

**QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA DITINJAU DARI DUKUNGAN
SOSIAL TEMAN SEBAYA**

SKRIPSI

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



Silvira Ros Weni

21090000142

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Silvira Ros Weni
NIM : 21090000142
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Dukungan Sosial Teman Sebaya

Malang, 31 Juli 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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

**QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA DITINJAU DARI DUKUNGAN
SOSIAL TEMAN SEBAYA**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Silvira Ros Weni
21090000142

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 16 Juli 2025

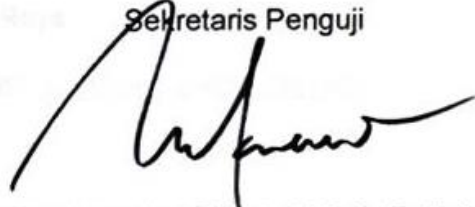
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



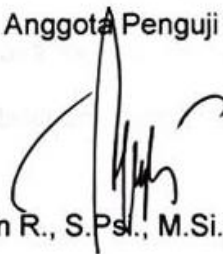
Ritna Sandri, S.Psi., M.Si., Psikolog

Sekretaris Penguji



Lukman Hakim, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anggota Penguji



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

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

Malang, 31 Juli 2025

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Silvira Ros Weni
Nomor Pokok : 21090000142
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Klinis
Judul Skripsi : *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Ditinjau Dari
Dukungan Sosial Teman Sebaya
Alamat Rumah : Jalan Jelarai Raya
No.Telp / Email : 082251475199/ silvirarosweni@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 pemyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 31 Juli 2025



Silvira Ros Weni

MOTTO

“Tidak perlu tergesa, tidak perlu merasa tertinggal. Pasti, kamu akan sampai. Ke tempat yang kamu impikan, ke hari-hari yang kamu doakan.”

“friendly reminder to step back and realize that you’re sitting in answered prayers”.

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan segala ketulusan hati, penulis mempersembahkan skripsi ini untuk diri sendiri, kedua orang tua, saudara, keluarga, dosen pembimbing, teman-teman dan seluruh responden yang senantiasa memberikan dukungan kepada penulis.

Terima kasih atas segala doa, saran, masukan, arahan, dan tentunya dorongan yang tak hentinya kebersamai penulis hingga penulisan skripsi ini berakhir.

Semoga Allah SWT memberikan kemudahan untuk siapa saja yang telah berjasa kepada hidup penulis.

Amin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusunan skripsi ini tidak akan tersusun dengan baik tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dorongan dari banyak pihak yang selalu mendampingi dan memberikan motivasi serta semangat kepada penulis selama menempuh proses perjalanan panjang pendidikan.

Oleh karena itu, dalam kesempatan ini izinkan penulis untuk menyampaikan beribu rasa syukur kepada segenap pihak atas segala dukungan baik secara moral maupun materi. Terima kasih dan apresiasi sedalam-dalamnya penulis ucapkan kepada:

1. Puji Syukur kepada kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya.
2. Kedua orang tua penulis, Bapak Irsyad Efendi dan Almh. Ibu Jumailah, Kakak penulis yaitu Sarah Kurnia Sari, S.Pd dan seluruh keluarga yang sangat berjasa demi kelangsungan skripsi ini.
3. Ibu Dr. Prihat Assih, SE., M.Si., Ak., CSRS selaku Rektor Universitas Merdeka Malang.
4. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
5. Bapak Muhammad Untung Manara, S.Psi., Ph. D. selaku Wakil Dekan I.
6. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Wakil Dekan II.
7. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si selaku Ketua Program Studi Psikologi.
8. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si. selaku Sekretaris Program Studi Psikologi.
9. Bapak Lukman Hakim, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Wali.
10. Ibu Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang tiada lelah memberikan ribuan masukan untuk kelancaran skripsi.

11. Jajaran Bapak dan Ibu Dosen serta Staf Psikologi Universitas Merdeka Malang.
12. Sahabat yang senantiasa hadir dalam suka maupun duka di kota perantauan, Valencia Baby Aulia, Adhelia Adinda Kamya Putri dan Amanda Putri Ramahda.
13. Sahabat yang selalu dan saling menguatkan meskipun beda kota, Resti Sindi Mulyanti, Jessica Pricillia Kwan, Nasywa Amelsya Salsabillah, Hasriani Binti Rusli, Angelica Franshy Wollah, Khumairoh Nindya Azizah, Nadila Aprilia Ridwan, Revi Amanda Leksana Putri dan Jenny Savitri.
14. Teman seperjuangan dalam menempuh pendidikan yaitu Salwaa Putri Roshanti, Ardhiatna Roudlotul Jannah, Sylvina Damayanti, Hisyam Rizal Revansyah dan Krisantius Happy.
15. Teman KKN yang juga selalu menemani dalam berproses, yaitu Nadia Baso dan Elvina Damayanti.
16. Diana Sari dan Veronica Lenny Puspitasari yang juga turut membersamai penulis dalam pengerjaan skripsi.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis, sehingga skripsi dengan judul "***Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa ditinjau dari Dukungan Sosial Teman Sebaya**" dapat terselesaikan dan disusun dengan baik dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana pada program studi S1 Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Penyusunan skripsi ini tidak akan tersusun dengan baik tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dorongan dari banyak pihak yang setia mendampingi dan memberikan motivasi serta semangat kepada penulis selama menempuh proses perjalanan panjang pendidikan. Sehingga pada kesempatan ini pula penulis ucapkan rasa syukur tak terhingga juga rasa syukur yang tak terhingga berkali-kali penulis ucapkan untuk semua yang dengan tulus telah mendukung penulis hingga sampai dititik ini.

Malang, 31 Juli 2025



Silvira Ros Weni

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMAKASIH	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. <i>Quarter Life Crisis</i>	9
1. Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i>	9
2. Aspek-Aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	10
3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i>	11
B. Dukungan Sosial Teman Sebaya	14
1. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya	14
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	15
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial Teman Sebaya	16

C. Keterkaitan Dukungan Sosial Teman Sebaya dan <i>Quarter Life Crisis</i>	17
D. Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Desain Penelitian.....	19
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	19
1. <i>Quarter Life Crisis</i>	19
2. Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	19
C. Partisipan Penelitian	20
1. Populasi	20
2. Sampel	20
D. Cara Pengumpulan Data	21
E. Cara Analisis Data	23
F. Prosedur Penelitian	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
A. Deskripsi Subjek Penelitian	27
B. Kategorisasi Data	28
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Data.....	29
D. Hasil Uji Hipotesis.....	30
E. Pembahasan	33
BAB V PENUTUP.....	37
A. Kesimpulan.....	37
B. Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN.....	40

DAFTAR TABEL

Tabel 1 <i>Skoring Aitem Favorable dan Unfavorable</i>	22
Tabel 2 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	27
Tabel 3 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	27
Tabel 4 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Universitas	28
Tabel 5 Kategorisasi Data Secara Umum	28
Tabel 6 Kategorisasi Data	29
Tabel 7 Kategorisasi Data Dukungan Sosial Teman Sebaya	29
Tabel 8 Kategorisasi Data <i>Quarter Life Crisis</i>	29
Tabel 9 Nilai Maks dan Min, Nilai (M), Standar Deviasi (SD) dan (α)	30
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas	30
Tabel 11 Hasil Uji Linearitas.....	32
Tabel 12 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir	18
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Blueprint	41
Lampiran 2 Skala Penelitian	44
Lampiran 3 Tabulasi Data	50
Lampiran 4 Hasil Uji Reliabilitas	91
Lampiran 5 Hasil Uji Asumsi.....	93
Lampiran 6 Hasil Uji Hipotesis.....	97
Lampiran 7 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi	99
Lampiran 8 Hasil Cek Turnitin	101
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup.....	104

QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA

Silvira Ros Weni
Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang
silvirarosweni@gmail.com

INTISARI

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap quarter life crisis pada mahasiswa. Metode penelitian ini adalah kuantitatif yang berdesain korelasional. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa yang berusia 18-25 tahun di kota Malang. Penentuan sampel dilakukan dengan pendekatan accidental sampling. Pengumpulan data menggunakan skala likert untuk mengukur variabel dukungan sosial teman sebaya dan quarter life crisis. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji regresi linier sederhana. Hasil analisis data menunjukkan nilai sebesar 0,188, serta nilai signifikansi $(0.001) < 0.05$. Kesimpulan penelitian ini yaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap quarter life crisis pada mahasiswa sebesar 18,8% dengan arah hubungan negatif, artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah tingkat quarter life crisis yang dialami individu.

Kata Kunci: Mahasiswa, Dukungan Sosial Teman Sebaya, Quarter Life Crisis

QUARTER-LIFE CRISIS IN COLLEGE STUDENTS VIEWED FROM PEER SOCIAL SUPPORT

Silvira Ros Weni
Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang
silvirarosweni@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this research is to determine the influence of peer social support on the quarter-life crisis among students. The research method used is quantitative with a correlational design. The population of this study consists of students aged 18-25 years in the city of Malang. The sample determination was carried out using the accidental sampling approach. Data collection used a Likert scale to measure the variables of peer social support and quarter-life crisis. The data analysis technique used is simple linear regression. The data analysis results show a value of 0.188, with a significance value $(0.001) < 0.05$. The conclusion of this study is that there is a significant influence between peer social support and the quarter-life crisis in students by 18.8% with a negative relationship direction, meaning that the higher the peer social support, the lower the level of quarter-life crisis experienced by individuals.

Keyword: College Student, Peer Social Support, Quarter Life Crisis