

**QUARTER LIFE CRISIS PADA EMERGING ADULTHOOD DITINJAU
DARI KELEKATAN AMAN ORANG TUA**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam
Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun Oleh:

AFIDAH ILHAMA FIKRI

NIM 19107010023

Pembimbing:

Denisa Apriliawati, S.Psi.,M.Res

NIP. 19900407 20193 2 014

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

2023



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-683/Un.02/DSH/PP.00.9/07/2023

Tugas Akhir dengan judul : Quarter Life Crisis pada Emerging Adulthood ditinjau dari kelekatan aman orang tua

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AFIDAH ILHAMA FIKRI
Nomor Induk Mahasiswa : 19107010023
Telah diujikan pada : Jumat, 16 Juni 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res.

SIGNED

Valid ID: 64af5a7fbd47



Penguji I

Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi,

SIGNED

Valid ID: 64ae83e60f65a



Penguji II

Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi.

SIGNED

Valid ID: 64ab592d1198c



Yogyakarta, 16 Juni 2023

UIN Sunan Kalijaga

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.

SIGNED

Valid ID: 64b0bae2760bc

Pernyataan Keaslian Penelitian

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah:

Nama : Afidah Ilhama Fikri

NIM : 19107010023

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi ini saya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila dikemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi karya orang lain, maka saya bersedia di tindak sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 21 Juni 2023

Yang menyatakan



Afidah Ilhama Fikri

NIM. 19107010023

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : Persetujuan Skripsi

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Afidah Ilhama Fikri

NIM : 19107010023

Judul Skripsi : *Quarter Life Crisis pada Emerging Adulthood* ditinjau dari Kelekatan Aman Orang Tua

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta,
Pembimbing

Denisa Apriliawati, S.Psi., M.Res
NIP. 19900407 201903 2 014

QUARTER LIFE CRISIS PADA EMERGING ADULTHOOD DITINJAU DARI KELEKATAN AMAN ORANG TUA

Intisari

Quarter life crisis merupakan suatu krisis emosi yang kerap terjadi pada fase peralihan dari remaja menuju dewasa atau disebut dengan *emerging adulthood*. Krisis ini identik dengan adanya perasaan terjebak, bingung akan kepastian masa depan, ragu dengan pilihan yang diambil serta merasa terancam akan berbagai tekanan yang dirasakan. Maka dari itu pentingnya individu memiliki bekal untuk menghadapi krisis agar tidak terlalu lama terjebak, dalam hal ini dukungan keluarga juga dapat membantu individu mengatasi krisis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan aman orang tua terhadap *quarter life crisis* pada individu yang sedang berada pada tahap *emerging adulthood*. Adapun subjek dalam penelitian ini berjumlah 192 responden dengan kriteria usia 18 hingga 29 tahun. Data dalam penelitian ini dikumpulkan menggunakan skala alat ukur yaitu skala kelekatan aman orang tua yang mengadopsi dari IPPA (*Inventory of Parent and Peer Attachment*) yang disusun oleh Amrden dan Greenberg pada tahun 1987 dan diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh peneliti serta skala *quarter life crisis* yang disusun sendiri oleh peneliti. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan teknik *accidental sampling* dan metode analisis data menggunakan analisis regresi linear berganda untuk hipotesis mayor dan minor. Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa hipotesis mayor diterima yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan aman orang tua dengan *quarter life crisis* yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat kelekatan aman orang tua maka akan semakin rendah tingkat *quarter life crisis*, begitu pula sebaliknya. Pada analisis ini peneliti juga menambahkan variabel demografi yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, tempat tinggal, status hubungan romantis, status pernikahan orang tua dan kondisi orang tua. Namun setelah ditambahkan variabel demografi, hasil menunjukkan hanya faktor usia yang memiliki hubungan signifikan dengan *quarter life crisis*. Selanjutnya, untuk hipotesis minor dalam penelitian ini adalah melihat hubungan antar aspek kelekatan aman orang tua yaitu kepercayaan, komunikasi dan keterasingan terhadap *quarter life crisis* dan ditemukan hasil bahwa hanya keterasingan dan komunikasi yang memiliki pengaruh terhadap *quarter life crisis*.

Kata Kunci : *Kelekatan Aman Orang Tua, Quarter Life Crisis, Emerging Adulthood*

QUARTER LIFE CRISIS IN EMERGING ADULTHOOD VIEWED FROM PARENT'S SECURE ATTACHMENT

Abstract

Quarter life crisis is an emotional crisis that often occurs in the transition phase from adolescence to adulthood or is called emerging adulthood. This crisis is synonymous with a feeling of being trapped, confused about the certainty of the future, doubtful about the choices taken and feeling threatened by the various pressures that are felt. Therefore it is important for individuals to have the provisions to deal with crises so that they are not trapped for too long, in this case family support can also help individuals overcome crises. This study aims to determine the relationship between parental secure attachment to quarter life crises in individuals who are in the emerging adulthood stage. The subjects in this study amounted to 192 respondents with age criteria of 18 to 29 years. The data in this study were collected using a measuring instrument scale, namely the safety attachment scale of adopting parents from IPPA (Inventory of Parent and Peer Attachment) compiled by Amrdsen and Greenberg in 1987 and translated into Indonesian by researchers as well as the quarter life crisis scale which compiled by the researchers themselves. The sample in this study was taken using the accidental sampling technique and the data analysis method used multiple linear regression analysis for the major and minor hypotheses. The results of this study found that the major hypothesis was accepted, namely that there was a significant negative relationship between parental secure attachment and quarter life crisis, which means that the higher the level of secure attachment of parents, the lower the level of quarter life crisis, and vice versa. In this analysis the researcher also added demographic variables, namely age, gender, education, occupation, place of residence, romantic relationship status, parents' marital status and parents' condition. However, after adding the demographic variables, the results show that only the age factor has a significant relationship with the quarter life crisis. Furthermore, for the minor hypothesis in this study is to look at the relationship between aspects of parental attachment, namely trust, communication and alienation to the quarter life crisis and found results that only alienation and communication has an influence on the quarter life crisis.

Key words : *Secure Attachment, Quarter Life crisis, Emerging Adulthood*

HALAMAN MOTTO

Musuh yang paling berbahaya di atas dunia ini adalah penakut dan bimbang.
Teman yang paling setia, hanyalah keberanian dan keyakinan yang teguh.

-Andrew Jackson-

Jangan takut jatuh, karena yang tidak pernah memanjatlah yang tidak pernah
jatuh.

-Hamka-



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat, hidayat serta nikmat yang tiada hentinya memberikan kemudahan bagi penulis untuk dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.

Rasa hormat serta cinta saya persembahkan kepada Bapak dan Ibuk yang senantiasa tanpa lelah selalu memberi dukungan, semangat, kasih sayang serta hiburan dalam setiap sisi kehidupan saya. Tak lupa juga kepada kedua kakak saya yang telah memberikan semangat dan dukungan. Segala doa dan rasa syukur senantiasa mengalir untuk sosok-sosok berharga dalam hidup saya.

Kepada dosen pembimbing saya, terimakasih atas waktu, ilmu dan bimbingan yang senantiasa Anda berikan hingga akhirnya saya dapat berhasil berada pada posisi ini.

Kepada sahabat-sahabat saya, terimakasih telah memberikan dukungan penuh dan semangat yang tiada henti, yang telah menyaksikan perjalanan saya dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirahim

Alhamdulillah segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah serta karunia Nya karena telah memberikan kesempatan serta kesehatan bagi penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Quarter Life Crisis* pada *Emerging Adulthood* ditinjau dari Kelekatan Aman Orang Tua”. Sholawat serta salam tidak lupa pula penulis haturkan kepada baginda nabi besar kita Nabi Muhammad SAW, yang menjadi suri tauladan bagi semua umat islam di dunia dan di akhirat.

Selanjutnya, dengan segala kerendahan hati penulis menghaturkan ucapan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini. Peneliti menyadari dalam proses penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, dukungan dan partisipasi dari berbagai pihak. Maka dari itu penulis mengucapkan rasa terima kasih setulusnya kepada:

1. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Ibu Lisnawati, S.Psi.,M.Psi selaku ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Ibu Denisa Aprilliawati, S.Psi, M.Res selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan segala kesabaran telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membantu membimbing serta mendidik penulis selama proses pengerjaan skripsi ini.
4. Ibu Raden Rachmy Diana, S.Psi.,M.A.,Psi selaku dosen penguji I yang sudah meluangkan waktu dan memberikan masukan-masukan kepada penulis, agar skripsi yang peneliti susun menjadi lebih berkualitas.
5. Bapak Aditya Dedy Nugraha, S.Psi.,M.Psi.,Psi selaku dosen penguji II yang sudah meluangkan waktu dan memberikan masukan-masukan

kepada penulis, agar skripsi yang peneliti susun menjadi lebih berkualitas.

6. Ibu Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan banyak waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing penulis selama menempuh perkuliahan di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
7. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang selama penulis menempuh perkuliahan Program Studi Psikologi telah memberikan banyak ilmu pengetahuan kepada penulis.
8. Para responden yang telah bersedia meluangkan waktu untuk menjadi sumber data dalam penelitian yang dilakukan.
9. Ibuk dan Bapak yang selalu memberikan semangat serta dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini
10. Sahabat- sahabatku seperjuangan skripsi (Fira, Hana, Via, Galuh, Ika), teman taekwondo (Aci, Tyas, Hana) dan juga partner saya yang selalu memberi semangat dan penghibur dikala lelah.

Terimakasih untuk semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas keikhlasan, kesabaran, dan bantuan yang diberikan, semoga Allah SWT kelak membalas dengan kebaikan yang jauh lebih mulia. Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik yang membangun dari berbagai pihak.

Yogyakarta, 8 Juni 2023

Penulis



Afidah Ilhama Fikri
NIM. 19107010023

DAFTAR ISI

| | |
|--|-----------|
| Halaman Pengesahan | i |
| Surat Keaslian Penelitian | ii |
| Surat Persetujuan Skripsi | iii |
| Intisari | iv |
| Halaman Motto | vi |
| Halaman Persembahan | vii |
| Kata Pengantar | viii |
| Daftar Isi | x |
| Daftar Tabel | xiii |
| Daftar Bagan | xiv |
| Daftar Lampiran | xiii |
| BAB I : PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Tujuan Penelitian | 10 |
| C. Manfaat Penelitian | 10 |
| i. Manfaat Teoritis | 10 |
| ii. Manfaat Praktis | 10 |
| D. Keaslian Penelitian | 12 |
| BAB II : DASAR TEORI | 29 |
| A. <i>Quarter Life Crisis</i> | 29 |
| i. Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i> | 29 |
| ii. Aspek <i>Quarter Life Crisis</i> | 31 |
| iii. Fase <i>Quarter Life Crisis</i> | 34 |
| iv. Faktor <i>Quarter Life Crisis</i> | 37 |
| B. Kelekatan Aman Orang tua | 43 |
| i. Pengertian Kelekatan Aman Orang tua | 43 |
| ii. Aspek Kelekatan Aman Orang tua | 44 |

| | |
|--|----|
| C. <i>Emerging Adulthood</i> | 46 |
| i. Pengertian <i>Emerging Adulthood</i> | 46 |
| ii. Karakteristik <i>Emerging Adulthood</i> | 47 |
| D. Dinamika <i>Quarter Life Crisis</i> pada <i>Emerging Adulthood</i> ditinjau dari Kelekatan Aman Orang tua..... | 48 |
| E. Faktor Demografis | 51 |
| F. Hipotesis | 53 |
| BAB III : METODE PENELITIAN | 54 |
| A. Desain Penelitian | 54 |
| B. Identifikasi Variabel Penelitian..... | 54 |
| C. Definisi Operasional Variabel..... | 54 |
| D. Populasi dan Sampel Penelitian | 55 |
| E. Metode dan Alat Pengumpulan Data | 56 |
| 1. Skala <i>Quarter Life Crisis</i> | 56 |
| 2. Skala Kelekatan Aman Orang Tua..... | 58 |
| 3. Variabel Demografis | 59 |
| F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur | 60 |
| 1. Validitas alat ukur | 60 |
| 2. Seleksi Aitem | 61 |
| 3. Reliabilitas alat ukur | 61 |
| G. Metode Analisis Data..... | 62 |
| 1. Uji Asumsi | 62 |
| 2. Uji Hipotesis | 63 |
| H. BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 64 |
| A. Orientasi Kancan..... | 64 |
| B. Persiapan Penelitian | 64 |
| 1. Penyusunan Alat Ukur | 64 |

| | |
|--|------------|
| 2. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur | 65 |
| 3. Hasil Uji Coba..... | 66 |
| C. Hasil Penelitian | 69 |
| 1. Karakteristik Responden..... | 69 |
| 2. Kategorisasi | 73 |
| 3. Uji Asumsi..... | 78 |
| 4. Uji Hipotesis | 83 |
| a. Uji Hipotesis Mayor..... | 83 |
| b. Uji Hipotesis Minor | 85 |
| c. Analisis Tambahan | 87 |
| D. Pembahasan..... | 89 |
| BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN..... | 100 |
| Kesimpulan | 100 |
| Saran | 101 |
| DAFTAR PUSTAKA | 103 |
| LAMPIRAN..... | 112 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 1.1 Keaslian Penelitian | 12 |
| Tabel 3.1 Blueprint Skala <i>Quarter Life Crisis</i> | 58 |
| Tabel 3.2 Blueprint Skala Kelekatan Aman Orang Tua | 59 |
| Tabel 4.1 Sebaran aitem lolos dan gugur skala <i>Quarter Life Crisis</i> | 67 |
| Tabel 4.2 Sebaran aitem lolos skala <i>Quarter Life Crisis</i> | 68 |
| Tabel 4.3 Reliabilitas uji coba skala <i>Quarter Life Crisis</i> | 69 |
| Tabel 4.4 Reliabilitas uji coba skala Kelekatan Aman Orang Tua | 70 |
| Tabel 4.5 Karakteristik jenis kelamin responden..... | 70 |
| Tabel 4.6 Karakteristik usia responden..... | 71 |
| Tabel 4.7 Karakteristik pendidikan responden | 71 |
| Tabel 4.8 Karakteristik pekerjaan responden..... | 72 |
| Tabel 4.9 Karakteristik tempat tinggal responden | 72 |
| Tabel 4.10 Karakteristik status hubungan romantis responden | 73 |
| Tabel 4.11 Karakteristik pernikahan orang tua responden | 73 |
| Tabel 4.12 Karakteristik kondisi orang tua responden | 73 |
| Tabel 4.13 Deskripsi statistic skor skala penelitian | 74 |
| Tabel 4.14 Rumus perhitungan batasan kategorisasi | 75 |
| Tabel 4.15 Kategorisasi Kelekatan Aman Orang Tua | 76 |
| Tabel 4.16 Skor rata-rata Kelekatan Aman Orang Tua | 76 |
| Tabel 4.17 Kategorisasi <i>Quarter Life Crisis</i> | 77 |
| Tabel 4.18 Skor rata-rata <i>Quarter Life Crisis</i> | 78 |
| Tabel 4.19 Hasil uji normalitas | 79 |
| Tabel 4.20 Hasil uji outlier | 81 |
| Tabel 4.21 Hasil uji multikolinearitas..... | 82 |
| Tabel 4.22 Hasil uji independensi..... | 84 |
| Tabel 4.23 Hasil uji F Kelekatan Aman Orang Tua terhadap <i>Quarter Life Crisis</i> | 85 |
| Tabel 4.24 Model Coefficient Kelekatan Aman Orang Tua terhadap <i>Quarter Life Crisis</i> | 85 |
| Tabel 4.25 Hasil uji F aspek Kelekatan Aman Orang Tua terhadap <i>Quarter Life Crisis</i> | 87 |
| Tabel 4.26 Model Coefficient aspek Kelekatan Aman Orang Tua terhadap <i>Quarter Life Crisis</i> | 87 |
| Tabel 4.27 Hasil uji F Kelekatan Aman Orang Tua dan Variabel Demografis terhadap <i>Quarter Life Crisis</i> | 88 |
| Tabel 4.28 Model Coefficient Kelekatan Aman Orang Tua dan Variabel Demografis terhadap <i>Quarter Life Crisis</i> | 88 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1 Bagan dinamika hubungan antar variabel | 49 |
| Gambar 4.1 Q-Q plot | 80 |
| Gambar 4.2 Kurva Residual..... | 82 |



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| LAMPIRAN I : Try Out | 112 |
| Lampiran 1 Susunan try out pada Qualtrics..... | 112 |
| Lampiran 2 Tabulasi data try out skala <i>Quarter Life Crisis</i> | 115 |
| Lampiran 3 Tabulasi data try out skala Kelekatan Aman Orang Tua..... | 117 |
| Lampiran 4 Hasil seleksi aitem dan uji reliabilitas try out skala <i>Quarter Life Crisis</i> | 119 |
| LAMPIRAN II : Pengambilan Data | 121 |
| Lampiran 5 Susunan booklet penelitian..... | 121 |
| Lampiran 6 Tabulasi data penelitian skala <i>Quarter Life Crisis</i> | 124 |
| Lampiran 7 Tabulasi data penelitian skala Kelekatan Aman Orang Tua..... | 129 |
| Lampiran 8 Hasil uji normalitas..... | 136 |
| Lampiran 9 Hasil uji linearitas | 136 |
| Lampiran 10 Hasil uji multikolinearitas | 136 |
| Lampiran 11 Hasil uji independensi | 137 |
| Lampiran 12 Hasil uji heterokedastisitas | 137 |
| Lampiran 13 Hasil uji hipotesis mayor | 137 |
| Lampiran 14 Hasil uji hipotesis minor..... | 138 |
| Lampiran 15 Hasil uji analisis tambahan..... | 139 |



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam masa perkembangan manusia, setiap individu memiliki tuntutan untuk menyelesaikan tugas perkembangannya, diawali dengan masa kanak-kanak, remaja, dewasa hingga lansia. Tentunya apabila individu mampu menyelesaikan tugas perkembangannya, maka ia tidak akan mengalami kesulitan untuk melanjutkan tugas perkembangan pada fase berikutnya (Putro, 2017), khususnya pada individu yang berada dalam rentang dewasa awal. Istilah dewasa atau *adult* berasal dari kata kerja latin yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Sehingga dapat diasumsikan bahwa orang dewasa merupakan seseorang yang telah selesai dengan pertumbuhan dan siap menerima kedudukannya di masyarakat bersama orang dewasa lainnya (Hurlock, 1996).

Terdapat beberapa tugas perkembangan yang harus diselesaikan individu dewasa awal seperti, memilih pasangan hidup, belajar hidup dengan pasangan hidup, memulai hidup berkeluarga, mengasuh dan mendidik anak, mengelola rumah tangga, mulai bekerja, bertanggung jawab sebagai warga masyarakat dan warga negara, serta menemukan persahabatan dalam kelompok sosial (Hartinah, 2008). Namun tak semua individu mampu menuntaskan tugas perkembangannya sehingga hal ini kerap membuatnya merasa terjebak dengan banyaknya perubahan yang terjadi sejak masa remaja menuju dewasa. Terdapat suatu istilah perkembangan yang menggambarkan fase-fase peralihan dari remaja menuju dewasa yang biasa disebut dengan *emerging adulthood*.

Emerging adulthood merupakan fase di mana remaja perlahan-lahan berubah menjadi dewasa. Di masa ini individu dituntut untuk mencapai kematangan secara fisik maupun seksual. Mereka juga dituntut untuk mengenyam pendidikan yang lebih tinggi, bekerja, baik secara *full-time* ataupun *part-time*, atau bahkan melakukan keduanya. Individu pada rentang

usia 18-29 ini berada pada periode ketidakstabilan sehingga masih banyak mengalami perubahan dan belum siap memiliki komitmen jangka panjang (Arnett dkk., 2014).

Dilihat dari usia perkembangannya *emerging adulthood* sebenarnya masuk dalam tahap dewasa awal. Menurut Hurlock (1996) masa dewasa awal individu sudah mengalami perubahan pada fisik serta psikologis dan menurunnya kemampuan reproduktif yang dimulai dari usia 18 hingga 40 tahun. masa dewasa awal merupakan tahap untuk mencari jati diri karena pada masa ini individu mulai dihadapkan dengan berbagai masalah sehingga menimbulkan ketegangan secara emosional. Yudrik Jahja (2011) dalam bukunya yang berjudul *Psikologi Perkembangan* mengatakan bahwa pada masa dewasa awal individu harus bisa menopang hidupnya sendiri dan mulai lepas bergantung pada orang tua serta masa ini merupakan periode terpanjang dalam rentang kehidupan.

Namun, fase *emerging adulthood* berbeda dengan tahap perkembangan dewasa awal. Pasalnya ketika berada di fase ini individu mengalami peralihan dari remaja menuju dewasa dengan salah satu cirinya yaitu *feeling in between* atau merasa di antara. Individu tidak lagi dikatakan sebagai remaja karena ia sudah mandiri dalam mengambil keputusan, namun di sisi lain ia juga masih bergantung pada orang tuanya karena adanya ketidakstabilan finansial (Arini, 2021). Untuk dikatakan dewasa pun juga masih belum secara utuh dapat menjalankan peran baru, seperti sebagai orang tua, pekerja, suami atau istri serta adanya tuntutan sikap dan nilai baru yang sesuai dengan tugas perkembangan (Hurlock, 1996).

Tantangan yang dialami individu di fase *emerging adulthood* menjadi semakin berat seiring dengan perkembangan zaman. Terdapat perubahan gambaran demografi yang drastis antara *emerging adulthood* setengah abad lalu dengan sekarang. Dahulu, kebanyakan individu yang berada dalam usia transisi

ini telah mulai bekerja penuh waktu tepat setelah menyelesaikan pendidikan menengah atas. Hanya sedikit di antara mereka yang mengenyam pendidikan tinggi. Begitu pula terkait pernikahan; di masa lalu, individu telah menikah pada usia awal dua puluhan dan menjadi orang tua setahun setelahnya. Kondisi ini berbeda dengan masa sekarang di mana banyak individu pada yang belum memiliki pekerjaan stabil. Alih-alih bekerja, kebanyakan mereka menempuh pendidikan tinggi di awal usia dua puluhan dan mulai bekerja empat tahun setelahnya. Belum lagi, persaingan kerja membuat tingkat pengangguran semakin tinggi. Selain itu, di masa kini, tidak semua individu mampu dengan cepat menemukan pasangan, menikah dan memiliki anak. Sehingga, tidak jarang dari mereka yang mulai menjadi orang tua di usia 30 tahunan (Arnett, dkk, 2014).

Alasan penundaan pernikahan ini disebabkan oleh banyaknya sistem pekerjaan yang berubah menjadi industri. Yang mana perusahaan industri mulai mencari pekerja yang ahli dan memiliki pengetahuan terapan untuk menjalankan suatu alat atau mesin. Tentunya hal ini membuat usia pendidikan juga kian lebih lama guna mendapat pendidikan yang lebih tinggi (Hamilton & Hamilton, 2001). Selain itu era sekarang sudah memasuki revolusi industri 4.0 yang dimulai sejak awal tahun 2018 (Noor, 2018). Pada revolusi industri 4.0 mulai muncul berbagai teknologi yang mampu menggabungkan dunia biologis dan fisik dengan dunia digital, tentunya hal ini menyumbang pengaruh pada semua disiplin ilmu seperti pada sektor perekonomian, kapasitas tenaga kerja dan aktivitas industri.

Perkembangan yang terjadi secara pesat ini pastinya akan mengubah bagaimana pandangan serta cara kerja dalam dunia industri (Idris, 2018). Perubahan pada dunia karier ini akan menimbulkan suatu tantangan dan persiapan yang lebih matang demi mendapat pekerjaan yang stabil sehingga persaingan kerja pun juga semakin meningkat. Persiapan inilah yang menyebabkan beberapa individu memilih untuk menunda menikah karena juga

semakin lama masa belajar yang dibutuhkan dan perubahan nilai sosial mengenai sistem keluarga dan pernikahan (Arini, 2021).

Emerging Adulthood dianggap sebagai *volitional years* atau tahun kemauan, yang mana pada masa ini individu memiliki kesempatan paling besar untuk mengeksplorasi identitas pada bidang cinta, pekerjaan dan pandangan dunia. Pada awal tahap *Emerging Adulthood*, tepatnya di usia 18 tahun, biasanya individu masih bergantung dan tinggal dengan orang tua ataupun pengasuh mereka, mulai terlibat dalam hubungan romantis, dan masih bersekolah. Selanjutnya, memasuki pertengahan hingga akhir usia 20 tahunan, individu mulai dituntut hidup mandiri, berada dalam hubungan jangka panjang, dan memiliki jalur karier yang jelas (Haflon dkk.,2018). Individu pada masa ini sudah dapat dikatakan mampu mengelola masa depannya secara mandiri (Herawati & Hidayat, 2020).

Tuntutan yang muncul di fase ini memunculkan berbagai macam permasalahan apalagi usia 20-an seringkali ditandai ketidakstabilan emosi (Herawati & Hidayat, 2020). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi berhasil atau tidaknya individu pada masa transisi untuk mencapai kedewasaan yang stabil seperti sumber daya pribadi, keluarga, dan sosial yang mereka miliki serta interaksi yang dinamis dan timbal balik yang muncul di lingkungan mereka juga berperan sebagai faktor pendukung selama berada dalam masa transisi (Halfon dkk., 2018). Selain itu, tuntutan-tuntutan yang harus dihadapi individu pada masa *emerging adulthood* adalah tuntutan untuk menjadi individu dewasa.

Adanya berbagai perubahan dan tantangan yang harus dihadapi dalam masa transisi ini individu kerap merasa kebingungan akan norma-norma karena tuntutan untuk hidup secara mandiri sehingga tak jarang dapat menyebabkan stres serta mengalami krisis. Inilah yang disebut dengan *Quarter Life Crisis*, sebuah krisis emosi yang terjadi pada individu dengan

adanya perasa terisolasi, meragukan kompetensi dan dirinya sendiri, takut pada kegagalan dalam menghadapi masa depan (Atwood & Scholtz, 2008). Menurut Robbins dan Wilner (2001) *Quarter life crisis* dapat dialami oleh individu yang berada dalam proses *emerging adulthood* yang diakibatkan oleh ketidaksiapan mereka saat berada pada masa peralihan remaja menuju dewasa (Artiningsih & Savira, 2021). Terdapat tiga aspek yang dialami individu ketika mengalami *quarter life crisis* di antaranya yaitu ketidakstabilan emosi akibat perubahan yang terjadi, ketidakpuasan terhadap pilihan yang diambil, dan merasa terancam (Robbins & Wilner, 2001).

Ahli Psikologi Perkembangan seperti Erikson mengatakan bahwa suatu hal yang normal dan wajar ketika individu pada masa ini mengalami suatu krisis. Bahkan, beberapa studi yang telah dilakukan menunjukkan besarnya prevalensi kemunculan krisis ini. Misalnya, seperti pada hasil survei yang dilakukan Robinson dan Wrig (2013) kepada 1023 individu dewasa di UK, ditemukan bahwa sekitar 70% individu berusia 30 tahun mengalami krisis di usia 20-an. Begitu pun pada individu yang berusia di atas 40 tahun menyatakan bahwa mereka mengalami krisis ketika berusia 20-an.

Meski tidak sedikit individu pada fase *emerging adulthood* ini yang merasa semangat dan antusias ketika memasuki kehidupan baru (Artiningsih & Savira, 2021), namun banyak juga yang merasa bingung ketika harus dihadapkan dengan banyaknya pilihan dalam hidup sehingga dapat menimbulkan rasa stres, cemas dan hampa (Martin, 2016). Krisis ini dapat terjadi karena tujuan hidup yang belum jelas dan sesuai dengan nilai yang ada sehingga membuat individu menjadi terjebak dalam kebingungan ketika memilih jalan hidup, hal ini mampu memberikan tekanan tersendiri bagi individu (Karpika & Segel, 2021).

Pada fase *emerging adulthood*, individu merasa ini merupakan masa yang sulit dikarenakan adanya keraguan dan kegelisahan dalam menghadapi serta mengatasi segala tantangan yang muncul. Namun, ketika individu dapat menanggapi hal tersebut dengan baik maka individu juga mampu melewatinya dengan baik dan meraih kestabilan emosi sebagai individu dewasa (Karpika & Segel, 2021).

Tentunya respon tiap individu dalam menghadapi *quarter life crisis* akan berbeda-beda, adapun ciri-ciri individu yang mengalami *quarter life crisis* adalah sebagai berikut adanya kekhawatiran mengenai masa depan dan perbedaan pendapat dengan orang tua, kerap mempertanyakan arah hidupnya, merasa gagal dan tertinggal dengan teman-temannya yang membuat kepercayaan dirinya menurun (Karpika & Segel, 2021).

Quarter life crisis yang dialami seseorang biasa akan melewati beberapa fase, menurut Robinson dan Wrig (2013) mengatakan bahwa individu mulanya merasa terjebak oleh beberapa pilihan seperti hubungan atau karier. Setelah itu, individu mulai memisahkan diri dari kesehariannya dan merenungi serta mengeksplorasi mengenai kehidupan yang baru. Apabila sudah menemukan apa yang ia inginkan, individu akan membangun kembali kehidupan baru yang lebih stabil (Robinson & Wright, 2013).

Adanya harapan yang tinggi akan kehidupan dimasa mendatang seperti pada bidang karier dan relasi, sering kali membawa perasaan kecewa karena realita yang ditemui ternyata berbeda dengan harapan yang dibawa selama ini, hal ini menjadi salah satu faktor yang menyebabkan individu mengalami *quarter life crisis* (Stapleton, 2012). Tentunya hal ini dapat menimbulkan stres terutama pada sektor pekerjaan dan hubungan memiliki kontribusi besar terhadap *quarter life crisis* pada dewasa awal (Robinson & Wright, 2013).

Berdasarkan data demografi yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Herawati dan Hidayat di Pekanbaru, banyak individu yang berada dalam usia dewasa awal masih belum memiliki pekerjaan sehingga hal tersebut menyebabkan *quarter life crisis*. Selain itu pada teori psikososial Erikson (1950) menyatakan bahwa pada usia *emerging adulthood* terdapat tahap perkembangan yaitu keintiman vs isolasi (*intimacy versus isolation*) di mana pada tahap ini hubungan menjadi hal utama. Individu sudah mulai memiliki hubungan yang intim hanya dengan orang-orang terdekatnya, apabila individu belum mampu membangun relasi yang baik dengan orang lain maka ia akan merasa terisolasi (Herawati & Hidayat, 2020).

Selain dihadapkan dengan persoalan mengenai karier atau relasi serta kehidupan sosial, *quarter life crisis* juga dapat disebabkan karena tekanan dari keluarga. Dalam hal ini faktor keluarga juga memainkan peran besar mengenai bagaimana individu memandang masalahnya. Tekanan ini memicu munculnya emosi-emosi negatif sehingga membuat individu memandang negatif terhadap dirinya sendiri, walaupun dalam diri individu tersebut masih banyak hal-hal positif yang dapat dikembangkan, namun hanya saja ia tidak menyadari hal tersebut dan produktivitas serta fungsi sosialnya menjadi terganggu (Rahmania & Tasaufi, 2020).

Keluarga merupakan unit masyarakat terkecil yang memiliki kedudukan yang penting karena dalam keluarga terjadi pembentukan psikis, spiritual dan sosial bagi anak serta pendidikan pertama juga muncul dari keluarga, sehingga kasih sayang pertama yang diterima oleh anak berasal dari orang tua. Tentunya dengan adanya ikatan sosial yang hangat dan baik akan memberikan perasaan aman pada anak, yang mana hal ini merupakan suatu kebutuhan dasar yang harus dimiliki. Kelekatan (*attachment*) dengan orang tua ini sudah terjalin sejak dalam kandungan hingga individu tumbuh menjadi

dewasa dengan gaya kelekatan yang berbeda-beda sesuai tingkat perkembangannya. (Diananda, 2020).

Kelekatan tetap dibutuhkan pada *emerging adulthood* yang memiliki fungsi sebagai pemberi rasa aman dan nyaman dalam diri seseorang, hal ini dikarenakan pada *emerging adulthood* belum bisa lepas sepenuhnya dari orang tua. Kelekatan yang aman dapat membuat individu mampu mengontrol lebih baik emosinya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Diananda (2020) mengenai keterikatan anak dengan orang tuanya dalam memperkuat perkembangan kognitif dan harga diri, diperoleh hasil bahwa ketika anak memiliki keterikatan emosional yang kuat dengan orang tuanya, mereka mampu berempati dengan baik pada orang lain melalui bersosialisasi, menghindari penyalahgunaan narkoba atau alkohol, dan sangat menghindari gangguan mental seperti depresi .

Terdapat dua arah berkembangnya kelekatan yaitu antara aman dan tidak aman. Bowlby (1988) mengatakan bahwa kelekatan aman merupakan kualitas ikatan yang baik antara anak dengan pengasuh utama atau orang tua yang dapat bertahan sepanjang hidup manusia (Natalia & Lestari, 2015). Mikulincer & Shaver (2007) mengungkapkan bahwa adanya kesiapan figur lekat atau orang tua dalam membantu anak secara responsif dan sensitif dapat menciptakan kelekatan aman bagi mereka dan mereka akan memahami dunia itu aman karena adanya figur lekat yang selalu membantu. Armseden & Greenberg, (1987) mengungkapkan bahwa kelekatan aman pada orang tua dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu, kepercayaan, komunikasi dan keterasingan.

Ketika menghadapi suatu peristiwa yang negatif seperti yang dialami saat berada dalam fase *quarter life crisis*, perlu adanya suatu konstruk mental yang positif untuk membantu menghadapi suatu peristiwa tersebut. Pola-pola

respon emosi dapat dipengaruhi oleh kelekatan aman orang tua di mana reaksi individu terhadap suatu peristiwa akan berhubungan dengan memori kelekatan orang tua (Helmi, 2004).

Kelekatan orang tua juga berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri seseorang. Dengan selalu tersedianya bantuan dari figur lekat akan membuat anak memiliki keyakinan dan model metal diri yang positif dan ia akan menjadi individu yang dapat dipercaya, penuh perhatian. Hal ini yang membuat *self-schema* atau *person-schema* berkembang ke arah yang positif sehingga individu mempunyai konsep diri yang matang (Helmi, 1999).

Dalam perspektif kognitif, skema didefinisikan sebagai sesuatu yang menentukan informasi sosial yang terorganisir, bisa dirasakan dan dapat diingat kembali. Skema dapat menarik perhatian pada informasi sosial yang relevan, memandu struktur yang akan dinilai, dan membantu mengakses kategori dalam ingatan, di mana skema memainkan peran penting dalam membentuk konsep diri dan proses sosial. Dapat disimpulkan bahwa skema mampu memberikan cara yang efisien dalam memahami diri dan lingkungannya. Skema yang berkaitan dengan persepsi diri disebut dengan *self-schema* sedangkan yang berkaitan dengan persepsi sosial disebut dengan *person schema* (Helmi, 1999).

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa kelekatan aman orang tua sangat berperan penting dalam pembentukan emosi dan pembentukan konsep diri dalam diri individu. Hal ini dapat menjadi bekal bagi individu ketika menghadapi masa *emerging adulthood* yang rentan mengalami *quarter life crisis* atau krisis emosi karena tuntutan yang semakin besar dan tak jarang bersifat menekan, sehingga hal ini membutuhkan suatu persiapan dalam menghadapi krisis tersebut. Salah satu indikator utama dalam *quarter life crisis* adalah tidak stabilnya emosi sehingga membuat individu merasa stres dan

tertekan. Apabila krisis ini tidak terselesaikan dengan baik maka hal ini dapat memberikan suatu dampak yang serius seperti adanya kemungkinan depresi, kurang percaya akan diri sendiri, merasa tidak berguna dan gangguan mental. Maka dari itu, penelitian ini memiliki tujuan yaitu mengetahui bagaimana pengaruh keterikatan orang tua pada rentang usia transisi atau *emerging adulthood* dalam menghadapi *quarter life crisis*.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah guna mengetahui hubungan keterikatan orang tua dengan *Quarter Life Crisis* pada individu yang berada di usia *Emerging Adulthood*.

C. Manfaat Penelitian

i. Manfaat Teoritis

Dilakukannya Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap literasi ilmiah pada lingkup psikologi perkembangan, psikologi klinis dan psikologi keluarga terkhusus pada pembahasan mengenai hubungan kelekatan aman orang tua dengan *Quarter Life Crisis* pada individu yang berada di usia *Emerging Adulthood*.

ii. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat Umum

Bagi masyarakat umum terutama yang sedang berada dalam masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal atau dapat disebut dengan *Emerging Adulthood* diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat lebih memahami mengenai hubungan *quarter life crisis* dengan kelekatan aman orang tua. *Emerging adulthood* diharapkan mampu membangun atau memperbaiki kualitas kelekatan yang aman dengan orang tuanya dan memahami mengenai pola krisis yang sedang dialami sehingga ia mampu melewati *quarter life crisis* dengan lebih mudah.

b. Bagi Orang Tua

Diharapkan orang tua mampu mengetahui pentingnya membentuk kelekatan kepada anak-anak terutama individu pada usia *Emerging Adulthood* yang rentan mengalami sebuah *Quarter Life Crisis*.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi para peneliti selanjutnya untuk dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai salah satu referensi terkait topik *Quarter Life Crisis* dengan Kelekatan Aman Orang tua pada *Emerging Adulthood*.

D. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

| No. | Nama Peneliti | Judul | <i>Grand Theory</i> | Metode Penelitian | Alat Ukur | Subjek dan Lokasi Penelitian | Hasil Penelitian |
|-----|---|--|---|---------------------------------|--|------------------------------|---|
| 1 | Rizky Ananda Artiningsih dan Siti Ina Savira (2021) | Hubungan <i>Loneliness</i> dan <i>Quarter Life Crisis</i> pada Dewasa Awal | Robbins dan Wilner (2001) <i>Quarter life crisis</i> diartikan sebagai krisis identitas yang terjadi karena ketidaksiapan mereka menghadapi proses transisi dari masa remaja menuju dewasa. Perlman dan Peplau (1981) <i>Loneliness</i> merupakan perasaan tidak mengenakan yang dirasakan ketika seseorang tidak berhasil | Metode kuantitatif korelasional | Variabel <i>Loneliness</i> diukur menggunakan skala <i>Social and Emotional Loneliness Scale for Adults</i> (SELSA) oleh DiTommaso dan Spinner (1993). Variabel <i>quarter life crisis</i> diukur menggunakan skala yang disusun oleh | 330 individu dewasa awal | Ditemukan hubungan positif antara <i>loneliness</i> dengan <i>quarter life ciris</i> , dimana semakin tinggi tingkat <i>loneliness</i> maka semakin tinggi pula <i>Quarter Life Crisis</i> yang dialami dan sebaliknya. |

| | | | | | | | |
|---|--|--|---|-------------|--|--|--|
| | | | melaksanakan hubungan sosial seperti yang diharapkan. | | peneliti berdasarkan aspek <i>quarter life crisis</i> dari Robbins dan Wilner (2001). | | |
| 2 | Farah Fadhilah, Sulasmi Sudirman & Arie Gunawan H. Zubair (2022) | <i>Quarter Life Crisis</i> pada Mahasiswa ditinjau dari Faktor Demografi | Robbins dan Wilner (2001) <i>Quarter life crisis</i> merupakan istilah yang digunakan ketika individu memasuki usia seperempat abad atau pada usia 20 tahunan di mana individu terus mengalami keraguan tentang masa depan mereka. Fischer (2008) | Kuantitatif | Variabel <i>Quarter life crisis</i> diukur menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan 7 aspek dari Robbins dan Wilner (2001) | 649 mahasiswa di Kota Makassar yang berusia 18-25 tahun. | Terdapat perbedaan tingkat <i>quarter life crisis</i> berdasarkan beberapa faktor demografi yang ditemukan yaitu jenis kelamin, tingkat semester dan relasi romantis. Pada variabel status pekerjaan dan tempat tinggal tidak ditemukan adanya |

Quarter life crisis

merupakan suatu

perasaan takut, cemas

terhadap kehidupan masa

depan, kebingungan

identitas, dan

kekecewaan atas sesuatu

yang bisa menimbulkan

respon berupa stress dan

bahkan depresi yang

muncul pada saat

individu mencapai usia

20 tahunan.

Olson-Madden (2007)

Quarter life crisis

didefinisikan sebagai

suatu fase di mana

individu ingin mencapai

serta mewujudkan

perbedaan tingkat

quarter life crisis.

keinginannya, mimpi dan harapan orang tua, membangun karier, membentuk identitas yang sesuai, menjadi bagian dari kelompok atau komunitas, memilih pasangan, menyesuaikan diri di lingkungan sosial dan mengembangkan stabilitas emosi.

| | | | | | | | |
|---|---|--|--|---|---|--|--|
| 3 | Oliver C. Robinson, Maria Cimporescu & Trevor Thompson (2021) | <i>Wellbeing, Developmental Crisis and Residential Status in the Year After Graduating from Higher</i> | Robinson dan Wright (2003) dalam Slaikue 1990 Krisis perkembangan adalah episode transisi dalam kehidupan di mana seseorang berjuang untuk mengatasi perubahan | <i>Longitudinal Study</i> dengan tiga fase berulang yang berlangsung selama 12 | Variabel <i>Psychological Wellbeing</i> diukur menggunakan <i>The Psychological Wellbeing</i> | Partisipan merupakan mahasiswa di Universitas London yang baru | Sepertiga dari sampel melaporkan bahwa mereka mengalami krisis perkembangan dalam waktu satu tahun setelah lulus dari universitas. |
|---|---|--|--|---|---|--|--|

| | | | | | | |
|-----------------------|--|--|--|--|--|--|
| (Robinson dkk., 2021) | <i>Education : A 12-Month Longitudinal Study</i> | <p>tuntutan dan dipaksa untuk bertahan dengan lingkungan sosial yang baru dan mencari identitas diri serta mengeksplorasi cara-cara baru dalam berperilaku.</p> <p>Robinson (2016) Krisis seperempat abad atau <i>Quarter life crisis</i> adalah ketika seseorang pada masa transisi berusaha keluar dari struktur kehidupan yang tidak stabil dan longgar menuju peran dewasa yang lebih stabil seperti memiliki hubungan jangka panjang, tempat</p> | <p>bulan. Fase pertama berlangsung 1 bulan setelah individu yang terlibat menyelesaikan studi universitas mereka. Tahap kedua berlangsung 6 bulan setelah itu. Fase ketika terjadi 6</p> | <p><i>Scales</i> (PWB) oleh Ryff dan Keyes (1995). Variabel Depresi diukur menggunakan CESD-10 oleh Zhang, dkk (2012). Penilaian krisis perkembangan dinilai menggunakan versi retrospektif dan definisi krisis oleh Robinson dan Wright (2013);</p> | <p>menyelesaikan studi sarjana dan tidak berniat melanjutkan studi pascasarjana pada tahun berikutnya. Fase 1 terdapat 240 partisipan, Fase 2 terdapat 188</p> | <p>Mereka yang melaporkan krisis mendapat skor yang jauh lebih rendah pada <i>wellbeing</i> di semua fase dan lebih tinggi pada tingkat depresi. Bagi mereka yang setelah lulus masih tinggal bersama orang tuanya mendapat skor yang secara signifikan lebih rendah pada penerimaan diri dan otonomi serta lebih tinggi pada tingkat depresi.</p> |
|-----------------------|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | |
|---|--|---|--|------------------------|---|--|
| | | | tinggal dan pekerjaan bulan yang stabil. | | Robinson, dkk (2017). | partisipan, Fase 3 terdapat 3185 partisipan |
| 4 | Icha Herawati dan Ahmad Hidayat (2020) | <i>Quarter Life Crisis</i> pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru | Revitasari (2018) <i>Quarter life crisis</i> merupakan seperempat abad yang berkaitan dengan perkembangan sosioemosional manusia dalam menghadapi kehidupan baru seperti pekerjaan, status pernikahan, dan perubahan pola pikir dari remaja menuju dewasa. | Kuantitatif deskriptif | Skala <i>Quarter Life Crisis</i> yang disusun oleh peneliti | 236 individu dewasa awal di Pekanbaru berada dalam kategori sedang, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi <i>quarter life crisis</i> adalah jenis kelamin, status, dan pekerjaan. Ditemukan bahwa |

| | | | | | | | |
|---|------------------------------|---|---|--------------------------|---|---|--|
| | | | | | | | wanita yang belum menikah dan belum memiliki pekerjaan paling banyak mengalami <i>quarter life crisis</i> di Pekanbaru |
| 5 | Afnan, Fauzia & Tanau (2020) | <i>Relationship of Self-Effication With Stress in Students Who Are in the Quarter Life Crisis Phase</i> | Robbins dan Wilner, 2001 <i>Quarter life crisis</i> adalah perasaan takut terhadap kelanjutan hidup di masa depan termasuk urusan karier, relasi dan kehidupan sosial pada individu di usia 20 tahunan. | Kuantitatif korelasional | Skala <i>quarter life crisis</i> oleh Christine Hassler (2009) yang diterjemahkan oleh Agustin (2012). Skala Efikasi diri yang disusun oleh peneliti | 125 mahasiswa akhir angkatan 2012-2015 di Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat | Terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan stres pada mahasiswa yang sedang berada pada fase <i>Quarter Life Crisis</i> di mana semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah stres pada |

| | | | | | | | |
|----|---|---|---|--|---|--|--|
| | | | | | Skala Stress yang disusun oleh peneliti | | mahasiswa yang berada pada fase <i>quarter life crisis</i> dan berlaku sebaliknya |
| 6. | Farra Anisa Rahmania dan Muhammad Novaliant Filsuf Taufi (2020) | Terapi Kelompok Suportif untuk Menurunkan <i>Quarter Life Crisis</i> pada Individu Dewasa Awal di Masa Pandemi Covid-19 | Fisher, 2008 <i>Quarter life crisis</i> merupakan perasaan khawatir yang hadir atas ketidakpastian mengenai kehidupan mendatang seperti permasalahan relasi, karier dan kehidupan sosial. | Kuantitatif <i>one group pre-test post-test</i> | Pengumpulan data <i>Quarter-Life Crisis Diagnosis Quiz</i> Hassler (2009). Observasi dan wawancara sebelum terapi (<i>pretest</i>), sesudah terapi (<i>posttest</i>) pada tahap | 5 orang subjek dengan usia 20-25 tahun dan memiliki skor <i>quarter life crisis</i> pada kategori sedang hingga tinggi | Terdapat perbedaan signifikan antara skor <i>quarter life crisis</i> sebelum dan sesudah intervensi terapi kelompok suportif diberikan |

| | | | | | | | |
|----|---|---|---|--------------------------|--|--|--|
| | | | | | tindak lanjut (<i>follow up</i>). | | |
| | | | | | Intervensi | | |
| | | | | | Menggunakan modul intervensi terapi kelompok suportif oleh Andaryati (2018). | | |
| 7. | Alfiesyahria Nanta Habibie, Nandy Agustin Syakarofath & Zainul Anwar (2019) | Peran Religiusitas terhadap <i>Quarter Life Crisis</i> (QLC) pada Mahasiswa | Fisher, 2008 <i>Quarter life crisis</i> adalah perasaan khawatir akan ketidakpastian mengenai kehidupan mendatang seperti karier, relasi dan kehidupan sosial yang terjadi pada individu di usia 20 tahunan. Suhardiyanto, 2001 | Kuantitatif korelasional | Variabel religiusitas diukur menggunakan skala yang dikembangkan oleh Khodayarifard, dkk (2018). | 219 mahasiswa yang berusia 18-25 tahun | Terdapat hubungan negatif antara religiusitas dan <i>quarter life crisis</i> di mana semakin tinggi tingkat religiusitas individu maka semakin rendah tingkat <i>quarter life crisis</i> |

| | | | | | | |
|----|---|--|--|--|---|--|
| | | Religiusitas didefinisikan sebagai bentuk hubungan pribadi dengan sosok yang diyakini yaitu Tuhan dengan konsekuensi munculnya hasrat untuk taat dan patuh terhadap apa yang dianjurkan dan yang dilarang-Nya. | | Variabel <i>quarter life crisis</i> diukur menggunakan skala yang disusun oleh Agustin (2012). | | |
| 8. | Zehra Yeler, Kiiibra Berber, Hatice Kiiibra Ozdogan, Figen Cok (2021) | <i>Quarter Life Crisis among Emerging Adults in Turkey and Its Relationship with Intolerance</i> | Robins dan Wilner (2001) Mendefinisikan <i>Quarter life crisis</i> sebagai pasang surut dalam kehidupan bagi <i>emerging adulthood</i> . Pada periode ini individu mulai bingung tentang identitas mereka, merasa | Kuantitatif Untuk mengukur apakah suatu krisis terjadi dalam kehidupan masyarakat menggunakan <i>Crisis Screening Questionnaire-</i> | 514 sampel penelitian yang terdiri dari 370 perempuan dan 144 laki-laki | Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan (82%) mengalami krisis pada tingkatan yang berbeda. Terutama mereka mengalami |

| | | | |
|--|---|--|--|
| <p><i>of</i></p> <p><i>Uncertainty</i></p> | <p>tidak aman dalam tujuan baik jangka pendek maupun panjang, labil dalam hubungan asmara, kehidupan keluarga dan kehidupan kerja karena ketidakpastian yang melekat.</p> | <p>9 (CSQ-9) yang dikembangkan oleh Petrov et al (2019)</p> <p><i>Adult Crisis Episode Restrospective Self-Assessment Tool</i> (ACERSAT)</p> <p>yang dikembangkan oleh Robinson dan Wright (2013)</p> <p>digunakan untuk menyediakan data tentang peristiwa yang</p> | <p>dengan kesulitan dalam bidang yang berhubungan dengan karier, usia, tingkat kebahagiaan yang dirasakan, tingkat kesulitan yang dirasakan dan intoleransi ketidakpastian ditentukan sebagai prediktor krisis yang signifikan. Terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik dalam intoleransi ketidakpastian dan tingkat krisis di</p> |
|--|---|--|--|

| | | | | | | | |
|----|----------------------------|---|--|---|---|---|--|
| | | | | | <p> mungkin dialami dalam episode krisis. </p> <p> Variabel Intoleransi ketidakpastian diukur menggunakan <i>Intolerance of Uncertainty Scale</i> (IUS) yang diadaptasi dari versi Inggris oleh Buhr dan Dugas (2002). </p> | <p> antara kelompok umur. </p> | |
| 9. | Firdaus Muttaqien dan Fina | <p> Hubungan <i>Self-Efficacy</i> dengan <i>Quarter Life</i> </p> | <p> Bandura, 1997 <i>Self Efficacy</i> merupakan kepercayaan diri manusia dalam menghadapi situasi </p> | <p> Kuantitatif korelasional </p> | <p> Skala Efikasi diri dan skala <i>Quarter life crisis</i> </p> | <p> 175 mahasiswa Fakultas Psikologi </p> | <p> Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana </p> |

| | | | | |
|--------------------|--|--|--|---|
| Hidayati (2020) | <i>Crisis</i> pada dan masalah yang terjadi pada kehidupan manusia. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2015 | Robbins dan Wilner, 2001 <i>Quarter life crisis</i> merupakan masa transisi yang terjadi dari remaja kepada dewasa awal dan individu pada masa ini mulai mempertanyakan kehidupan yang sebenarnya akan dijalani. | UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2015 | Malik Malang 2015 tidak mengalami masalah kedewasaan karena memiliki <i>self efficacy</i> yang dominasi dibandingkan dengan <i>quarter life crisis</i> . |
|--------------------|--|--|--|---|

| | | | | | | | |
|-----|--|---|--|-----------------------------|--|---|---|
| 10. | Nugroho Arief Setiawan dan Alfia Zahrotu Milati (2022) | Hubungan Antara Harapan Dengan <i>Quarter Life Crisis</i> pada Mahasiswa yang Mengalami <i>Toxic Relationship</i> | Robbins dan Wilner (2001) <i>Quarter life crisis</i> adalah suatu keadaan yang dialami oleh individu pada usia dewasa awal dengan penggambaran keadaan yang tidak stabil, banyaknya pilihan yang harus diambil, khawatir, bahkan merasa putus asa dalam diri. Hurlock (1980) Terdapat ciri-ciri yang terjadi pada masa peralihan dari remaja ke dewasa awal yaitu senang bereksplorasi dan bereksperimen, mandiri | Kuantitatif Korelasional | Variabel <i>quarter life crisis</i> diukur menggunakan skala <i>quarter life crisis</i> Variabel harapan diukur menggunakan skala harapan | 92 Mahasiswa Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung | Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami <i>quarter life crisis</i> pada kategori sedang di mana perempuan lebih mendominasi dibanding dengan laki-laki. Pada variabel harapan juga menunjukkan sebagian besar berada dalam kategori sedang. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan |
|-----|--|---|--|-----------------------------|--|---|---|

ekonomi, serta mandiri
membuat keputusan pada
hal pekerjaan, finansial
dan pemikiran. Ciri lain
yaitu merasa tertekan,
cemas dan segala
problematika lain.

negatif antar
variabel yang
berarti bahwa
semakin tinggi
harapan maka
semakin rendah
quarter life crisis
begitupun
sebaliknya.



Berikut merupakan kesimpulan beserta penjelasan mengenai poin-poin keaslian penelitian :

1. Keaslian Topik

Topik dalam penelitian ini mengenai hubungan *quarter life crisis* pada *emerging adulthood* ditinjau dari kelekatan aman orang tua, hal ini berbeda dengan penelitian mengenai *quarter life crisis* yang telah diteliti sebelumnya. Muttaqien dan Hidayati (2020) meneliti mengenai hubungan *self efficacy* dengan *Quarter Life Crisis*. Setiawan dan Milati (2022) meneliti Hubungan Antara Harapan Dengan *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa yang mengalami *Toxic Relationship*. Berber, Ozdogan dan Cok (2021) meneliti hubungan *quarter life crisis* dengan *intolerance* dan *uncertainty*. Artiningsih dan Savira (2021) meneliti mengenai hubungan *loneliness* dengan *quarter life crisis*. Dapat dikatakan bahwa sejauh ini, belum ditemukan penelitian yang membahas *quarter life crisis* ditinjau dari kelekatan aman orang tua.

2. Keaslian Teori

Penyusunan teori diambil dari berbagai sumber yaitu jurnal serta artikel ilmiah lainnya yang membahas mengenai kelekatan aman orang tua, *quarter life crisis*, dan *emerging adulthood*. Untuk variabel kelekatan aman orang tua peneliti mengambil teori milik Bowlby (1988), sedangkan untuk variabel *quarter life crisis* mengambil dari teori Robbins dan Wilner (2001) dan teori *emerging adulthood* diambil dari milik Arnett (2000) yang kemudian dilakukan penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional.

3. Keaslian Alat Ukur

Pada variabel *quarter life crisis* alat ukur disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan tiga aspek dari Robbins dan Wilner (2001). Sedangkan variabel kelekatan aman orang tua menggunakan *Inventory of Parent and Peer Attachment* (IPPA) yang disusun oleh Armsden dan Greenberg (1987) berdasarkan tiga aspek yang dicetuskannya yaitu kepercayaan, komunikasi, dan

keterasingan. Dalam penelitian ini IPPA diterjemahkan sendiri ke dalam bahasa Indonesia oleh peneliti dan dilakukan uji keterbacaan.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah individu yang masuk dalam tahap *emerging adulthood* yaitu usia 18-29 tahun. Berbeda dengan karakteristik responden oleh Setiawan dan Milati (2022) serta Muttaqin dan Hidayati (2020) yang menggunakan mahasiswa sebagai subjek penelitiannya. Rahmania dan Taufi (2020) serta Artiningsih dan Savira (2021) yang menggunakan individu pada dewasa awal untuk karakteristik subjek penelitiannya. Mahasiswa dan dewasa awal sebenarnya masuk dalam kategori *emerging adulthood* , namun dalam penelitian ini cakupannya lebih luas yaitu siapapun individu yang berada dalam usia 18-29 tahun masuk sebagai karakteristik subjek penelitian.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan serta dijelaskan pada bab-bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagaimana berikut:

1. Hipotesis mayor

Hipotesis mayor pada penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana hubungan kelekatan aman orang tua dengan *quarter life crisis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara keduanya, di mana hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat kelekatan aman orang tua maka akan semakin rendah tingkat *quarter life crisis*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat kelekatan aman orang tua maka akan semakin tinggi tingkat *quarter life crisis*. Hasil tersebut dibuktikan dengan nilai uji F bersifat signifikan dengan $p < 0,05$ yang memiliki arti bahwa variabel bebas kelekatan aman orang tua berpengaruh terhadap *quarter life crisis* sebagai variabel terikat secara simultan.

2. Hipotesis minor

Hipotesis minor dalam penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana hubungan antar aspek kelekatan aman orang tua yaitu kepercayaan, komunikasi dan keterasingan berpengaruh terhadap *quarter life crisis*. Berdasarkan uji F diperoleh hasil bahwa ketiga aspek secara bersama-sama (simultan) berpengaruh terhadap *quarter life crisis* dengan nilai signifikansi sebesar $p < 0,05$. Namun jika dilihat secara parsial, diantara ketiga aspek tersebut hanya aspek keterasingan dan komunikasi yang memiliki nilai signifikan. Hal ini berarti, kepercayaan tidak berpengaruh secara signifikan terhadap *quarter life crisis*. Terdapat hubungan yang positif antara keterasingan dan komunikasi dengan *quarter life crisis* yang berarti bahwa semakin

tinggi tingkat keterasingan serta komunikasi maka akan semakin tinggi pula tingkat *quarter life crisis* dan semakin rendah tingkat keterasingan serta komunikasi maka akan semakin rendah tingkat *quarter life crisis*.

3. Analisis Tambahan Demografi

Pada penelitian ini juga dilakukan analisis tambahan dengan menambahkan variabel demografi yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, tempat tinggal, status hubungan romantis, status pernikahan orang tua dan kondisi orang tua. Namun, hasil mengatakan bahwa hanya faktor usia yang memiliki pengaruh terhadap variabel terikat yaitu *quarter life crisis*.

B. SARAN

1. Bagi Orang Tua

Adapun saran bagi para orang tua adalah untuk dapat lebih memperhatikan kualitas kelekatan yang dibangun dengan anak sehingga dapat menciptakan arah kelekatan yang aman atau *secure*. Tentunya dengan adanya kelekatan aman akan membuat anak menjadi pribadi yang lebih positif dari segi konsep diri dan sosial, hal ini tentunya akan menjadi bekal bagi anak terutama agar tidak terjebak terlalu lama ketika sedang menghadapi *quarter life crisis*.

2. Bagi *Emerging Adulthood*

Bagi individu yang sedang berada pada fase *emerging adulthood* agar dapat lebih memahami diri sendiri dengan baik dengan selalu optimis dan mengenali sumber masalah agar tidak terlalu terjebak dalam *quarter life crisis*, dikarenakan fase ini merupakan fase yang rentan akan krisis seperti banyaknya perubahan yang terjadi serta adanya tuntutan untuk menjadi individu dewasa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharap dapat lebih menggunakan sumber referensi yang terbaru pada topik penelitian ini karena seiring

berkembangnya zaman akan selalu ada pembaharuan sumber penelitian. Penelitian ini memiliki keterbatasan berupa kurang meratanya demografi responden sehingga diharapkan juga untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan persebaran demografi yang lebih merata agar mendapat hasil yang lebih maksimal.



DAFTAR PUSTAKA

- Afnan, A., Fauzia, R., & Tanau, M. U. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23-29.
- Agustin, Inayah. (2012). Terapi Dengan Pendekatan *Solution-Focused* Pada Individu Yang Mengalami *Quarter Life Crisis*. *Tesis*. Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Jakarta.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Arini, D. P. (2021). Emerging Adulthood: Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial Pada Abad 21. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(01), 11-20.
- Armsden, G. C. & Greenberg, M. T. 1987. The Inventory of Parents and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Well Being In Adolescence. *Journal of Young and Adolescence*. 16 (5), 427-453
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. New York, NY: Oxford University Press
- Arnett, J. J. (2014). Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties (2nd ed.). Oxford University Press.
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Loneliness Dan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*. 8(5)
- 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. (2019). *Metode Penelitian Psikologi* (2nd ed). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Badriyah, S. A. (2022). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy The Exercise Of Control*. USA: W.H Freeman and Company.
- Baptista, N., Alves, H., & Pinho, J. (2021). The case for social support in social marketing. *RAUSP Management Journal*.
- Barrocas. A., 2005. *Adolescent Attachment to Parents and Peers*. Thesis
- Blieszner, R., & Roberto, K. A. (2012). Partners and friends in adulthood. In *The Wiley-Blackwell Handbook of Adulthood and Aging* (1st ed., pp. 381–398). Wiley-Blackwell.
- Branden, N. (2021). *The power of Self-Esteem*. Florida: Health Communication, Inc.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- 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.
- Collins, N.L & Read, Read, S. J., 1991. Adult Attachment, Working Model, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (674-663).
- Cote, J. E. (2000). *Arrested adulthood: The changing nature of maturity and identity*. New York: New York University Press.
- Diananda, A. (2020). Kelekatan Anak Pada Orang Tua Dalam Meningkatkan Perkembangan Kognitif Dan Harga Diri. *ISTIGHNA*, 3(2), 141-57.

- Edwards, D., Burnard, P., Bennett, K., & Hebden, U. (2010). A Longitudinal Study of Stress and Self-Esteem in Student Nurses. *Nurse Education Today*, 30(1), 78–84. doi:10.1016/j.nedt.2009.06.008.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Fadhilah, F., Sudirman, S., & Zubair, A. G. H. (2022). Quarter Life Crisis pada Mahasiswa ditinjau dari Faktor Demografi. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(1), 29-35.
- Fischer, K. (2008). *Ramen noodles, rent and resumes: An after-college guide to life*. California: SuperCollege LLC.
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Universitas Diponegoro.
- Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran religiusitas terhadap quarter-life crisis (QLC) pada mahasiswa. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 129-138.
- Hadori, R., Hastuti, D., & Puspitawati, H. (2020). Self-Esteem Remaja pada Keluarga Utuh dan Tunggal: Kaitannya dengan Komunikasi dan Kelekatan Orang Tua-Remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 13(1), 49-60.
- Halfon, N., Forrest, C. B., Lerner, R. M., & Faustman, E. M. (2018). *Handbook of life course health development*.
- Hamilton, S. F., & Hamilton, M. A. (2001). School, Work, and Emerging Adulthood. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (p.257–277). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11381-011>.
- Hartinah Siti. 2008. *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Hastuti, D. (2015). *Pengasuhan. Teori, Prinsip, dan Aplikasinya di Indonesia*. Bogor(ID): IPB Press.
- Helmi, A., F. 1992. *Gaya Kelekatan dan Hubungan Romantis pada Remaja*. Tesis. (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta. Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada

- Helmi, A. F. (1999). Gaya kelekatan dan konsep diri. *Jurnal Psikologi*, 26(1), 9-17.
- Helmi, A. F. (2004). Gaya kelekatan, atribusi, respon emosi, dan perilaku marah. Yogyakarta: Pra S3 Program Studi Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife Crisis Pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145-156.
- Hermasanti, W. K. (2009). Hubungan antara pola kelekatan dengan kecerdasan emosi pada remaja siswa kelas xi sma negeri 1 karanganyar. Surakarta: Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret .
- Hetherington, E.M & Parke R.D.,(Ed). (1999). *Child Psychology : A Contemporary View Point*. Fifth Edition. Mc Graw-Hill College
- Hidayati, F., & Muttaqien, 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*, 5(1), 75-84.
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Husain, K. I. S. dan Suminar, Dewi Retno (2022). Pengaruh Self-Esteem Terhadap Quarter-Life Crisis pada Emerging Adult dengan Self-Compassion sebagai Moderator. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Universitas Airlangga*.
- Idris, M. (2018). *Industri 4.0, Untuk Apa?*. [Mengenal Konsep Revolusi Industri 4.0 \(detik.com\)](https://www.detik.com)
- Jahja, Yudrik. (2011). *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana,
- Kang, S., Jeon, H., Kwon, S. (2015). Parental attachment as a mediator between parental support and self esteem as perceived by Korean sports middle and high school athletes. *Perceptual dan Motor Skills: Physical Development dan*

Measurement, 120(1), 288-303. doi:10.2466/10.PMS.120v11x6. Epub 2015 Jan 26.

Karpika, I. P., & Segel, N. W. W. (2021). Quarter life crisis terhadap mahasiswa studi kasus di fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas PGRI Mahadewa Indonesia. *Widyadari : Jurnal Pendidikan*, 22(2), 513-527.

Keniston, K. (1971). *Youth and dissent: The rise of a new opposition*. New York: Harcourt Brace Jovanovich.

Kernis, M. H., Brown, A. C., Brody, G. H. (2000). Fragile self-esteem in children and its of Personality. 68(2): 225-252. associations with perceived patterns of parent-child communication. *Journal of Personality*, 68(2), 225-252. http://dx.doi.org/10.1111/1467_6494.00096.

Kobak, R.R., & Hazan, 1991. Attachment In Marriage: Effect of Security and Accuracy of Working Models. *Journal of Personality and Social Psychology*. 60 (6), 861-869

Nash, R.J., & Murray, M.C. (2010). *Helping college students find purpose: The campus guide to meaning-making*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Nabila, A. (2020). Self Compassion: Regulasi Diri untuk Bangkit dari Kegagalan dalam Menghadapi Fase Quarter Life Crisis. *Jurnal Psikologi Islam*, 7(1), 23-28.

Natalia, C., & Lestari, M. D. (2015). Hubungan Antara Kelekatan Aman Pada Orang Tua Dengan Kematangan Emosi Remaja Akhir di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 7888.

Nunally, J. (1978). *Psychometric theory* (2 nd ed). New York: Mcgraw Hill.

Nurulita, D., Naryoso, A., Lestari, S. B., & Lailiyah, N. (2015). Pengaruh intensitas komunikasi dalam keluarga dan tingkat kedekatan fisik terhadap intimate relationship. *Interaksi Online*, 4(1).

- Noor, A.R. (2018). Mengenal Konsep Revolusi Industri 4.0. [Mengenal Konsep Revolusi Industri 4.0 \(detik.com\)](#)
- Noronha, L., Monteiro, M., & Pinto, N. (2018). A Study on the Self Esteem and Academic Performance Among the Students. *International Journal of Health Sciences and Pharmacy*, 2(1).
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan* Notoatmodjo S, editor. *Jakarta: PT. Rineka Cipta.*
- Maentiningih, Desiani. (2008). Hubungan antara Kelekatan aman dengan Motivasi Berprestasi pada Remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Gunadarma:Jakarta.*
- Martin, L. (2016). Understanding the quarter-life crisis in community college students [Regent University]<https://www.proquest.com/openview/9a192b2c2658890be02638169248da20/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Mc Cartney, K. & Dearing, E., (Ed). (2002). *Child Development*. Mc Millan Reference USA
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Gillath, O., & Nitzberg, R. A. 2005. Attachment, Caregiving and Altruism: Boosting Attachment Security Increases compassion and Helping. *Journal of Personality and Social Psychology*.89 (5), 817-839
- Miller, J.L. (2011). *The Relationship Between Identity Development Process and Psychological Distress in Emerging Adulthood*. Dissertation for Doctor of Philosophy, George Washington University.
- Murphy, Mairead. (2011). *Emerging adulthood in Ireland: Is The Quarter-life crisis A Common Eksperience?.Thesis*.Dublin Institute of Technology.

- Olson-Madden, J. H. (2007). Correlates and Predictors Life Satisfaction Among 18 to 35-Years Olds: An Exploration of The “Quarterlife Crisis” Phenomenon. ProQuest Dissertations And Theses (PQDT) UMI 3278560
- Papalia, D., E., Olds, S., W., & Feldman, R., D., 2002. *A Child’s Worls : Infancy Through Adolescence*. (9th ed.)United States of America: McGraw Hill, inc
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. *Personal Relationships*, 3, 31–56. <https://peplau.psych.ucla.edu/wp-content/uploads/sites/141/2017/07/Perlman-Peplau-81.pdf>
- Pongantung, Kwalomine, & Mumbunan. (2022). *Quarter Life Crisis* pada Lulusan Perguruan Tinggi di Kota Manado. *Jurnal Tri Panji*, 1(1), 45-59
- Putro, K. Z. (2018). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 17(1), 25-32.
- Rahmania, F. A., & Tasaufi, M. N. F. (2020). Terapi Kelompok Suportif untuk Menurunkan Quarter-Life Crisis pada Individu Dewasa Awal di Masa Pandemi Covid-19. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 1-16.
- Rahmawati, R., & Gazali, M. (2018). Pola komunikasi dalam keluarga. *Al-Munzir*, 11(2), 327-245.
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir. *Jurnal Spirits*, 4(2), 22-32.
- Retnawati, Heri. (2017). *Validitas Reliabilitas dan Karakteristik Butir (Panduan untuk Peneliti, Mahasiswa, dan Psikometrian)*. Yogyakarta. Parama Publishing.
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife Crisis*. New York: Tarcher Penguin.
- Robinson, O. C., Cimporescu, M., & Thompson, T. (2021). Wellbeing, developmental crisis and residential status in the year after graduating from higher education: a 12-month longitudinal study. *Journal of Adult Development*, 28(2), 138-148.

- 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>
- Rossi, N.E. dan Mebert, C.J., 2011. Does a Quarterlife Crisis Exist?. *The Journal of Genetic Psychology*, 172(2), pp.141-161
- Rusdi, R. (2015). Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Mahasiswa Farmasi Semester Iv Universitas Mulawarman. *Ejournal Psikologi*. 1(4). [.Http://Ejournal.Psikologi.Fisip- Unmul.Ac.Id/Site](http://Ejournal.Psikologi.Fisip-Unmul.Ac.Id/Site)
- Salsabila, T. (2021). Pengaruh quarter life crisis terhadap kepercayaan diri mahasiswa psikologi UIN Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Santoso, M. K., Untario, C., Wahyuningsih, S., & Setyaningrum, I. (2009). Kriteria kedewasaan menurut orang tua dan anaknya berdasarkan teori emerging adulthood. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 24(2), 162-182.
- Santoso, S. (2000). *Buku Latihan SPSS: Statistik Parametrik*. Media Komputindo.
- Setiawan, N. A., & Milati, A. Z. (2022). Hubungan Antara Harapan Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Yang Mengalami Toxic Relationship. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 5(1), 13-24.
- Simpson, J.A., 1990. Influence of Attachment Styles on Romantic Relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*. 59 (971-980).
- Stapleton, A. (2012). Coaching Clients through the Quarter-Life Crisis: What works ? *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 6, 130–145.
- Steinberg, L., Silk, J. S. (2002). Parenting Adolescents. In M. H. Borenstein (Ed)
- Suhardiyanto. (2001). Pendidikan religiusitas. Yogyakarta: Kanisius
- Sulhan. (2009). *Panduan praktis SPSS Untuk Manajemen (Keuangan, SDM, Pemasaran)*. Fakultas Ekonomi Universitas Islam Negeri Malang.

- Thorspecken, J.M. (2005). Quarter Life Crisis: The Undressed Phenomenon. Proceedings of the Annual Conference of the New Jersey Counseling Association Eatontown, New Jersey
- Usman, N. M. dan Kuniawan, Aditya Putra (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal. Naskah Publikasi Program Studi Psikologi.
- Wijaya, T. (2009). Analisis Data Penelitian Menggunakan *SPSS*. Universitas Atma Jaya Yogyakarta.
- Yeler, Z., Berber, K., Özdoğan, H. K., & Figen, Ç. O. K. (2021). Quarter Life Crisis among Emerging Adults in Turkey and Its Relationship with Intolerance of Uncertainty. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11(61), 245-262.

