ed.). Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (19th ed.). Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Setiyawami, Ed.). Bandung: Alfabeta.
- 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*. UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG.
- Thorspecken, J. M. (2005). Quarterlife crisis: The unaddressed phenomenon. In A. George M. Kapalka, PhD (Ed.), *Proceedings of the Annual Conference of the New Jersey Counseling Association, "Research Papers"* (p. 145). Eatontown. Retrieved from <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.477.3573&rep=rep1&type=pdf#page=121>
- Thouless, R. H. (2000). *Pengantar psikologi agama (trans.)*. Jakarta: PT Raja

Grafindo Persada.

- Utami, S. A., Grasiawaty, N., & Akmal, S. Z. (2018). Hubungan Tipe Kepribadian Berdasarkan Big Five Theory Personality dengan Kebimbangan Karier pada Siswa SMA. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 11–18. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.629>
- Wilcox, L. (2013). *Psikologi Kepribadian: Analisis seluk-beluk kepribadian manusia* (2nd ed.; A. Halim, Ed.). Yogyakarta: IRCiSoD.
- Wood, D., Crapnell, T., Lau, L., Bennett, A., Lotstein, D., Ferriss, M., & Kuo, A. (2017). Emerging adulthood as a critical stage in the life course. In *Handbook of Life Course Health Development* (pp. 1–664). USA: Springer, Cham. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-47143-3>
- Xiao, J., Li, D., Jia, J., Wang, Y., Sun, W., & Li, D. (2019). The role of stressful life events and the big five personality traits in adolescent trajectories of problematic internet use. *Psychology of Addictive Behaviors*. <https://doi.org/10.1037/adb0000466>
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2011). *Teori kepribadian* (3rd ed.). Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.