

QUARTERLIFE CRISIS MAHASISWA BKI TINGKAT AKHIR



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagai Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1

Disusun oleh:

YENI MUTIARA
NIM. 13220104

Pembimbing

A. Said Hasan Basri, S. Psi., M.Si
NIP. 19750427 200801 1 008

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2018



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Marsda Adisucipto, Telp. 0274-515856, Yogyakarta 55281, E-mail: fd@uin-suka.ac.id

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Nomor: B-1421/Un.02/DD/PP.05.3/08/2018

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul:

Quarterlife Crisis Mahasiswa BKI Tingkat Akhir

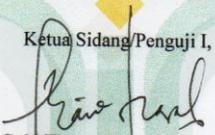
yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Yeni Mutiara
NIM/Jurusan : 13220104/BKI
Telah dimunaqasyahkan pada : Jumat, 25 Mei 2018
Nilai Munaqasyah : 96,00 (A)

dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

TIM MUNAQASYAH

Ketua Sidang/Penguji I,


A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
NIP 19750427 200801 1 008

Penguji II,


Dr. Hj. Casmini, M.Si.
NIP 19711005 199603 2 002

Penguji III,


Slamet, S.Ag, M.Si.
NIP 19691214 199803 1 002

Yogyakarta, 9 Agustus 2018

Dekan,




Dr. Nurjannah, M. Si
NIP 19600310 198703 2 001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Marsda Adisucipto, Telp. 0274-515856,
Yogyakarta 55282

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Yeni Mutiara
NIM : 13220104
Judul Skripsi : *Quarterlife Crisis* Mahasiswa BKI Tingkat Akhir

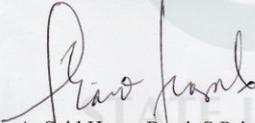
Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Ilmu Sosial.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

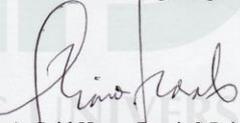
Wassalamualaikum wr.wb.

Yogyakarta, 23 Mei 2018

Mengetahui:
Ketua Program Studi


A. Said Hasan Basri, S.Psi, M.Si.
NIP. 19750427 200801 1 008

Pembimbing Skripsi


A. Said Hasan Basri, S.Psi, M.Si.
NIP. 19750427 200801 1 008

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

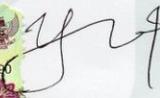
Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yeni Mutiara
NIM : 13220104
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: ***Quarterlife Crisis Mahasiswa BKI Tingkat Akhir*** adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang diambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 23 Mei 2018
Yang menyatakan,



eni Mutiara
NIM. 13220104

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN BERHIJAB

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Yeni Mutiara
NIM : 13220104
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan bahwa sesungguhnya saya tidak menuntut kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (atas pemakaian jilbab dalam ijazah strata satu saya). Seandainya suatu hari terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh penuh kesadaran dan Ridho Allah SWT.

Yogyakarta, 23 Mei 2018
Yang menyatakan,


Yeni Mutiara
NIM. 13220104

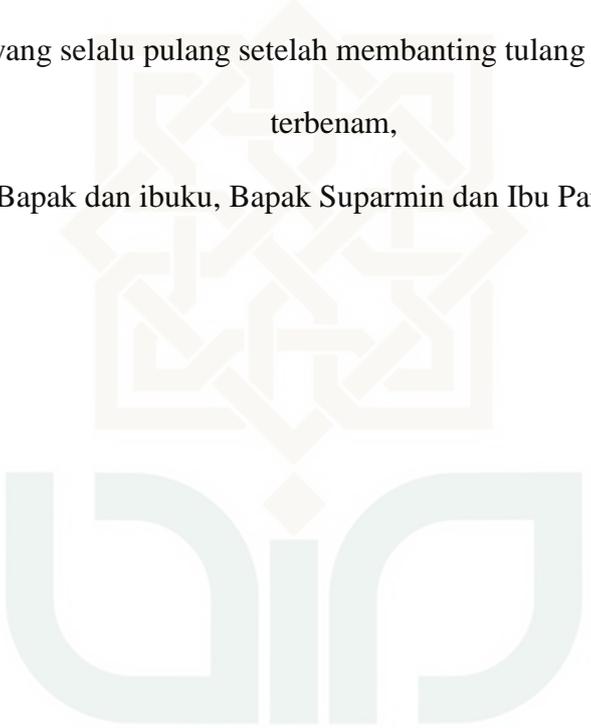
STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERSEMBAHAN

Karya ini tiada lain tiada bukan dipersembahkan kepada:

Perempuan yang sedari pagi merajut kain tenun selepas mendatangi riuhnya pasar
dan laki-laki yang selalu pulang setelah membanting tulang menjelang matahari
terbenam,

Bapak dan ibuku, Bapak Suparmin dan Ibu Partinah.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

“LIVE YOUR LIFE LIKE IT IS THE LAST DAY YOU LIVE!”¹

-Abby Wilner-



¹ Abby Wilner, https://www.goodreads.com/author/show/14361.Abby_Wilner diakses pada tanggal 13 Mei 2018 pada pukul 22.23.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *Quarterlife Crisis* Mahasiswa BKI Tingkat Akhir. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Atas bantuan dan kerjasamanya, peneliti ucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Drs.Yudian Wahyudi, M.A., Ph.D., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Hj. Nurjannah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak A. Said Hasan Basri, S.Psi, M.Si., selaku ketua prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, sekaligus dosen pembimbing skripsi yang dengan telaten dan sabar membantu peneliti menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Seluruh dosen dan karyawan prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan, bantuan dan pelayanan administrasi.
5. Mahasiswa BKI tingkat akhir yang telah bersedia menjadi responden penelitian ini
6. Mbak Inayah Agustin atas tesis yang telah dibuatnya, juga kerelaannya memberikan referensi untuk penelitian ini. Tanpa beliau karya sederhana ini tidak akan tercipta.
7. Muhammad Husain Maulana, teman diskusi tentang segala hal, hidup yang perlu ditertawakan, dunia persilatan yang kejam, juga tentang masa depan yang penuh dengan ketidakpastian. Pokoknya Terimakasih sudah membuat penulis berani menantang nasib!
8. Keluarga besar alumni kos WPK yang saling mendukung tanpa banyak kata-kata sanjung.
9. Teman-teman kuliah, Vivi Rizki Nurmala, Nadia Fauzia, Isna Izzayati, Zakka Nurlatifah Hasanah, Syamsul Maarif, Ariska Ayu Dianingrum, Maulidia Nurul Izzati, Dhesi Marhaenai, dan teman-teman BKI lainnya,yang turut menempa peneliti untuk menjadi dewasa. Mari tetap berteman dengan biasa saja, sampai kapan saja.
10. Keluarga besar P3S (Paguyuban Pengajar Pinggir Sungai), relawan dan anak-anak yang hebat! Yang mengajarkan saya untuk selalu berbuat baik meskipun pada akhirnya akan “sia-sia”.

Semua pihak yang tidak mungkin peneliti sebutkan satu-persatu. Tentunya semua kebaikan yang diberikan kepada peneliti sangat membantu peneliti dalam berproses menjadi manusia, termasuk pada tahap menyelesaikan skripsi ini. Semoga segala bantuannya akan terbalas dengan kebaikan. Sekali lagi terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 13 Mei 2018

Peneliti

Yeni Mutiara



ABSTRAK

YENI MUTIARA, “*Quarterlife Crisis* Mahasiswa BKI Tingkat Akhir”, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018.

Quarterlife crisis adalah suatu respon emosional yang ditandai dengan munculnya perasaan panik, tidak berdaya, ketidakstabilan, kebimbangan karena banyaknya pilihan, cemas, tertekan, bahkan frustrasi, yang dialami oleh individu pada rentang usia 18-29 tahun, terutama ketika akan atau baru menyelesaikan pendidikan di bangku kuliah dan menghadapi *real world* yang penuh tantangan dan tuntutan yakni *fresh graduate* dan juga mahasiswa tingkat akhir. Disini peneliti menemukan bahwa mahasiswa BKI memiliki satu penempatan yang menarik. Dalam hal ini mahasiswa BKI adalah yang sering dihadapkan pada persoalan *problem solving* atas klien, masalah psikologis dalam kependidikan, dan kajian yang detail pada hal-hal yang menyangkut perkembangan kejiwaan individu. Sehingga apakah hal tersebut akan membantunya untuk terhindar dari *quarterlife crisis*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana *quarterlife crisis* mahasiswa BKI tingkat akhir, serta untuk mengetahui bagaimana mahasiswa tersebut dalam menghadapi *quarterlife crisis*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa BKI tingkat akhir. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *nonprobability sampling*, berarti tidak semua populasi memiliki kesempatan yang sama. Lebih khususnya yakni menggunakan jenis *sampling* kuota dengan 50 sampel. Analisis data dilakukan dengan pendekatan kuantitatif melalui analisis deskriptif, dan menggunakan kualitatif melalui analisis hasil wawancara. Hal tersebut dilakukan karena penelitian ini merupakan penelitian campuran (*mix methods*).

Berdasarkan hasil perhitungan statistik bahwa sebanyak 82% mahasiswa BKI tingkat akhir mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang. Sedangkan menurut hasil wawancara upaya kecil yang dilakukan setiap individu dalam menghadapi *quarterlife crisis* meliputi mendekatkan diri kepada sang pencipta, berbagi perasaan dengan orang lain, beraktivitas sebanyak-banyaknya, mencari *link* untuk karir ke depannya, dan mengevaluasi diri dengan menyendiri.

Kata Kunci: *Quarterlife Crisis*, Mahasiswa BKI Tingkat Akhir

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
SURAT PERNYATAAN BERHIJAB	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I: PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Kajian Pustaka	8
BAB II: LANDASAN TEORI.....	13
A. Pengertian <i>Quarterlife Crisis</i>	13

B. Dimensi <i>Quarterlife Crisis</i>	14
C. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Quarterlife Crisis</i>	19
D. Strategi Menghadapi <i>Quarterlife Crisis</i>	24
E. <i>Quarterlife Crisis</i> dalam Perspektif BKI	28
F. Kerangka Berpikir	31
G. Hipotesis	33
BAB III: METODOLOGI PENELITIAN	34
A. Jenis Penelitian	34
B. Identifikasi Variabel	35
C. Definisi Operasional	36
D. Langkah-langkah Penelitian	36
E. Populasi, Sampel, dan Sumber Data	38
F. Teknik Pengumpulan Data	40
1. Kuesioner	40
2. Wawancara	41
3. Dokumentasi	42
G. Instrumen Penelitian	42
1. Skala	42
2. Lembar Wawancara	45
H. Uji Instrumen Penelitian	45
1. Pelaksanaan Uji Coba	45
2. Hasil Uji Coba	46
I. Teknik Analisis Data	49

1. Analisis Data Kuantitatif	49
2. Analisis Data Kualitatif	51
J. Kisi-kisi Alat Ukur Setelah Uji Coba	53
BAB IV: HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN	54
A. Gambaran Umum Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta	54
B. Gambaran Umum mahasiswa BKI Tingkat Akhir	57
C. Persiapan Penelitian	58
D. Pelaksanaan Penelitian	59
E. Hasil Analisis Data.....	60
1. Analisis Statistik Deskriptif	60
2. Uji Hipotesis	62
3. Analisis Hasil Wawancara.....	63
F. Pembahasan	66
G. Implikasi Penelitian dalam BKI	76
BAB V: PENUTUP	78
A. Kesimpulan	78
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN-LAMPIRAN	84

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional Penelitian	36
Tabel 2. Kisi-kisi Skala <i>Quarterlife Crisis</i>	43
Tabel 3. Hasil Uji Coba Validitas Skala <i>Quarterlife Crisis</i>	47
Tabel 4. Hasil Uji Coba <i>Alfa Cronbach</i>	49
Tabel 5. Kisi-kisi Skala <i>Quarterlife Crisis</i> Setelah Uji Coba	53
Tabel 6. Distribusi Frekuensi <i>Quarterlife Crisis</i>	61
Tabel 7. Distribusi Kategorisasi <i>Quarterlife Crisis</i>	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Langkah Metode Kombinasi Model *Sequential Explanatory* 37



DAFTAR LAMPIRAN

1. Instrumen Uji Coba.....	85
2. Data Input Uji Coba Skala	89
3. Hasil Uji Reliabilitas Skala	93
4. Instrumen Penelitian.....	95
5. Data Input Skala Penelitian.....	99
6. Panduan Wawancara	102
7. Daftar Riwayat Hidup	103

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia memiliki tahap perkembangan paling kompleks dalam rentang kehidupannya. Mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, hingga lanjut usia. Setiap tahap perkembangan tersebut memiliki karakteristik, kecenderungan, serta tuntutan berbeda-beda yang harus dipenuhi oleh individu. Tidak terkecuali pada fase masa remaja yang seringkali dianggap sebagai periode perkembangan individu yang paling penting dan menentukan dalam rentang perkembangannya. Bahkan ada yang menyebut sebagai masa usia bermasalah, masa perubahan, masa individu mencari identitas diri, masa *unrealism*, dan masa menuju kedewasaan.¹ Pada tahap ini individu mengalami perubahan kecenderungan dan tuntutan dari yang mulanya dalam masa anak-anak menjadi masa remaja.

Seiring berakhirnya batas perkembangan masa remaja, tugas dan tuntutan individu pun semakin rumit karena akan memasuki tahap perkembangan selanjutnya, yaitu masa dewasa. Di penghabisan masa remaja ini individu berada pada posisi yang dilematis, Satu sisi individu merasa sudah mencapai masa remaja yang matang namun di sisi lain, dirinya juga belum cukup siap untuk menjadi dewasa seutuhnya. Hal ini tercermin dari individu

¹ Sri Yulia Sari, "Tinjauan Perkembangan Psikologi Manusia pada Usia Kanak-Kanak dan Remaja", *Primary Educational Journal (PEJ)*, (2017), hal. 48. Diakses dari <http://pej.ftk.uinjambi.ac.id/index.php/PEJ/index> pada tanggal 2 Januari 2018.

yang belum siap memiliki usaha atas pencapaian karir yang tepat, melangsungkan pernikahan dan mempunyai anak. Arnett memperkenalkan periode di antara masa remaja dan dewasa tersebut dengan istilah *emerging adulthood* atau masa transisi yang harus dipersiapkan individu dengan baik untuk bekal menuju masa dewasa. Oleh karenanya pada periode ini individu akan menerima tuntutan baik keterampilan atau pengetahuan tertentu sebagai persiapan untuk menjadi individu yang dewasa.²

Respon setiap individu terhadap tugas dan tuntutan pada masa *emerging adulthood* tersebut berbeda-beda. Bagi individu yang mempersiapkan dirinya dengan purna, akan melewati masa *emerging adulthood* dengan mudah dan merasa siap untuk menjadi dewasa. Namun sebagian yang lain merasa periode ini merupakan masa yang sulit dan penuh kegelisahan. Individu merasa tidak mampu mengatasi tantangan-tantangan dan juga perubahan-perubahan yang terjadi pada masa *emerging adulthood*. Hal ini kemudian memunculkan krisis emosional atau respon yang negatif dari dalam diri individu. Krisis ini oleh Robins dan Wilner disebut dengan *quarterlife crisis*. *Quarterlife crisis* merupakan fenomena yang dialami oleh individu sebagai respon terhadap munculnya ketidakstabilan, perubahan yang terus menerus, banyaknya pilihan, dan juga rasa panik akibat tidak berdaya.³ Ketidakstabilan tersebut membuat individu sering merasa cemas, tak berdaya, tetapi juga percaya diri pada waktu yang hampir sama. Tidak jarang seseorang dapat begitu optimis pada satu jam

² Tanner, J.L, Arnett, J.J, Leis, J.A, "Emerging Adulthood: Learning and Development During the First Stage of Adulthood", *Chapter 2, Handbook of Research on Adult Development and Learning*, (2008), hlm. 34.

³ Alexandra Robbins, Abby Wilner, *Quarterlife crisis: The Unique Challenges Of Life In Your Twenties*, (New York: Tarcher Penguin, 2001), hlm. 3.

yang lalu, dan satu jam kemudian berubah menjadi murung karena merasa sendiri.

Quarterlife crisis dapat menyebabkan berbagai macam tekanan dan kecemasan tertentu meliputi kebimbangan atas pencapaian karir, peluang finansial, meningkatnya persaingan antar anggota dalam suatu kelompok, maraknya isu-isu psikologi, serta ketakutan menjalin hubungan, sehingga menimbulkan respon *stress*, cemas, bahkan depresi.⁴ Agung Setiyo Wibowo dalam bukunya *Mantra Kehidupan, Refleksi Melewati Fresh Graduate Syndrome dan Quarter-Life Crisis* mengulas beberapa kisah *quarterlife crisis* yang dialami oleh beberapa individu. Seperti seseorang berinisial Delima yang mencurahkan isi hatinya:

“Belakangan kegalauanku memuncak. Bingung, resah, menyayat hati sampai ke tulang sumsum. Aku kok seperti remah remah tak bernilai. Ada atau tidaknya aku sama sekali belum memberikan dampak yang signifikan bagi orang-orang di sekitarku. Aku masih jauh dari apa yang namanya sukses. Beberapa temanku sudah ada yang memiliki *start up* dengan ratusan karyawan”.⁵

Sepenggal kisah Delima tersebut memberi gambaran bagaimana kondisi seseorang ketika sedang mengalami *quarterlife crisis*. Ada perasaan gelisah, pesimis, rendah, tak berdaya, juga gambaran yang berlebihan atas kelemahan kondisi dirinya yang belum banyak melakukan sesuatu.

⁴ Black Allison, “Halfway Between Somewhere And Nothing: An Exploration Between Quarterlife-Crisis And Life Satisfaction Among Graduate Student”, *ProQuest Dissertations And Theses (PQDT)*, (2010), hlm. 18.

⁵ Agung Setiyo Wibowo, *Mantra Kehidupan, Refleksi Melewati Fresh Graduate Syndrome dan Quarter-Life Crisis*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2017), hlm. 151.

Kondisi di atas menunjukkan bahwa *quarterlife crisis* memang menyerang siapa saja yang memasuki masa *emerging adulthood* yakni pada kisaran usia 18-29 tahun, terutama individu yang akan atau baru menyelesaikan masa belajar di perguruan tinggi. Robins dan Wilner menyebutnya sebagai masa transisi dari dunia akademis atau *academic world* kepada dunia yang sebenarnya atau *real world*, dimana individu akan diruihkan dengan pertanyaan tentang bagaimana masa depannya dan apa yang telah atau belum dilakukannya di masa sekarang yang berpengaruh untuk masa depannya.⁶

Proses pencarian jawaban atas semua pertanyaan tersebut kemudian membuat individu menghadapi berbagai tantangan, dimana dari tantangan tersebut individu berusaha mencari solusi untuk mengatasinya. Namun dari sekian usaha pemecahan masalah, tidak semua individu memilih pemecahan masalah yang tepat. Hal ini sedikit banyak dapat dilihat dari maraknya kasus bunuh diri dikalangan mahasiswa, seperti yang telah dikabarkan oleh beberapa media pemberitaan di Indonesia. Salah satunya yaitu Jawa Pos yang mewartakan pada bulan Oktober lalu seorang mahasiswa semester akhir salah satu universitas perguruan tinggi swasta di Yogyakarta ditemukan tewas gantung diri di kamar kosnya.⁷ Terdapat pula seorang mahasiswa yang mengakhiri hidupnya dengan terjun dari lantai tiga sebuah kamar kos di

⁶ Allison, "*Halfway Between Somewhere And Nothing: An Exploration Between Quarterlife-Crisis And Life Satisfaction Among Graduate Student*", hlm. 18.

⁷ Admin Radar Jogja, "Mahasiswa Semester Akhir Ditemukan Gantung Diri", <http://www.radarjogja.co.id/mahasiswa-semester-akhir-ditemukan-gantung-diri/>, diakses pada tanggal 13 November 2017 pukul 13.41.

Bandung. Besar dugaan penyebab kasus bunuh diri tersebut adalah dikarenakan depresi.⁸

Menilik tragedi di atas, maka fenomena *quarterlife crisis* sangat penting untuk diketahui secara serius oleh semua individu terkhusus mahasiswa yang berada pada rentang *emerging adulthood*, agar kemudian menjadi lebih siap dalam menghadapi masa sulit tersebut. Mahasiswa sebagai seorang terpelajar yang dihadapkan pada keilmuan dan pembelajaran atas praktek dari teori yang dikaji di kampus menempati posisi yang dinamis dalam menempuh perjalanan akademiknya sampai tuntas. Mahasiswa dihadapkan pada rentang waktu tertentu dalam menempuh pendidikannya sampai selesai, seperti mahasiswa strata 1 yang rentang waktunya dari 3,5 tahun sampai 7 tahun. Dalam hal menuju akhir akademiknya, mahasiswa sering dihadapkan pada persoalan pilihan antara mencari pekerjaan, melanjutkan studi, hubungan asmara, sampai peran sosialnya kepada orang lain.

Tidak sedikit mahasiswa yang mengalami dilema sampai depresi seperti yang telah disinggung di atas. Dari berbagai macam mahasiswa dan jurusan atau akademiknya, peneliti menemukan bahwa mahasiswa BKI memiliki satu penempatan yang menarik. Dalam hal ini mahasiswa BKI adalah yang sering dihadapkan pada persoalan *problem solving* atas klien, masalah psikologis dalam kependidikan, dan kajian yang detail pada hal-hal yang menyangkut perkembangan kejiwaan individu. Salah seorang mahasiswa BKI berinisial YZ

⁸ Assifa, Farid (ed), "Mahasiswa Unpar Tewas Loncat dari Kamar Kos Lantai Tiga", <http://regional.kompas.com/read/2014/11/30/12222871/mahasiswa.unpar.tewas.loncat.dari.kamar.kos.lantai.tiga> diakses pada tanggal 13 November 2017 pukul 13.50.

mengatakan bahwa dalam prodinya sendiri tersebut tidak menutup kemungkinan juga akan mengalami fase *quarterlife crisis*, meskipun panduan terkait upaya mengatasinya secara umum dan islami memang sedikit banyak sudah pernah dipaparkan, tetapi YZ juga pernah mengalami satu kondisi yang dilematis terkait akademik yang tak kunjung tuntas serta kekhawatiran karir dan tuntutan lain setelah lulus.⁹ Meskipun jurusan BKI sendiri telah berupaya menyiapkan calon alumninya untuk menghadapi kehidupan setelah lulus kuliah, seperti adanya pembekalan calon alumni yang berupa workshop, dibentuknya media komunikasi melalui media sosial, *job expo*, serta penerbitan kartu anggota alumni.¹⁰ Di sini nampak terjadi perbedaan cara pandang yang membuat peneliti ingin mengkaji lebih jauh bagaimana sebenarnya *quarterlife crisis* pada mahasiswa BKI. Tentu dengan penjelasan yang lebih detail dan komprehensif.

Selanjutnya, pokok utama *quarterlife crisis* yang dihadapi mahasiswa konseling tersebut bisa menjadi satu telaah bersama, baik keberhasilan maupun hasil lain dari kerangka penelitian yang nantinya akan dikerjakan. Menjadi penting karena kajian mendalam mengenai *quarterlife crisis* belum banyak tersentuh. Hasil penelitian tersebut pada nantinya juga akan membantu kajian lebih lanjut mengenai *quarterlife crisis* sebagai persoalan yang serius. Sehingga penjelasan detail mengenai bagaimana mahasiswa BKI dalam

⁹ Wawancara tidak langsung dengan salah satu mahasiswa BKI angkatan 2012 pada tanggal 24 Oktober 2017.

¹⁰ Wawancara tidak langsung dengan ketua program studi BKI pada tanggal 12 Desember 2017.

menghadapi *quarterlife crisis* bisa dijelaskan dengan baik, lengkap, dan dengan panduan alat ukur yang bisa dipertanggungjawabkan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah yang dikaji dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat *quarterlife crisis* pada mahasiswa BKI tingkat akhir?
2. Bagaimana strategi mahasiswa BKI tingkat akhir menghadapi *quarterlife crisis*?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui *quarterlife crisis* pada mahasiswa BKI tingkat akhir
2. Mengetahui bagaimana upaya mahasiswa BKI tingkat akhir dalam menghadapi *quarterlife crisis*

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memiliki manfaat yang baik, diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Memperkaya penelitian yang telah ada serta menambah pengetahuan dan keilmuan tentang *quarterlife crisis* yang dialami oleh mahasiswa BKI tingkat akhir dan bagaimana mahasiswa tersebut dalam menghadapi *quarterlife crisis*.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada mahasiswa BKI tentang fenomena yang banyak dihadapi pada mahasiswa tingkat akhir yaitu *quarterlife crisis*, sehingga kemudian pada akhirnya mahasiswa BKI dan juga pihak-pihak terkait dapat memahami penanganan yang tepat bagi individu menghadapi *quarterlife crisis*.

E. Kajian Pustaka

Kajian pustaka ini berkaitan dengan kajian teoritis dan referensi lain yang relevan dengan kajian yang diteliti, sehingga peneliti dapat menemukan gambaran bagaimana penelitian dengan topik yang sama dan kemudian akan dijadikan sebagai bahan rujukan. Di sisi lain kajian pustaka juga digunakan untuk menghindari terjadinya plagiasi. Banyak penelitian yang mengkaji tentang *quarterlife crisis* dengan variabel yang berbeda-beda. Namun berdasarkan eksplorasi peneliti terdapat beberapa penelitian yang relevan dan juga menjadi penguat dalam penelitian ini, diantaranya:

Penelitian pertama, yakni penelitian yang dilakukan oleh Black Allison dengan judul "*Halfway Between Somewhere and Nothing*": *An Exploration of The Quarter- Life Crisis and Life Satisfaction Among Graduate Students*. Pada penelitian tersebut dipaparkan tentang beberapa pengalaman seseorang pada masa seperempat abadnya yakni pada usia 18-29 tahun, terutama tentang permasalahan *quarterlife crisis* dan *life satisfaction* atau kepuasan dalam hidupnya serta faktor-faktor yang mempengaruhi. Lebih spesifik penelitian ini didesain untuk mengidentifikasi *stressor* yang biasa terjadi pada *graduate*

student, respon emosional terhadap *quarterlife crisis*, juga *life satisfaction*, dan program serta penanganan yang tepat untuk menyiapkan individu pada saat menempuh gelar magister atau ketika menempuh gelar sarjana S-1. Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa pada beberapa intitusi seperti University of Arkansas Fayetteville, University of Kansas, Colorado State University. Penelitian yang menggunakan metode *mix methods* (metode kualitatif dan kuantitatif) ini menghasilkan beberapa penemuan diantaranya:

1. Faktor-faktor yang mendukung *quarterlife crisis* adalah perubahan hubungan interpersonal, pekerjaan dan finansial, masalah akademik, serta identitas diri
2. Respon emosional yang muncul selama *quarterlife crisis* adalah bimbang, cemas, frustrasi, gelisah, terpuaskan
3. Program dan pelayanan untuk *undergraduate* adalah penyiapan akademik, berjejaring dengan fakultas, serta pembelajaran *softskill*
4. Program dan pelayanan untuk *graduate* adalah dukungan fakultas dan mentoring, dukungan intitusi pendidikan, terjalannya hubungan sosial yang baik.¹¹

Kemudian juga terdapat sebuah tesis dari fakultas psikologi, Universitas Indonesia yang disusun oleh Inayah Agustin yakni berjudul Terapi dengan Pendekatan *Solution-Focused* pada Individu yang Mengalami *Quarterlife crisis*. Subyek dalam penelitian ini adalah individu yang berusia 22-29 tahun dan sedang mengalami *quarterlife crisis*. Desain penelitian ini

¹¹ Black Allison, "Halfway Between Somewhere And Nothing: An Exploration Between Quarterlife-Crisis And Life Satisfaction Among Graduate Student", *ProQuest Dissertations And Theses (PQDT)*, (2010).

menggunakan *quasi eksperimental one group before and after study*, dengan pengukuran yang dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif. Penelitian ini memberikan salah satu alternatif solusi dalam menghadapi *quarterlife crisis*, yakni melalui terapi dengan pendekatan *solution-focused*, yang mana dalam penelitian ini pelaksanaan intervensi tersebut efektif dalam mengurangi perasaan negatif sebagai akibat dari *quarterlife crisis*.¹²

Selanjutnya adalah sebuah tesis dari Universitas Denver yang ditulis oleh Jennifer Herold Olson-Madden. Olson-Madden meneliti tentang *Correlates and Predictors Life Satisfaction Among 18 to 35-Years Olds: An Exploration of The "Quarterlife crisis" Phenomenom*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat hubungan dan prediktor dalam kepuasan hidup seseorang yang ditinjau dari fenomena *quarterlife crisis*. Penelitian ini didesain untuk memahami lebih baik faktor yang paling berkontribusi pada kepuasan hidup seseorang ketika mengalami *quarterlife crisis* terutama individu yang berusia 18-35 tahun, yang juga merupakan subyek dalam penelitian ini. Metode penelitian yang digunakan yakni dengan metode *survey* serta melalui analisis regresi berganda. Dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa tiga variabel demografis seperti umur, gender, dan ras tidak berpengaruh dalam memprediksi kebahagiaan hidup seseorang. Sedangkan perasaan beragama, status pelajar, rencana hidup, status hubungan, status karir, dan uang merupakan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kebahagiaan seseorang. Selain itu pada penelitian tersebut juga ditemukan

¹² Inayah Agustin, *Terapi Dengan Pendekatan Solution- Focused Pada Individu Yang Mengalami Quarterlife crisis*, (Jakarta:Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, 2012)

bahwa kelompok usia 18-26 tahun lebih memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih baik dibanding kelompok usia yang lebih tua. Namun secara keseluruhan Olson-Madden mengungkapkan jika *stressor* memang lebih sering muncul pada periode tersebut, baik kelompok usia 18-26 tahun ataupun 27-35 tahun, dibanding pada periode lainnya.¹³

Penelitian berikutnya yaitu tesis yang ditulis oleh Mairead Murphy. Seorang mahasiswa jurusan ilmu sosial, Institut Teknologi Dublin. Murphy mengkaji tentang *Emerging Adulthood In Ireland: Is The Quarterlife crisis A Common Experience?*. Penelitian ini dikaji dengan pendekatan kualitatif melalui wawancara individu. Mairead Murphy dalam tesis tersebut mengeksplorasi pengalaman-pengalaman anak muda yang berusia antara 18-28 tahun di Ireland untuk membuktikan adanya krisis yang biasa terjadi pada usia tersebut, atau yang dikenal dengan *quarterlife crisis*, yang juga secara akademik masa transisi itu disebut periode *emerging adulthood*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *emerging adulthood* merupakan masa yang penuh tantangan, dan untuk beberapa orang dipenuhi dengan krisis. *Stressor* yang umum adalah hubungan interpersonal, kehidupan yang mapan, isu-isu finansial, dan juga identitas diri.¹⁴

Meskipun penelitian tersebut dijadikan rujukan bagi berlangsungnya penelitian ini, namun sudah tentu dalam kesemuanya itu terdapat perbedaan

¹³ Jennifer Herold Olson- Madden, "Correlates and Predictors Life Satisfaction Among 18 to 35-Years Olds: An Exploration of The "*Quarterlife crisis*" Phenomenom", Dissertation for Doctor of Philosophy, University of Denver, *Proquest Dissertations And Theses*, (2007).

¹⁴ Mairead murphy, "Emerging Adulthood In Ireland: Is The *Quarterlife crisis* A Common Experience?", (Ireland: Department of Sosial Science, Dublin Institute of Technology, 2011)

dan persamaan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah semua sepakat bahwa *quarterlife crisis* merupakan isu yang penting dan harus terus menerus dikaji. Sedangkan perbedaannya yakni terletak pada variabel, metode penelitian, serta subjek dan objek penelitiannya. Sehingga dapat dikatakan bahwa penelitian ini adalah orisinal karena belum ada penelitian yang mengkaji tentang *quarterlife crisis* pada mahasiswa BKI tingkat akhir, baik penelitian yang dilakukan di kampus UIN Sunan Kalijaga sendiri maupun kampus-kampus lainnya di Indonesia.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan sebelumnya dapat diketahui bahwa sebanyak 82% mahasiswa BKI tingkat akhir mengalami *quarterlife crisis* tingkat sedang. Upaya yang dilakukan setiap individu dalam menghadapi *quarterlife crisis* meliputi mendekati diri kepada sang pencipta, berbagi perasaan dengan orang lain, beraktivitas sebanyak-banyaknya, mencari link untuk karir ke depannya, dan mengevaluasi diri dengan menyendiri.

B. Saran-saran

Jika melihat dari hasil penelitian yang telah dibahas di atas, maka penulis dapat mengajukan beberapa saran berikut ini:

1. Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Upaya yang dilakukan oleh prodi kepada calon alumni memang sudah ada, hanya saja program tersebut kurang dimaksimalkan dengan matang, hal tersebut dapat dilihat dari kurang meratanya informasi terkait program tersebut. Misalnya saja dari 8 responden yang diwawancarai dalam penelitian ini tidak mengetahui upaya apa yang dilakukan oleh jurusannya terkait penyiapan setelah lulus, sehingga manfaat yang timbul dari upaya tersebut kurang terasa. Selain itu terdapat beberapa rekomendasi program yang bisa dipersiapkan bagi mahasiswa semester akhir, diantaranya:

- a. Konseling untuk mahasiswa semester akhir. Hal ini berguna untuk membantu mahasiswa yang masih merasa dirinya terombang ambing agar dapat menemukan dan mengetahui jati dirinya, serta potensi yang dimilikinya. Sehingga pada akhirnya dirinya dapat memilih karir yang tepat. Selain itu konseling juga dapat meringankan beban yang biasanya dipikul pada mahasiswa semester akhir.
- b. Pelatihan softskill konseling yang lebih banyak lagi, karena semua responden yang diwawancari mengaku bahwa softskill konselingnya belum maksimal sehingga membuatnya segan untuk terjun di dunia BK.

2. Bagi Mahasiswa

Penting bagi mahasiswa untuk mengetahui *quarterlife crisis* dan bagaimana cara menaklukkannya dengan membaca jurnal, artikel, atau buku-buku terkait hal tersebut. Adapun saran dari penulis bagi mahasiswa dalam menaklukan *quarterlife crisis* diantaranya:

- a. Jangan malu mengikuti terapi atau konseling jika merasa diri sendiri tidak sanggup menanggungnya sendiri
- b. Berusaha mengenali diri sendiri
- c. Berhenti membandingkan diri sendiri dengan orang lain karena semua orang pasti akan mendapatkan hasil dari usahanya masing-masing meskipun waktunya berbeda-beda
- d. Percaya bahwa apa yang dilakukan saat ini akan berdampak besar bagi kehidupan mendatang.

e. Meningkatkan prestasi akademik, karena menurut penelitian yang dilakukan oleh A.Said Hasan Basri bahwa semakin baik prestasi akademik individu akan semakin kecil juga kecemasannya dalam menghadapi dunia kerja.

3. Bagi Peneliti

Hendaknya lebih jeli dalam menganalisis kondisi awal subjek penelitian, karena akan berdampak pada hipotesis yang kurang tepat. Hal ini terbukti dalam hasil penelitian ini. Analisis data tidak sesuai dengan hipotesis yang telah dirumuskan.

DAFTAR PUSTAKA

- Admin, “Profil Fakultas Dakwah”, <http://dakwah.uin-suka.ac.id/program-studi/bimbingan-dan-konseling-islam/>, diakses pada tanggal 10 April 2018 pukul 14.58.
- Admin Radar Jogja, “Mahasiswa Semester Akhir Ditemukan Gantung Diri”, <http://www.radarjogja.co.id/mahasiswa-semester-akhir-ditemukan-gantung-diri/>, diakses pada tanggal 13 November 2017 pukul 13.41.
- Agustin, Inayah, “Terapi Dengan Pendekatan *Solution- Focused* Pada Individu Yang Mengalami *Quarterlife crisis*”, *Tesis*, Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, 2012.
- Allison, Black, “Halfway Between Somewhere And Nothing: An Axploation Between Quarterlife- Crisis And Life Satisfaction Among Graduate Student”, Master of Education, University of Arkanas, *ProQuest Dissertations And Theses (PQDT)* UMI 1484631, 2010.
- Arikuntoro, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2013.
- Arnett, Jeffrey Jensen, “Emerging Adulthood: The Winding Road From The Late Teens”, *Handbook Of Research On Adult Development And Learning*. 2008, Ttp.
- , “Emerging Adulthood: *The Winding Road From The Late Teens Through The Twenties*, New York: Oxford University Press, 2004.
- Assifa, Farid (ed), “Mahasiswa Unpar Tewas Loncat dari Kamar Kos Lantai Tiga”, <https://www.jawapos.com/radarjoga/read/2017/10/05/17657/mahasiswa-semester-akhir-ditemukan-gantung-diri> diakses pada tanggal 13 November 13.50.
- Basri, A. Said Hasan, “Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Dunia Kerja”, *Jurnal PMI*, Vol. Xii, No. 1, September 2014.
- , “The Name of Bimbingan Konseling Islam”, <http://prodibki.blogspot.co.id/2016/08/the-name-of-bimbingan-konseling-islam.html>, diakses pada tanggal 10 April 2018 pukul 15.19.

- Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penulisan Kualitatif*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Fischer, Kristen, *Ramen Noodles, Rent, and Resumes: An After Collage Guide to Life*, United States of America: Super Collage, LLC, 2010.
- Hamdi, Asep Saepul, dan E. Baharuddin, *Metode Penelitian Kuantitatif Aplikasi dalam Pendidikan*, Yogyakarta: Deepublish, 2014.
- Murphy, Mairead, "Emerging Adulthood In Ireland: Is The *Quarterlife crisis* A Common Experience?", Thesis, Department of Sosial Science, Dublin Institute of Technology, 2011.
- Nash, Robert J, Murray, Michele C, "Helping College Students Find Purpose: The Campus Guide To Meaning-Making", *Journal of Language, Culture, and Communication*, Vol. 4, 2012.
- Noor, Juliansyah, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Kencana Prenamedia Group, 2011.
- Olson-Madden, Jennifer Herold, "Correlates and Predictors Life Satisfaction Among 18 to 35-Years Olds: An Exploration of The "*Quarterlife crisis*" Phenomenom", *ProQuest Dissertations And Theses (PQDT)* UMI 3278560, 2007.
- Robbins, Alexandra dan Wilner, Abby, *Quarterlife crisis: The Unique Challenges Of Life In Your Twenties*, New York: Tarcher Penguin, 2001.
- S, Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta, 2004.
- Sari, Sri Yulia, Tinjauan Perkembangan Psikologi Manusia pada Usia Kanak-Kanak dan Remaja, *Primary Educational Journal (PEJ)*, 2017. Diakses dari <http://pej.ftk.uinjambi.ac.id/index.php/PEJ/index> pada tanggal 2 Januari 2018.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*, Bandung: Alfabeta, 2013.
- , *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2012.
- , *Metode Penulisan Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2013.
- , Sugiyono, *Statistika untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta, 2012.

Tanner, J.L., Arnett, J.J., Leis, J.A., “Emerging Adulthood: Learning and Development During the First Stage of Adulthood”, Chapter 2 (pp. 34-67), In M.C Smith & N. DeFrates-Densch (Eds), *Handbook of research on adult development and learning*, Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum, 2008.

Wibowo, Agung Setiyo, *Mantra Kehidupan, Refleksi Melewati Fresh Graduate Syndrome dan Quarter- Life Crisis*, Jakarta: Elex Media Komputindo, 2017.





LAMPIRAN-LAMPIRAN

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

INSTRUMEN UJI COBA

IDENTITAS DIRI

Silahkan anda mengisi identitas diri terlebih dahulu:

Nama/Inisial :

Jenis Kelamin :

Semester/Angkatan :

Umur :

Petunjuk Pengisian Skala

Skala ini bertujuan untuk mengukur tingkat *Quarterlife Crisis* pada mahasiswa BKI tingkat akhir. Pada skala ini terdapat 56 pernyataan. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia dari setiap pernyataan yang menurut anda sesuai dalam menggambarkan pandangan dan perasaan anda saat ini. Berilah tanda (✓) pada salah satu alternatif jawaban. Berilah pilihan jawaban yang tersedia:

SS : Sangat sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak sesuai

STS : Sangat tidak sesuai

Semua jawaban yang anda pilih akan diterima dan sangat berharga, sehingga anda diharapkan untuk menjawab semua pertanyaan yang ada.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Terkadang saya memikirkan tentang kecemasan-kecemasan dalam hidup saya, namun hal tersebut tidak membuat saya merasa panik, putus asa, dan <i>stress</i>				
2	Orang-orang disekitar saya turut berperan dalam keberhasilan saya				
3	Sulit bagi saya untuk membuat keputusan, dan walaupun keputusan itu sudah saya ambil, saya				

	masih kerap mempertanyakannya				
4	Apa yang saya lakukan saat ini, saya yakin pada nantinya akan membawa manfaat untuk kepentingan orang banyak				
5	Ketika keputusan yang saya ambil tidak sesuai dengan keinginan orangtua saya, saya berani memberi pengertian kepada mereka				
6	Hidup saya saat ini sebegini besar berjalan tidak seperti yang dulu saya pikirkan				
7	Sepertinya saya tahu apa yang saya inginkan, tetapi saya tidak tahu apa yang harus dilakukan				
8	Saya yakin atas keputusan yang saya ambil, dan saya juga siap atas resiko yang menyertainya				
9	Saya merasa tidak termotivasi, serta kuarir, dan gelisah karena tidak memiliki arah tujuan dalam hidup saya				
10	Saya sudah merencanakan apa yang harus saya lakukan setelah lulus kuliah				
11	Saya yakin suatu saat saya mampu menemukan arah dan tujuan hidup saya				
12	Memikirkan suatu kecemasan yang belum terjadi menurut saya adalah hal sia-sia				
13	Saya termasuk orang yang mudah beradaptasi dengan segala keadaan, sehingga saya tidak cemas dengan segala perubahan-perubahan yang terjadi				
14	Untuk pertama kalinya saya merasa sudah demikian tua dan tidak menghasilkan apa-apa dalam hidup				
15	Saya tidak rendah diri melihat kelebihan orang lain				
16	Saya sering dibuat cemas melihat banyak sarjana yang menganggur dan bekerja tidak sesuai dengan keinginan dan kemampun yang mereka miliki				
17	Saya masih bingung apa yang harus saya kerjakan setelah menyelesaikan kuliah				
18	Saya sadar tidak semua yang saya pelajari ketika kuliah langsung terasa manfaatnya				
19	Saya berpikir bahwa melanjutkan sekolah/studi adalah cara yang tepat mengingat saya tidak tahu apa yang menjadi tujuan hidup saya				
20	Saya merasakan ada perasaan bersalah setiap kali saya mengeluhkan soal hidup saya atau merasa bahwa saya telah mengecewakan banyak orang terutama orangtua saya				
21	Kebimbangan, kebingungan, dan kecemasan				

	dalam hal karir di masa depan adalah hal yang sering saya alami				
22	Saya sudah mandiri secara finansial, sehingga saya merasa tidak terlalu membebani orangtua saya				
23	Waktu berjalan begitu cepat dan saya masih belum mampu memutuskan karir yang tepat, serta kapan saya menikah, dan mempunyai anak.				
24	Pekerjaan yang sesuai dengan jurusan saya bukanlah prioritas utama dan bukan satu-satunya pekerjaan yang harus saya capai				
25	Sampai sejauh ini saya merasa tidak mendapatkan apa-apa dari jurusan atau studi yang saya ambil				
26	Ketika saya terus menerus memikirkan kehidupan saya, sangat mungkin sekali saya akan merasa panik dan cemas				
27	Ketika menghadapi masalah dan kesulitan saya berpikir bahwa seberat apapun hal tersebut pada akhirnya pasti akan berlalu				
28	Saya sering membandingkan diri saya dengan orang lain seumuran saya dan hal itu membuat saya merasa tidak setara dengan mereka				
29	Sehari- harinya saya sering merasakan kecemasan yang berlebihan, tertekan, sia-sia, dan bahkan sedikit putus asa				
30	Dengan mudahnya saya merasa gagal hanya karena saya tidak mengetahui apa yang saya inginkan dalam hidup				
31	Mampu memprioritaskan kebutuhan yang berguna untuk masa depan adalah keahlian saya				
32	Saya merasa malu dan tidak berguna karena tidak kunjung mampu mengetahui tujuan hidup saya				
33	Saya tahu apa yang saya inginkan dan saya tahu bagaimana cara untuk mendapatkannya				
34	Tinggal bersama orangtua dan mengandalkan sebagian besar kebutuhan saya kepada mereka adalah situasi yang membebani saya				
35	Saya merasa bahwa saya adalah orang yang bisa diandalkan ketika terjadi masalah dalam keluarga				
36	Saya merasakan adanya tekanan atau pengharapan yang demikian besar untuk meraih dan/ atau mencapai sesuatu dalam hidup saya				
37	Saya tidak perlu berlarut-larut memikirkan tujuan hidup saya				
38	Tekanan untuk menjadi dewasa dan menjalani				

	hidup layaknya orang dewasa adalah hal yang saya rasakan dan sangat mengganggu saya				
39	Saya tidak menghabiskan waktu untuk berpikir tentang sesuatu di luar kendali saya				
40	Saya bisa mengatasi tekanan dari luar yang menginginkan saya untuk segera bekerja dan menikah				
41	Hubungan percintaan, putus dari kekasih, atau ketidakmampuan untuk memperoleh pasangan sering membuat saya sedih dan tertekan				
42	Pada akhirnya saya akan menerima dengan begitu saja atas pasangan hidup yang dipilih oleh orang tua saya				
43	Saya mampu mengatasi masa-masa sulit saya dalam hubungan percintaan				
44	Belum mendapatkan pasangan hidup hingga saat ini bukanlah masalah yang serius bagi saya				
45	Saya bisa belajar dari kegagalan dan kesalahan yang saya alami				
46	Sampai sejauh ini saya merasa belum mengetahui kelebihan yang saya miliki sehingga saya belum bisa mengembangkan diri secara tepat				
47	Saya menganalisa diri saya sendiri dengan cara berlebihan				
48	Ketika harus menghadapi pilihan-pilihan yang saya tahu akan mempengaruhi sisa hidup saya di masa depan, saya merasa tertekan				
49	Saya merasa keyakinan diri saya perlu ditingkatkan lagi				
50	Biasanya saya selalu menemukan cara untuk menumbuhkan semangat				
51	Tuntutan untuk menyelesaikan kuliah tidak menghalangi saya untuk terus melakukan aktivitas lain yang sesuai dengan hobi saya				
52	Saya bisa menabung secara berkala untuk mengatasi masalah finansial saya				
53	Saya merasa tidak stabil secara finansial, karena saya tidak bisa mengelolanya dengan baik				
54	Keberhasilan teman-teman saya justru membuat saya termotivasi				
55	Saya beranggapan, orang-orang terdekat saya akan bangga mengenal saya dalam hidup mereka				
56	Saya merasa mendapat tekanan melihat banyak kawan saya yang sukses dan berhasil				

***Terimakasih*

➤ Aitem 1-28

DATA INPUT UJI COBA <i>QUARTERLIFE CRISIS</i>																												
No. Res	Butir Pernyataan																											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
1	1	1	2	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2
2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3
3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2
4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2
5	1	1	2	1	1	3	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	3	3	3	1	2	4	1	3
6	1	1	4	2	1	4	3	0	2	2	2	2	1	4	2	3	3	2	4	4	3	3	2	1	2	2	2	2
7	1	1	3	1	1	3	3	2	1	3	1	1	1	4	1	3	3	2	4	4	3	4	3	2	2	2	1	3
8	1	1	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	1	3	1	4	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3
9	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3
10	1	1	2	1	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3
11	3	2	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3
12	2	1	4	3	2	4	4	2	4	3	2	1	3	4	2	3	4	1	2	3	3	4	4	1	3	4	2	2
13	4	1	3	2	2	4	3	2	3	2	2	1	2	4	2	4	3	2	4	4	3	3	4	1	2	4	2	4
14	2	1	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2
15	2	1	2	1	1	4	2	1	2	3	2	1	2	2	1	4	3	2	4	2	3	1	4	1	3	4	1	2
16	1	2	4	1	2	4	3	2	3	2	1	1	3	3	2	4	4	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3
17	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	4	2	1	2	2	2	2
18	2	1	3	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3
19	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	0	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2
20	2	1	4	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	1	2	3	2	2

21	2	2	4	2	1	4	4	2	2	1	1	2	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3
22	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2
23	2	1	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	1	2
24	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2
25	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	
26	2	1	3	1	2	4	3	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	1	2
27	2	1	3	1	2	4	3	1	2	2	1	3	2	3	2	3	4	2	3	2	2	4	3	2	1	3	2	3
28	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	2	3	1	3
29	2	3	3	2	1	3	4	2	3	3	2	3	2	2	2	4	3	2	2	3	4	3	4	2	2	3	2	2
30	1	1	3	3	2	4	4	2	2	2	2	3	2	3	3	1	2	1	1	4	4	4	3	2	3	3	2	3
31	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	3	1	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2
32	2	2	3	2	2	4	4	3	3	3	2	2	3	4	3	4	4	1	2	4	4	4	4	1	1	3	1	3
33	2	1	3	1	2	4	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2
34	3	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	1	1	2	2	1	3	2	3	2	3	1	1	2	1
35	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2
36	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3
37	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2
38	3	1	4	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	4	2	1	2	4	3	3	3	1	2	3	1	4
39	3	1	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2
40	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3

YOGYAKARTA

➤ Aitem 29-56

DATA INPUT UJI COBA <i>QUARTERLIFE CRISIS</i>																														
No. Res	Butir Pernyataan																													
	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	Skor	
1	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	3	2	1	2	2	2	4	2	3	3	2	2	2	2	2	115
2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	138
3	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	116
4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	121
5	2	2	2	2	1	3	2	2	1	3	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	4	1	2	3	4	1	2	2	107	
6	1	1	3	1	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2	114	
7	1	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	1	1	1	1	2	1	4	2	2	4	1	2	3	4	2	2	2	126	
8	4	2	1	2	2	4	2	4	1	4	1	2	2	4	2	1	1	3	4	4	4	2	3	2	2	2	2	1	3	131
9	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	126
10	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	128
11	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	135
12	1	3	4	3	3	3	4	3	2	2	2	1	2	2	1	1	3	4	2	3	4	3	2	1	3	2	3	1	145	
13	4	4	2	2	2	4	3	4	1	4	2	2	2	3	2	1	1	4	3	3	4	1	4	2	3	1	2	4	151	
14	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	118	
15	2	2	2	2	2	4	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	4	1	3	3	3	1	2	2	116	
16	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	142	
17	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	3	4	2	3	1	122	
18	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	122	
19	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	118	

20	3	2	2	2	2	4	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	3	4	2	2	3	3	2	2	2	127	
21	2	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	2	135	
22	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	120	
23	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	4	2	2	3	3	2	2	2	118	
24	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	132	
25	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	120	
26	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	1	1	1	3	2	3	4	2	1	1	3	1	2	2	115	
27	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	1	4	2	2	2	2	2	127	
28	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	1	1	2	2	3	3	4	2	2	4	3	2	2	2	131	
29	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	1	2	2	3	2	141	
30	3	3	2	2	2	4	2	4	3	4	3	1	1	2	2	1	1	4	2	3	4	1	2	4	2	2	3	4	141	
31	2	1	1	1	1	3	1	2	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	3	1	1	1	2	1	2	2	97	
32	2	2	3	3	3	4	3	3	2	4	3	1	2	3	2	2	2	3	4	4	4	3	2	4	4	3	2	3	158	
33	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	125	
34	1	1	2	1	1	3	2	2	3	2	2	1	1	3	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	96
35	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	122	
36	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	122	
37	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	121	
38	4	3	3	3	3	3	1	4	3	4	3	3	4	4	4	4	1	3	3	4	4	2	3	3	4	1	1	4	160	
39	2	2	2	1	1	4	1	4	1	3	2	2	3	4	1	2	2	3	4	2	4	1	2	3	3	2	2	2	135	
40	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	145	

HASIL UJI RELIABILITAS SKALA *QUARTERLIFE CRISIS*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.920	39

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_3	89.15	159.823	.529	.917
Item_4	90.23	164.179	.335	.919
Item_5	90.02	165.871	.260	.920
Item_6	89.02	161.871	.371	.919
Item_7	89.30	155.908	.742	.915
Item_8	90.08	160.687	.577	.917
Item_9	89.75	159.321	.610	.916
Item_10	89.83	165.225	.332	.919
Item_13	89.78	164.487	.332	.919
Item_14	89.30	159.805	.525	.917
Item_16	89.13	159.702	.493	.918
Item_17	89.50	161.436	.455	.918
Item_20	88.98	164.179	.369	.919
Item_21	89.20	160.985	.581	.917
Item_22	89.02	162.230	.370	.919
Item_23	89.15	159.310	.589	.917
Item_26	89.30	160.779	.498	.918
Item_28	89.43	159.943	.606	.916
Item_29	89.73	161.999	.416	.919
Item_30	89.73	159.076	.653	.916
item_31	89.60	162.759	.448	.918
Item_32	89.73	160.051	.591	.917
Item_33	89.85	161.515	.627	.917
Item_34	88.93	163.969	.330	.919
Item_36	89.05	162.408	.445	.918
Item_38	89.30	161.138	.477	.918
Item_39	89.70	165.241	.286	.920

Item_41	90.08	163.046	.424	.918
Item_42	89.63	161.676	.391	.919
Item_43	89.98	165.256	.226	.921
Item_44	90.10	165.169	.246	.921
Item_46	89.40	158.195	.637	.916
Item_47	89.60	161.323	.542	.917
Item_48	89.50	158.462	.706	.915
Item_50	90.00	165.026	.302	.920
Item_51	89.88	161.497	.510	.918
Item_53	89.40	163.067	.341	.920
Item_54	90.13	167.394	.214	.920
Item_56	89.73	160.051	.555	.917



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

INSTRUMEN PENELITIAN

IDENTITAS DIRI

Silahkan anda mengisi identitas diri terlebih dahulu:

Nama/Inisial :

Jenis Kelamin :

Semester/Angkatan :

Umur :

Petunjuk Pengisian Skala

Skala ini bertujuan untuk mengukur tingkat Quarterlife Crisis pada mahasiswa BKI tingkat akhir. Pada skala ini terdapat 56 pernyataan. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia dari setiap pernyataan yang menurut anda sesuai dalam menggambarkan pandangan dan perasaan anda saat ini. Berilah tanda (✓) pada salah satu alternatif jawaban.

Berilah pilihan jawaban yang tersedia:

SS : Sangat sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak sesuai

STS : Sangat tidak sesuai

Semua jawaban yang anda pilih akan diterima dan sangat berharga, sehingga anda diharapkan untuk menjawab semua pertanyaan yang ada.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Sulit bagi saya untuk membuat keputusan, dan walaupun keputusan itu sudah saya ambil, saya masih kerap mempertanyakannya				
2	Apa yang saya lakukan saat ini, saya yakin pada nantinya akan membawa manfaat untuk kepentingan orang banyak				
3	Ketika keputusan yang saya ambil tidak sesuai dengan keinginan orangtua saya, saya berani memberi pengertian kepada mereka				
4	Hidup saya saat ini sebgain besar berjalan tidak				

	seperti yang dulu saya pikirkan				
5	Sepertinya saya tahu apa yang saya inginkan, tetapi saya tidak tahu apa yang harus dilakukan				
6	Saya yakin atas keputusan yang saya ambil, dan saya juga siap atas resiko yang menyertainya				
7	Saya merasa tidak termotivasi, serta kuatir, dan gelisah karena tidak memiliki arah tujuan dalam hidup saya				
8	Saya sudah merencanakan apa yang harus saya lakukan setelah lulus kuliah				
9	Saya termasuk orang yang mudah beradaptasi dengan segala keadaan, sehingga saya tidak cemas dengan segala perubahan-perubahan yang terjadi				
10	Untuk pertama kalinya saya merasa sudah demikian tua dan tidak menghasilkan apa-apa dalam hidup				
11	Saya sering dibuat cemas melihat banyak sarjana yang menganggur dan bekerja tidak sesuai dengan keinginan dan kemampun yang mereka miliki				
12	Saya masih bingung apa yang harus saya kerjakan setelah menyelesaikan kuliah				
13	Saya merasakan ada perasaan bersalah setiap kali saya mengeluhkan soal hidup saya atau merasa bahwa saya telah mengecewakan banyak orang terutama orangtua saya				
14	Kebimbangan, kebingungan, dan kecemasan dalam hal karir di masa depan adalah hal yang sering saya alami				
15	Saya sudah mandiri secara finansial, sehingga saya merasa tidak terlalu membebani orangtua saya				
16	Waktu berjalan begitu cepat dan saya masih belum mampu memutuskan karir yang tepat, serta kapan saya menikah, dan mempunyai anak.				
17	Ketika saya terus menerus memikirkan kehidupan saya, sangat mungkin sekali saya akan merasa panik dan cemas				
18	Saya sering membandingkan diri saya dengan orang lain seumuran saya dan hal itu membuat saya merasa tidak setara dengan mereka				
19	Sehari- harinya saya sering merasakan kecemasan yang berlebihan, tertekan, sia-sia, dan bahkan sedikit putus asa				
20	Dengan mudahnya saya merasa gagal hanya karena saya tidak mengetahui apa yang saya				

	inginkan dalam hidup				
21	Mampu memprioritaskan kebutuhan yang berguna untuk masa depan adalah keahlian saya				
22	Saya merasa malu dan tidak berguna karena tidak kunjung mampu mengetahui tujuan hidup saya				
23	Saya tahu apa yang saya inginkan dan saya tahu bagaimana cara untuk mendapatkannya				
24	Tinggal bersama orangtua dan mengandalkan sebagian besar kebutuhan saya kepada mereka adalah situasi yang membebani saya				
25	Saya merasakan adanya tekanan atau pengharapan yang demikian besar untuk meraih dan/ atau mencapai sesuatu dalam hidup saya				
26	Tekanan untuk menjadi dewasa dan menjalani hidup layaknya orang dewasa adalah hal yang saya rasakan dan sangat mengganggu saya				
27	Saya tidak menghabiskan waktu untuk berpikir tentang sesuatu di luar kendali saya				
28	Hubungan percintaan, putus dari kekasih, atau ketidakmampuan untuk memperoleh pasangan sering membuat saya sedih dan tertekan				
29	Pada akhirnya saya akan menerima dengan begitu saja atas pasangan hidup yang dipilih oleh orang tua saya				
30	Saya mampu mengatasi masa-masa sulit saya dalam hubungan percintaan				
31	Belum mendapatkan pasangan hidup hingga saat ini bukanlah masalah yang serius bagi saya				
32	Sampai sejauh ini saya merasa belum mengetahui kelebihan yang saya miliki sehingga saya belum bisa mengembangkan diri secara tepat				
33	Saya menganalisa diri saya sendiri dengan cara berlebihan				
34	Ketika harus menghadapi pilihan-pilihan yang saya tahu akan mempengaruhi sisa hidup saya di masa depan, saya merasa tertekan				
35	Biasanya saya selalu menemukan cara untuk menumbuhkan semangat				
36	Tuntutan untuk menyelesaikan kuliah tidak menghalangi saya untuk terus melakukan aktivitas lain yang sesuai dengan hobi saya				
37	Saya merasa tidak stabil secara finansial, karena saya tidak bisa mengelolanya dengan baik				
38	Keberhasilan teman-teman saya justru membuat saya termotivasi				

39	Saya merasa mendapat tekanan melihat banyak kawan saya yang sukses dan berhasil				
----	---------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

*****Terimakasih*****



DATA INPUT SKALA PENELITIAN <i>QUARTERLIFE CRISIS</i>																																										
No. Res	Butir Pernyataan																																					skor total				
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38		39			
1	1	1	2	3	1	1	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	1	3	4	2	3	4	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	94
2	2	3	4	3	1	2	3	1	2	2	4	2	2	1	3	2	4	1	3	2	2	2	2	4	4	4	4	4	1	4	1	1	2	2	1	4	1	4	1	4	96	
3	2	3	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	3	2	2	2	2	74		
4	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	81	
5	2	2	3	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	4	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	115
6	2	2	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	3	102	
7	3	1	4	3	3	2	2	2	4	4	2	4	4	3	2	3	3	1	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	112
8	2	1	4	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	127
9	2	2	3	4	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	2	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	4	101	
10	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	106
11	1	1	4	2	1	2	1	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	93
12	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	102
13	1	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	90
14	1	2	4	2	1	1	2	1	1	1	2	3	3	1	4	2	1	2	3	1	4	1	4	4	4	2	4	1	1	1	3	4	2	1	1	3	1	2	3	1	2	85
15	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	1	66
16	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	78
17	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	100	
18	2	1	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	102	
19	1	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	3	3	3	2	1	2	2	4	2	2	3	1	3	3	3	3	2	91		
20	1	2	4	4	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	1	2	1	4	3	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	87	
21	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	91
22	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	91

23	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	95			
24	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	87			
25	1	2	2	2	1	3	1	2	1	3	1	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	3	2	71		
26	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	90			
27	2	1	4	3	1	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	89		
28	2	2	3	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	79		
29	2	1	4	3	1	1	3	2	2	2	2	3	2	4	2	3	2	1	2	2	2	1	3	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	79	
30	1	1	4	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	2	3	2	2	3	1	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	1	3	2	2	83		
31	2	1	3	3	1	1	2	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	2	2	3	1	4	4	2	3	2	1	4	2	1	1	4	1	1	4	1	1	99		
32	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	84		
33	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	79		
34	2	1	3	4	2	3	2	2	4	4	4	3	3	3	2	3	4	2	2	2	2	2	3	4	3	3	2	1	1	2	3	2	3	2	2	4	1	2	100		
35	1	1	3	2	2	2	1	1	3	2	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	1	3	2	1	2	2	1	1	4	1	3	77		
36	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	3	2	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	79
37	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	46	
38	1	1	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	4	3	1	1	3	1	2	1	2	1	1	1	1	3	4	3	1	2	2	1	4	4	1	3	2	1	78		
39	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	103		
40	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	98	
41	3	2	4	4	2	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	2	1	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	4	2	3	3	2	3	2	1	110		
42	2	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	3	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	3	1	2	68		
43	2	1	3	4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	3	2	2	112		
44	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	1	1	2	1	3	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	77		
45	1	4	4	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	3	1	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	1	4	122	
46	1	3	3	2	1	3	2	3	4	2	3	3	2	4	2	3	2	1	2	2	2	2	4	4	2	3	2	2	2	4	3	2	2	2	3	2	2	4	98		
47	1	2	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	84		

48	1	2	2	3	1	1	1	1	3	3	1	2	2	4	2	2	3	2	1	2	1	2	3	4	3	3	1	1	1	4	2	3	2	1	1	4	1	1	79	
49	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	89	
50	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	95



PANDUAN WAWANCARA

- 1) Apa yang kamu rasakan jika berbicara dan memikirkan tentang karirmu? Dan mengapa kamu merasa seperti itu?
- 2) Apa yang kamu rasakan jika berbicara dan memikirkan tentang situasi finansialmu? Apa yang membuat kamu merasa seperti itu?
- 3) Apa yang kamu rasakan jika berbicara dan memikirkan tentang kuliahmu? Apa yang membuat kamu merasa seperti itu?
- 4) Apakah jurusan/universitasmu turut membantu menyiapkan dirimu setelah lulus?
Jika iya, apa upaya jurusanmu dalam membantu menyiapkan hal tersebut?
Jika tidak, apa yang membuatmu berpikir demikian?
- 5) Apa yang kamu rasakan jika berbicara dan memikirkan tentang hubungan percintaan dengan seseorang? Apa yang membuat kamu merasa seperti itu?
- 6) Apa yang kamu rasakan jika berbicara dan memikirkan tentang hubunganmu dengan keluargamu? Apa yang membuat kamu merasa seperti itu?
- 7) Apa yang kamu rasakan jika berbicara dan memikirkan tentang hubunganmu dengan teman-temanmu? Apa yang membuat kamu merasa seperti itu?
- 8) Seberapa sering kamu memikirkan masa depanmu? Dan apa yang kamu rasakan ketika memikirkannya?
- 9) Bagaimana upayamu dalam menghadapi kecemasan-kecemasan terkait hal-hal yang telah disebutkan di atas?

Riwayat Hidup

A. Identitas Diri

Nama : Yeni Mutiara
Tempat/tanggal lahir : Simbaretno, 6 Juni 1995
Alamat : Desa Tanjung Rejo, Kecamatan Negri Katon,
Kabupaten Pesawaran, Provinsi Lampung.
Nama Ayah : Suparmin
Nama Ibu : Partinah
E-mail : yenimutiara220@gmail.com
Facebook : yeni mutiara

B. Riwayat Pendidikan

1. SDN 1 Tanjung Rejo, tahun lulus 2007
2. MTS Diniyyah Putri Lampung, tahun lulus 2010
3. MAN 1 Model Bandar Lampung, tahun lulus 2013

C. Pengalaman Organisasi

1. Anggota divisi buletin BOM-F Mitra Ummah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2014
2. Bendahara II BOM-F Seni dan Budaya, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, tahun 2015
3. Ketua Rumah Baca Turunan, Paguyuban Pengajar Pinggir Sungai Codhe, tahun 2016