

**HUBUNGAN *HOPE* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA
TINGKAT AKHIR DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MERDEKA
MALANG**

SKRIPSI

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



Aulia Diva Febriana
21090000067

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

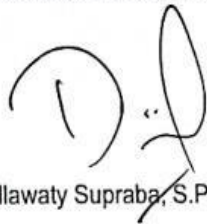
Nama : Aulia Diva Febriana
NIM : 21090000067
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan *Hope* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

Malang, 21 Mei 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si.

Eka Indah Nurmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



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

**Hubungan *Hope* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir
di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang**

Dipersiapkan dan disusun oleh

Aulia Diva Febriana

21090000067

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 22 April 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Eka Indah Nurmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si.

Anggota Penguji



Husnul Khotimah, S.Psi., M.A

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

Malang, 21 Mei 2025

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aulia Diva Febriana
Nomor Pokok : 21090000067
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Klinis
Judul Skripsi : Hubungan *Hope* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
Lokasi Penelitian : Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
Alamat Rumah Asal : Asrama Wisma Bayu No. 47, Lingk. Segara Kuta-Bali
No. Telp / Email : 0895623442134 / diva9d36@gmail.com

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, 21 Mei 2025



Aulia Diva Febriana

MOTTO

“Tidaklah mungkin bagi matahari mengejar bulan, dan malampun tidak dapat mendahului siang. Masing-masing beredar pada garis edarnya.”

(QS. Yasin : 40)

“Semesta yang luas dan indah ini, pasti juga punya cara kerja yang meluas dan indah untuk setiap makhluk di dalamnya. Maka kali ini, bertahanlah, bertahan untuk akhir yang baik.”

(Aulia Diva Febriana)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penulis persembahkan skripsi ini kepada Ayah Lutfi dan Ibu Nora tersayang, yang bukan lulusan perguruan tinggi, tetapi berhasil menyekolahkan penulis hingga perguruan tinggi.

Untuk segala kelayakan yang selalu Ayah dan Ibu usahakan. Untuk tatapan hangat yang selalu Ayah dan Ibu berikan meski aku masih jauh dari kata membanggakan. Untuk dekapan hangat karena aku harus jauh demi membenahi hidup agar jauh lebih baik. Untuk setiap keyakinan yang menyadarkanku bahwa harapan baru untukku akan selalu tercipta. Untuk belaian lembut pada hatiku, sehingga aku mengerti, bagaimana seharusnya hubungan seorang manusia dengan pencipta-Nya. Untuk setiap harap dalam tangisan yang terdengar pemilik langit, aku teramat bersyukur akan itu, teramat berterima kasih, teramat menyayangimu juga, Yah, Bu. Pada kehidupan yang tidak pernah kita ketahui sebentar atau lamanya ini, semoga Diva masih punya banyak kesempatan untuk membahagiakan Ayah dan Ibu. Terima kasih, karena telah mengusahakan yang terbaik untuk Diva. Gelar Sarjana Psikologi ini, Diva persembahkan untuk Ayah dan Ibu.

Tak lupa, untuk Alm. Opa Darmawan dan Oma Suhana, terima kasih karena telah menyayangi penulis dengan sepenuh dan sedalamnya cinta. Maaf karena belum bisa jadi yang membanggakan. Skripsi ini juga penulis persembahkan pada Opa dan Oma. Semoga karya kecil ini bisa membuat Opa tersenyum di tempat yang abadi itu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji dan rasa syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas kemurahan-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Berada pada titik ini, tentunya ada orang-orang hebat yang membantu dan memberikan segenap dukungannya kepada penulis. Maka dari itu, pada halaman ini, penulis ingin menyampaikan besarnya rasa terima kasih penulis kepada:

1. Kepada Allah SWT, terima kasih Ya Allah, karena atas bantuan-Mu lah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih karena sudah selalu menjaga, memudahkan, dan melimpahkan banyak kasih dan sayang-Mu. Sholawat serta salam juga penulis panjatkan kepada Nabi Muhammad SAW.
2. Kepada Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, terima kasih banyak Bu, untuk segala kebaikan dan kehangatan yang Ibu berikan, semua ilmu yang Ibu ajarkan untuk penulis dan teman-teman. Terima kasih sudah menjadi garda terdepan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Semoga Ibu selalu sehat, berumur panjang penuh berkah, dan selalu dalam penjagaan terbaik Allah SWT.
3. Kepada Ibu Eka Indah Nurmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog, terima kasih banyak Bu, terima kasih karena Ibu telah membimbing penulis dengan baik. Tanpa bantuan Ibu, mungkin penulis tidak bisa menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah selalu menjaga Ibu, Ibu berumur panjang penuh berkah. Sehat-sehat ya, Bu.

4. Kepada Ibu Husnul Khotimah, S.Psi., M.A dan Bapak Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si., terima kasih banyak karena telah membimbing penulis dan memberikan banyak masukan positif bagi penulis. Semoga Bapak dan Ibu selalu sehat, berumur panjang, dan selalu dalam penjagaan terbaik-Nya.
5. Kepada seluruh dosen pengajar dan staff yang berada di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, terima kasih banyak atas ilmu yang telah diberikan dan pesan-pesan motivasi yang menjadi penyemangat bagi penulis untuk menyelesaikan pendidikan ini dengan baik. Penulis berharap agar seluruh dosen pengajar dan staff selalu dalam lindungan Allah, diberikan kesehatan, dan kemudahan dalam setiap urusannya.
6. Kepada Bapak Muhammad Lutfi dan Ibu Aulia Nora Darmawan, terima kasih banyak atas kasih dan sayangnya, terima kasih sudah selalu ada, menjadi pendukung terbaik, dan menjadi orang tua yang begitu hebat. Tanpa doa dari Ayah dan Ibu, penulis tidak mungkin sampai di titik ini. Semuanya karena doa Ayah dan Ibu yang sampai kepada Allah.
7. Kepada Alm. Opa Darmawan, Oma Suhana, dan seluruh keluarga besar di Bali maupun di Lombok, terima kasih banyak untuk kasih sayang yang selalu diberikan, terima kasih atas doa-doa baiknya sehingga penulis bisa sampai pada titik ini. Semoga Opa bangga melihat penulis dari Atas sana, maaf karena belum bisa jadi yang membanggakan.
8. Kepada adik penulis, Muhammad Huan Dava Nugraha, terima kasih untuk segala doa baik dan dukungan yang diberikan kepada penulis. Terima kasih karena sudah menjadi pelipur lara bagi penulis.

9. Kepada Pe, Om Oong, Radja, Bintang, dan Bima, yang telah menjadi rumah kedua bagi penulis di Malang. Terima kasih karena Pe dan Om Oong telah menjadi sosok Ayah dan Ibu bagi penulis di tanah rantau ini, terima kasih karena telah menyayangi penulis.
10. Kepada Enjel Dite dan Zulfita Senja, terima kasih banyak karena telah menjadi sahabat yang begitu baik. Terima kasih untuk setiap suka dan duka yang kita lalui bersama dari awal perkuliahan hingga pada akhir perkuliahan ini. Kalau dulu, penulis hanya mengetahui bentangan langit Bali, tetapi saat ini, penulis juga sudah mengetahui bentangan langit Malang bersama dengan memori yang berisi penuh kalian di dalamnya. Mari hidup lebih lama, dan bertahan untuk akhir yang baik itu.
11. Kepada Cindy Berlianawati, Hanum Vemmi, Jeshica Eva, dan Meida Wulan, terima kasih banyak untuk setiap ilmu yang diajarkan, terima kasih sudah menjadi teman yang mau berbagi ilmu kepada penulis. Terima kasih sudah memberikan banyak kenangan indah yang begitu layak untuk dikenang dan menjadi salah satu pendukung baik bagi penulis.
12. Kepada Firna Adinda, Ilfa Magfiro, Candra Surya, dan Alsyahira Ramadhanesya, terima kasih banyak untuk masa-masa indah yang sudah kita habiskan di sisa masa perkuliahan ini. Terima kasih karena telah menjadi teman-teman yang berhati baik. Penulis senang bisa mengenal kalian.
13. Kepada Astajime (Jihan Nabilah, Alya Zahra, Peggy Acacia, Marcelina Putri, dan Sthira Sattwika), terima kasih karena jarak yang begitu jauh ternyata tidak menjadi penghalang bagi kita untuk terus bertegur sapa.

Terima kasih sudah menemani penulis dari masa putih biru, hingga kini penulis berada di perantauan.

14. Kepada Raisa Andriana dan Adele Laurie Blue Adkins, terima kasih karena telah menjadi sosok pahlawan dalam hidup penulis. Terima kasih atas karya-karya musik yang begitu luar biasa dan menguatkan penulis selama menempuh pendidikan S1 ini.
15. Kepada LPT Psikologi Universitas Merdeka Malang, terutama Ibu Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog dan Ibu Firlia Candra Kartika, S.Psi., M.Psi., Psikolog, juga teman-teman yang berada di LPT, terima kasih banyak karena telah membantu penulis untuk tumbuh dan berkembang. Terima kasih telah memberikan kesempatan yang berharga bagi penulis untuk menjadi bagian dari tim LPT Psikologi Universitas Merdeka Malang. LPT memberikan banyak pengalaman baru bagi penulis.
16. Kepada banyak insan yang penulis temui selama menempuh perkuliahan di Malang ini, terima kasih karena telah menjadi sebaik-baiknya pembelajaran untuk penulis. Terima kasih karena secara langsung maupun tidak langsung telah mengajarkan banyak sudut pandang baru bagi penulis.
17. Pada akhir ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada Aulia Diva Febriana, terima kasih karena selalu memilih bertahan dan berjuang untuk kehidupan yang jauh lebih baik. Mari hidup dengan baik, dan bertahan untuk akhir yang baik itu.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas segala rahmat, karunia, dan kemudahan yang diberikan-Nya sehingga skripsi yang berjudul, "Hubungan *Hope* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang" ini dapat penulis selesaikan dengan baik. Penyusunan penelitian ini bertujuan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada program studi S1 Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Adapun penelitian yang dilakukan ini menjelaskan terkait bagaimana *hope* yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang dapat memengaruhi mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi fase *quarter life crisis*.

Terlepas dari semua itu, penulis juga begitu menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan kesalahan yang ada. Namun, tetap besar harapan penulis agar skripsi ini dapat menjadi sebaik-baiknya manfaat, tidak hanya bagi penulis, tetapi juga bagi para pembaca dan memeberikan sedikit banyak manfaat bagi keilmuan psikologi itu sendiri. Mengenai kekurangan dan kesalahan yang ada, penulis menerima dengan lapang dada segala bentuk saran dan masukan yang membangun agar kedepannya dapat menjadi lebih baik lagi.

Malang, 21 Mei 2025

Aulia Diva Febriana

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
INTISARI	xvii
<i>ABSTRACT</i>	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. <i>Quarter Life Crisis</i>	7
1. Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i>	7
2. Aspek-Aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	8
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i>	10
B. <i>Hope</i>	12
1. Pengertian <i>Hope</i>	12
2. Aspek-Aspek <i>Hope</i>	12
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Hope</i>	14
C. Mahasiswa Tingkat Akhir	15
1. Pengertian Mahasiswa Tingkat Akhir	15
D. Keterkaitan antara <i>Quarter Life Crisis</i> dengan <i>Hope</i>	15
E. Hipotesis	17
BAB III METODE PENELITIAN	18
A. Desain Penelitian	18

B.	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	18
1.	Variabel Terikat: <i>Quarter Life Crisis</i>	18
2.	Variabel Bebas: <i>Hope</i>	19
C.	Partisipan Penelitian	19
1.	Populasi.....	19
2.	Sampel	20
D.	Cara Pengumpulan Data	21
1.	Skala <i>Hope</i>	21
2.	Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	22
E.	Cara Analisis Data.....	22
1.	Uji Asumsi.....	22
2.	Uji Hipotesis	23
F.	Prosedur Penelitian.....	23
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		25
A.	Deskripsi Subjek Penelitian	25
B.	Kategorisasi Data.....	26
C.	Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur.....	28
D.	Hasil Uji Hipotesis	29
1.	Uji Normalitas	29
2.	Uji Linearitas.....	30
3.	Uji Regresi.....	30
E.	Pembahasan	31
BAB V PENUTUP		35
A.	Kesimpulan.....	35
B.	Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA		37
LAMPIRAN		40

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Jumlah Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.....	20
Tabel 2 Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Angkatan.....	25
Tabel 3 Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	26
Tabel 4 Rumus Kategorisasi	27
Tabel 5 Kategorisasi Variabel <i>Hope</i>	27
Tabel 6 Kategorisasi Variabel <i>Quarter Life Crisis</i>	28
Tabel 7 Nilai Maksimal dan Nilai Minimal, Nilai Rata-Rata (M), Standar Deviasi (SD), dan Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i> (α).....	29
Tabel 8 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i> Variabel <i>Hope</i> dan <i>Quarter Life Crisis</i>	30
Tabel 9 Hasil Uji Linearitas Variabel <i>Hope</i> dan <i>Quarter Life Crisis</i>	30
Tabel 10 Hasil Analisa Regresi antara <i>Hope</i> dan <i>Quarter Life Crisis</i>	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir	17
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian	41
Lampiran 2 Tabulasi Data Skala Penelitian	50
Lampiran 3 Hasil Uji Normalitas dan Uji Linearitas	55
Lampiran 4 Hasil Uji Hipotesis	58
Lampiran 5 Kategorisasi Data	60
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian	63
Lampiran 7 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi	65
Lampiran 8 Hasil Cek Turnitin	67
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup	70

Hubungan *Hope* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

Aulia Diva Febriana

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

diva9d36@gmail.com

INTISARI

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan *hope* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional, dengan jumlah responden sebanyak 180 mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Penentuan sampling menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala *hope* dan *quarter life crisis* dalam bentuk skala likert. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,00 ($0,00 < 0,05$) dengan arah hubungan negatif. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan *hope* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang dengan arah hubungan negatif. Semakin tinggi *hope* yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir, maka semakin rendah tingkat *quarter life crisis* yang dimiliki, begitupun sebaliknya. Nilai R^2 yaitu sebesar 0,645 yang berarti *hope* memengaruhi *quarter life crisis* sebesar 64,5% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Penelitian ini dapat memberikan informasi bahwa *hope* dapat memprediksi tinggi rendahnya *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, sehingga dalam hal ini, mahasiswa tingkat akhir perlu memiliki *hope* agar dapat menghadapi tantangan pada fase *quarter life crisis* dengan cara pandang yang jauh lebih baik.

Kata Kunci: *Hope*; Mahasiswa tingkat akhir; *Quarter life crisis*

Relationship Between Hope and Quarter Life Crisis in Final Year Students at the Faculty of Psychology Merdeka University of Malang

Aulia Diva Febriana

Faculty of Psychology, Merdeka University of Malang

diva9d36@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between hope and quarter life crisis in final year students at the Faculty of Psychology Merdeka University of Malang. This study used a quantitative method with a correlational approach, with 180 respondents from the Faculty of Psychology, Merdeka University of Malang. The sampling determination used a simple random sampling technique. Data collection used a scale of hope and quarter life crisis in the form of a likert scale. The results of the analysis showed a significance value 0,00 ($0,00 < 0,05$) with a negative relationship direction. Based on this, it can be concluded that there is a relationship between hope and quarter life crisis in final year students at the Faculty of Psychology Merdeka University of Malang with a negative relationship direction. The higher the hope of final year students, the lower the level of quarter life crisis they have, and vice versa. The R^2 value is 0,645, which means that hope affects quarter life crisis by 64,5% and the rest is influenced by other factors. This study can provide information that hope can predict the level of quarter life crisis in final year students at the Faculty of Psychology Merdeka University of Malang, so in this case, final year students need to have hope in order to face the challenges in the quarter life crisis phase with a much better perspective.

Keywords: Final year students; Hope; Quarter life crisis