

**QUARTER LIFE CRISIS** DITINJAU DARI KONSEP DIRI  
PADA MAHASISWA SANTRI DI USIA DEWASA AWAL

**SKRIPSI**

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana  
Psikologi**



Ataka Muhammad As-Shobron

20090000151

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG  
MALANG  
2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

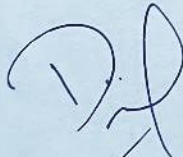
Nama : Ataka Muhammad As-Shobron  
NIM : 20090000151  
Universitas : Universitas Merdeka Malang  
Fakultas : Fakultas Psikologi  
Program Studi : S1 Psikologi  
Judul Skripsi : *Quarter Life Crisis* Ditinjau dari Konsep  
Diri pada Mahasiswa Santri di Usia Dewasa Awal

Malang, 29 Juli 2024

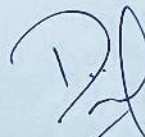
**DISETUJUI DAN DITERIMA**

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

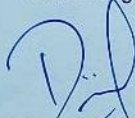
**Quarter Life Crisis Ditinjau dari Konsep Diri pada  
Mahasiswa Santri di Usia Dewasa Awal**

Dipersiapkan dan disusun oleh  
Ataka Muhammad As-Shobron  
20090000151

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 9 Juli 2024

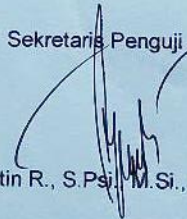
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



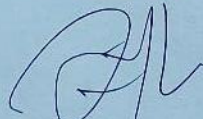
Dellaaty Supraba, S.Psi., M.Si

Sekretaris Penguji



Dr. Agustin R., S.Psi., M.Si., Psikolog

Anggota Penguji



Taufiqurrahman, S.Psi., MA.

Skripsi ini telah terima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh  
gelar Sarjana.

Malang, 29 Juli 2024

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog

## SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ataka Muhammad As-Shobron  
Nomor Pokok : 20090000151  
Program Studi : Fakultas Psikologi  
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi  
Judul Skripsi : *Quarter Life Crisis* Ditinjau dari Konsep  
Diri pada Mahasiswa Santri di Usia  
Dewasa Awal  
Lokasi Penelitian : PP. Miftahul Huda Gading Malang  
Alamat Rumah Asal : Jl. Madura, No. 53, RT 01 / RW 01, Joresan,  
Mlarak, Ponorogo  
No. Telp/Email : 085655743700/  
[20090000151@student.unmer.ac.id](mailto:20090000151@student.unmer.ac.id)

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 29 Juli 2024



Ataka Muhammad As-Shobron

## **MOTTO**

“Orang-orang datang dan pergi dalam kehidupan kita, dan semoga kedatangan  
kita membawa manfaat”

**(Darwis Tere Liye)**

## **PERSEMBAHAN**

Saya persembahkan skripsi ini kepada:

“Abi dan Umi saya, adik-adik saya, keluarga dan juga semua teman-teman yang saya cintai. Saya persembahkan hasil kerja keras saya selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Segala bentuk dukungan kalian yang membuat saya ada dalam tahap ini”

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena dengan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian tugas akhir yang berjudul “*Quarter Life Crisis* Ditinjau dari Konsep Diri pada Santri di Usia Dewasa Awal” ini dengan baik. Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi mata kuliah skripsi dan sebagai salah satu syarat dalam menempuh Ujian Akhir Program Studi Jurusan S1 Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Penulis mengucapkan terima kasih atas terselesainya skripsi ini kepada:

1. Terima kasih kepada Allah SWT karena berkat segala rahmat dan kasih-Nya, penulis mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi sebagai persyaratan lulus S1 Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
2. Terimakasih kepada kedua orang tua saya, Abi yang saya sayangi namun lebih disayangi oleh Allah SWT, dan Umi yang menjadi alasan terbesar sekaligus motivator penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini bisa menjadi kebanggaan tersendiri untuk kalian.
3. Terimakasih kepada *Syaikhona wa Murobbi ruuhina*, KH. Ahmad Muhammad Arif Yahya beserta seluruh jajaran *masyayikh* Pondok Pesantren Miftahul Huda Gading Malang yang selalu membimbing dan memberikan dukungan moril bagi penulis selama menjadi santri di PPMH Gading Malang.
4. Terimakasih kepada Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Bapak M. Untung Manara S.Psi., M.A., P.Hd selaku Dosen Wali beserta jajaran dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang telah mengajarkan begitu banyak ilmu selama penulis menjalani perkuliahan dari awal hingga saat ini.

5. Terimakasih penulis khususkan kepada Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing sekaligus Kepala Prodi Fakultas Psikologi yang telah bersedia menerima berbagai keluhan dan pertanyaan penulis dengan sangat sabar selama menyelesaikan skripsi ini.
6. Terimakasih kepada adik-adik penulis, Faqih, Sakhi, dan Fabih, karena selalu mendoakan dan memberikan dukungan positif kepada penulis walaupun terpisah jarak namun tetap dapat penulis rasakan dukungannya. Semoga kita mendapat kesuksesan sesuai dengan jalannya masing-masing.
7. Terima kasih penulis ucapkan kepada Senjani, Iksan, Albar, Febby, Ricardo, Valensio, Ike, Levia dan teman-teman lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, yang sampai hari ini masih membersamai penulis dalam hal apapun, terutama mengenai berbagai diskusi dan keluh kesah skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikannya dengan baik.
8. Terima kasih kepada rekan pengurus dan *Cacak-cacak* Pondok Pesantren Miftahul Huda Gading Malang yang telah bersedia membantu penelitian ini. Terutama para koordinator atau sesepuh setiap asrama yang sudah bersedia penulis repotkan untuk menyebar kuesioner sehingga dapat mempersingkat waktu yang dibutuhkan untuk pengambilan data.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan akhir ini, masih banyak terdapat kekurangan dan kelemahan. Untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik dari berbagai pihak yang bersifat membangun demi penyempurnaan laporan ini. Semoga laporan ini berguna bagi pembaca secara umum dan penulis secara khusus. Akhir kata, penulis ucapkan banyak terima kasih.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas karunia, keberkahan yang Allah SWT berikan kepada saya dan telah memberikan kesempatan pada penulis untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul “*Quarter Life Crisis* Ditinjau dari Konsep Diri pada Santri di Usia Dewasa Awal”.

Penulis menyadari jika mungkin ada sesuatu yang salah dalam penulisan. Penulis mohon maaf yang sebesar-besarnya jika ada kalimat atau kata-kata yang kurang berkenan. Tidak ada manusia yang sempurna kecuali Tuhan. Demikian penulis ucapkan terima kasih atas waktu Anda telah membaca hasil skripsi ini.

Malang, 29 Juli 2024

Ataka Muhammad As-Shobron

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH .....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI.....	xv
<i>ABSTRACT</i> .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. <i>Quarter Life Crisis</i> .....	10
1. Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i> .....	10
2. Aspek-Aspek <i>Quarter life crisis</i> .....	11
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i> .....	14
B. Konsep Diri .....	16
1. Pengertian Konsep Diri.....	16
2. Aspek-Aspek Konsep Diri .....	17
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri .....	18
C. Dewasa Awal .....	20
1. Pengertian Dewasa Awal.....	20
2. Karakteristik Dewasa Awal .....	22
3. Tugas Perkembangan Dewasa Awal .....	25
D. Keterkaitan Antara <i>Quarter Life Crisis</i> dengan Konsep Diri .....	26
E. Hipotesis .....	28
BAB III METODE PENELITIAN .....	29

A.	Desain Penelitian .....	29
B.	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel .....	29
1.	Konsep Diri.....	30
2.	<i>Quarter Life Crisis</i> .....	30
C.	Partisipan Penelitian .....	31
1.	Populasi .....	31
2.	Sampel .....	31
D.	Metode Pengumpulan data .....	31
1.	Skala Konsep Diri .....	33
2.	Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	33
3.	Uji Validitas.....	35
E.	Teknik Analisis Data.....	37
F.	Prosedur Penelitian.....	39
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN .....	40
A.	Deskripsi Subjek Penelitian.....	40
B.	Kategorisasi Data.....	43
C.	Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur .....	44
D.	Hasil Uji Hipotesis .....	46
1.	Uji Asumsi Klasik.....	46
2.	Uji Hipotesis .....	47
E.	Pembahasan.....	48
BAB V	PENUTUP .....	53
A.	Kesimpulan .....	53
B.	Saran .....	53
DAFTAR	PUSTAKA .....	55
LAMPIRAN	.....	58

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Penilaian Skala Likert .....	32
Tabel 2.	Blueprint Skala Konsep Diri .....	33
Tabel 3.	Blueprint Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	34
Tabel 4.	Blueprint Skala Konsep Diri Setelah Try Out .....	36
Tabel 5.	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	41
Tabel 6.	Karakteristik Responden Berdasarkan Semester Perkuliahan...	41
Tabel 7.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkatan Kelas Madrasah Diniyah .....	42
Tabel 8.	Norma Kategorisasi Data .....	43
Tabel 9.	Kategorisasi Skala Konsep Diri .....	43
Tabel 10.	Kategorisasi Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	44
Tabel 11.	Hasil Statistik Data Penelitian .....	44
Tabel 12.	Hasil Uji Reliabilitas Variabel Konsep Diri dan <i>Quarter Life Crisis</i>	45
Tabel 13.	Hasil Uji Normalitas Variabel Konsep Diri dan <i>Quarter Life Crisis</i>	46
Tabel 14.	Hasil Uji Linearitas Variabel Konsep Diri dan <i>Quarter Life Crisis</i>	47
Tabel 15.	Hasil Analisa Regresi Variabel Konsep Diri dan <i>Quarter Life Crisis</i> .....	47

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	28
----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian .....	59
Lampiran 2	Surat Balasan Izin Penelitian .....	61
Lampiran 3	Aiken V Skala Konsep Diri .....	63
Lampiran 4	Skala <i>Try Out</i> .....	65
Lampiran 5	Skala Penelitian .....	68
Lampiran 6	Tabulasi Data Skala Penelitian .....	74
Lampiran 7	Hasil Uji Validitas .....	77
Lampiran 8	Hasil Uji Reliabilitas .....	79
Lampiran 9	Hasil Uji Normalitas .....	81
Lampiran 10	Hasil Uji Linieritas .....	83
Lampiran 11	Hasil Uji Regresi .....	85
Lampiran 12	Lembar Persetujuan Publikasi .....	87
Lampiran 13	Hasil Cek Turnitin .....	89
Lampiran 14	Daftar Riwayat Hidup .....	92

**Quarter Life Crisis Ditinjau dari Konsep Diri  
pada Santri di Usia Dewasa Awal**

Ataka Muhammad As-Shobron  
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang  
Jalan Terusan Dieng No.62-64, Jawa Timur  
[20090000151@student.unmer.ac.id](mailto:20090000151@student.unmer.ac.id)

**INTISARI**

*Quarter life crisis* adalah fenomena yang sering terjadi pada individu yang menginjak dewasa termasuk para santri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dan *quarter life crisis* pada santri di usia dewasa awal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan mengukur skala konsep diri dan *quarter life crisis*. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan antara konsep diri dan *quarter life crisis* pada santri di usia dewasa awal. Pengambilan sampel dilakukan berdasarkan teknik *quota sampling* dan diperoleh 89 santri PP. Miftahul Huda Gading Malang sebagai sampel penelitian ini. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari uji regresi linear sederhana yaitu nilai sig p < 0,05 (0,000 < 0,05) yang berarti hipotesis penelitian diterima. Yakni terdapat hubungan antara konsep diri dan *quarter life crisis* dengan arah hubungan negatif dilihat dari nilai *coefficient beta* sebesar -.687. Artinya semakin positif konsep diri yang dimiliki maka semakin rendah tingkat *quarter life crisis*.

Kata Kunci: Konsep Diri, *Quarter Life Crisis*, Santri, Dewasa Awal

**Quarter Life Crisis as Measured by Self-Concept  
in Santri in Early Adulthood**

Ataka Muhammad As-Shobron  
Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang  
Terusan Dieng Street no.62-64, East Java  
[20090000151@student.unmer.ac.id](mailto:20090000151@student.unmer.ac.id)

**ABSTRACT**

*Quarter life crisis is a phenomenon that often occurs in individuals entering adulthood, including santri. This study aims to determine the relationship between self-concept and quarter life crisis in santri in early adulthood. This study uses a correlational quantitative approach by measuring the self-concept and quarter life crisis scales. The hypothesis of this study is that there is a relationship between self-concept and quarter life crisis in santri in early adulthood. Sampling was carried out based on quota sampling technique and obtained 89 santri of PP. Miftahul Huda Gading Malang as the sample of this study. The results of this study indicate that from the simple linear regression test, the sig p value is  $<0.05$  ( $0.000 < 0.05$ ), which means that the research hypothesis is accepted. Namely, there is a relationship between self-concept and quarter life crisis with a negative relationship direction seen from the coefficient beta value of  $-0.687$ . This means that the more positive the self-concept, the lower the level of quarter life crisis.*

*Keywords: Self-Concept, Quarter Life Crisis, Santri, Early Adult*