

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KRISIS
SEPEREMPAT HIDUP PADA DEWASA AWAL DI KELURAHAN
PUDAK PAYUNG KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Disusun Oleh :

Dian Arya Hapsari

(30701800029)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN
DIRIDENGANKRISISSEPEREMPATHIDUPPADADEWASA
AWALDIKELURAHANPUDAKPAYUNGSEMARANG**

Dipersiapkandan

Disusun oleh:

Dian Arya Hapsari
30701800029

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan penguji guna
memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal



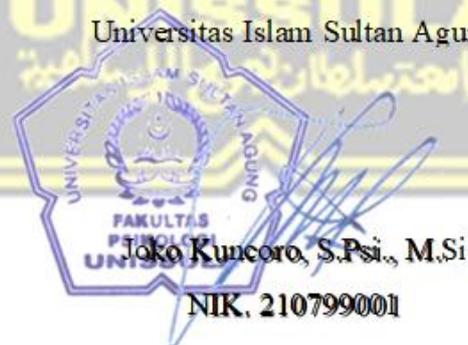
Diany Ufieta Syafitri, S.Psi, M.Psi, Psikolog

27 Juli 2022

Semarang, 27 Juli 2022

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung



Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KRISIS SEPEREMPAT
HIDUP PADA DEWASA AWAL DI KELURAHAN PUDAK PAYUNG
KOTA SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Dian Arya Hapsari
Nim: 30701800029

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal 05 Agustus 2022

Dewan Penguji

1. Agustin Handayani, S.Psi, M.Si
2. Ratna Supradewi, S.Psi, M.Si, Psikolog
3. Diany Ufieta Syafitri, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tanda Tangan



Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 23 Agustus 2022

Mengetahui



Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung

Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si
NIK. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya Dian Arya Hapsari dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.



Semarang, 27 Juli 2022

Yang menyatakan



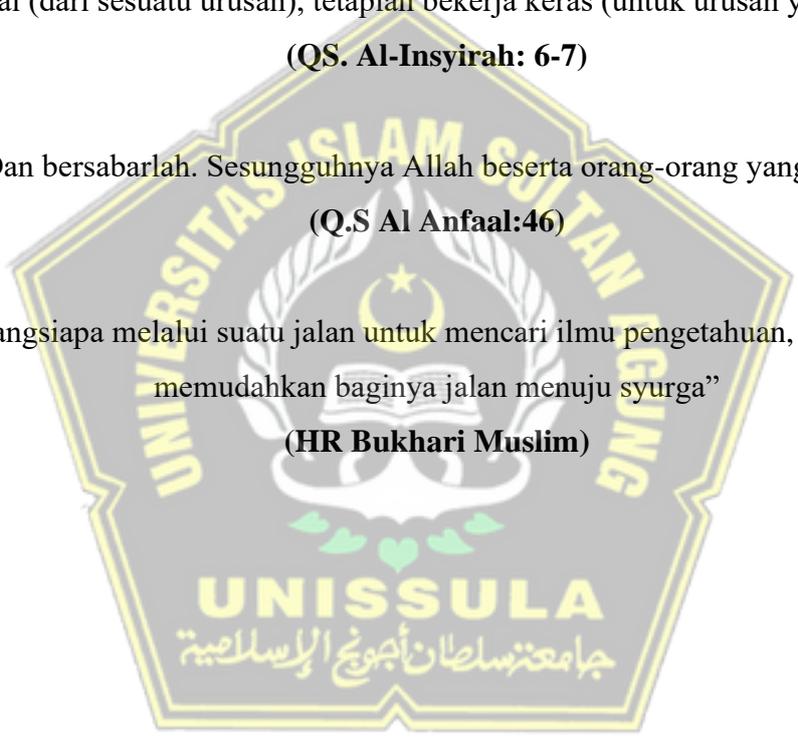
Dian Arya Hapsari

30701800029

MOTTO

“Dan Allah tidak menjadikan pemberian bala bantuan itu melainkan sebagai kabar gembira bagi kemenanganmu, dan agar tentram hatimu karenanya. Dan kemenanganmu itu hanyalah dari Allah.”

(Q. S. Al-Isra’: 36)

Sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)”.


(QS. Al-Insyirah: 6-7)

“Dan bersabarlah. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.”

(Q.S Al Anfaal:46)

“Barangsiapa melalui suatu jalan untuk mencari ilmu pengetahuan, Allah akan memudahkan baginya jalan menuju syurga”

(HR Bukhari Muslim)

PERSEMBAHAN

Penulis persembahkan karya ini kepada :

Papa dan Mama tercinta, yang slalu menyayangi dan merawatku hingga sat ini.

Serta keluarga besar penulis, yang selalu memanjatkan doa, mendukung dan memberikan motivasi, serta anggota keluargaku, Irvan Arya dan Pramaditya Arya.

Almamaterku tercinta, Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang sebagai tempat menimba ilmu, serta akan menjadi sebuah saksi awal mula masa depanku terbentuk, dan tidak terlupakan, karena banyaknya ilmu yang berharga yang telah didapatkan.

Dosen pembimbing Ibu Diany Ufieta Syafitri, S.Psi, M.Psi, Psikolog yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, memberikan ilmu, masukan, nasehat, dukungan, serta telah meluangkan waktu sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ini.

Sahabat serta teman-temanku yang senantiasa selalu menjadi saksi perjalanan hidupku, terimakasih sudah menemaniku, mendengarkan keluh kesahku, memberikan motivasi untukku dan terimakasih menjadi temanku.

Teuntuk diriku sendiri, yang sudah mau berjuang hingga di titik ini dan telah berhasil menyelesaikan karya ini, terimakasih kamu luar biasa.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat, hidayah dan ridho yang telah diberikan kepada penulis sehingga karya yang sederhana ini mampu penulis selesaikan sebagai salah satu syarat untuk mencapai derajat S-1 Sarjana Psikologi. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan besar Nabi Muhammad SAW, semoga kita semua selalu mendapatkan syafa'at dari baginda Rasul.

Penulis mengakui dalam jalannya penulisan ini banyak kendala dan rintangan yang datang, namun berkat bantuan, dukungan, dan motivasi yang diberikan oleh semua pihak secara moril dan materil, semua hal yang terasa berat menjadi ringan. Akhirnya dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah banyak membantu penulis selama menjalankan studi di Fakultas Psikologi Unissula.
2. Ibu Diany Ufieta Syafitri, S. Psi., M. Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi yang senantiasa selalu memberikan arahan, dukungan, motivasi, serta tempat penulis berkeluh kesah. Terima kasih telah meluangkan waktu selama ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar.
3. Bapak Abdurrohman, S. Psi., M. Si, selaku dosen wali yang senantiasa membantu dan memberikan saran serta memperhatikan penulis selama ini dalam menjalankan studi di Fakultas Psikologi.
4. Seluruh Bapak dan ibu Dosen Fakultas Psikologi yang telah berjasa dan memberikan berbagai ilmu yang bermanfaat sehingga penulis mendapatkan berbagai pengetahuan dan berbagai pengalaman semoga keberkahan selalu menyertai kalian.
5. Bapak dan Ibu Staf TU dan Perpustakaan Fakultas Psikologi Unissula, yang telah mempermudah dalam proses perizinan penelitian hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.

6. Bapak dan Ibu yang penulis sayangi dan cintai, Gunardi dan Desi Ariyanti yang tidak pernah putus dalam mendo'akan, memberi dukungan, semangat, motivasi, dan kasih sayang serta sabar dalam mendidiku selama ini. Terima kasih karena tidak kenal lelah dalam membimbing dan menasehatiku hingga saat ini dan adikku tercinta, Muhammad Irvan Arya Dwi Pangga dan Pramaditya Arya Fadillah.
7. Seluruh warga atau dewasa awal Kelurahan Pudak Payung Semarang selaku subjek penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu dan telah berkontribusi untuk mengisi skala penelitian, tanpa kalian skripsi ini bukanlah apa-apa.
8. Devi Ratri Rismawati, Syifa Nur Afifah, Mita Aulia Septiana, Sukma Suci Wulandari, Azzahra Wilda Kamila, Anggita Ragil Subekti, Dyah Hayu Handayani, Sonia Ade Anggraenny, Putri Jesicasa, Intan Dewi Rachmadhawati, Anna yunia Rachmawati dan Aulia Trisna Listyawati, selaku teman dan sodara terdekat yang telah menemani penulis, terimakasih karena selalu ada dan telah menjadi teman dan *support system* yang baik bagi penulis.
9. Untuk para Idol K-Pop, terimakasih karena selalu menjadi penyemangat dan *Support System*, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
10. Teman-teman kelas A Angkatan 2018 yang telah menemani penulis selama mengenyam pendidikan bersama semoga kalian sehat dan sukses selalu.
11. Kakak tingkatku yang selalu memberikan bantuan dan arahan selama pengerjaan skripsi ini, Veais Nindika Pratama, dan Firja Khoirun Nisa'.
12. Kepada semua pihak yang telah ikut membantu dan berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, dari hati saya yang terdalam saya ucapkan terima kasih atas segala kebaikan, do'a dan dukungan yang selalu diberikan kepada penulis. Semoga selalu diberikan kesehatan dan balasan yang setimpal oleh Allah SWT, amiin.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan yang terdapat di dalam skripsi ini, maka dari itu dengan hati saya yang terbuka penulis meminta kritik dan saran dari berbagai pihak agar skripsi ini dapat diperbaiki. Semoga dengan banyaknya kekurangan yang ada didalam skripsi ini dapat memberikan sedikit manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan terutama dalam bida Psikologi.

Semarang, 27 Juli 2022



Dian Arya Hapsari



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	12
A. Krisis Seperempat Hidup.....	12
B. Kepercayaan diri Individu	24
C. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Krisis Seperempat Hidup.....	29

D.	Hipotesis	31
BAB III METODE PENELITIAN.....		32
A.	Identifikasi Variabel	32
B.	Definisi Operasional	32
C.	Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	33
D.	Metode pengumpulan data	35
E.	Validitas, Uji Daya Beda Aitem, dan Reliabilitaas Alat Ukur	37
F.	Teknik Analisis Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		40
A.	Orientasi Kancah Penelitian dan Persiapan Penelitian	40
B.	Pelaksanaan Penelitian	49
C.	Analisis Data dan Penelitian.....	50
D.	Deskripsi Variabel Penelitian	52
E.	Pembahasan	55
F.	Kelemahan Penelitian.....	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		59
A.	Kesimpulan.....	59
B.	Saran	59
DAFTAR PUSTAKA		60

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blue Print</i> Skala Krisis Seperempat Hidup.....	36
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Kepercayaan diri.....	37
Tabel 3. Sebaran Aitem skala Krisis Seperempat Hidup (untuk uji coba)	43
Tabel 4. Sebaran Aitem skala Kepercayaan Diri (untuk uji coba).....	44
Tabel 5. Data Rincian Untuk Uji Coba Skala	45
Tabel 6. Sebaran Aitem Krisis Seperempat Hidup	46
Tabel 7. Sebaran Aitem kepercayaan Diri	47
Tabel 8. Sebaran aitem penomoran ulang skala krisis seperempat hidup untuk penelitian ...	48
Tabel 9. Sebaran aitem penomoran ulang skala kepercayaan diri untuk penelitian	48
Tabel 10. Demografi Subjek Penelitian	50
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas	51
Tabel 12. Norma Kategorisasi Skor	52
Tabel 13. Deskripsi Skor Skala Krisis Seperempat Hidup	53
Tabel 14. Kategorisasi Skor Skala Krisis Seperempat Hidup.....	54
Tabel 15. Deskripsi Skor Skala Kepercayaan Diri.....	55
Tabel 16. Kategorisasi Skor Skala Kepercayaan Diri.....	55



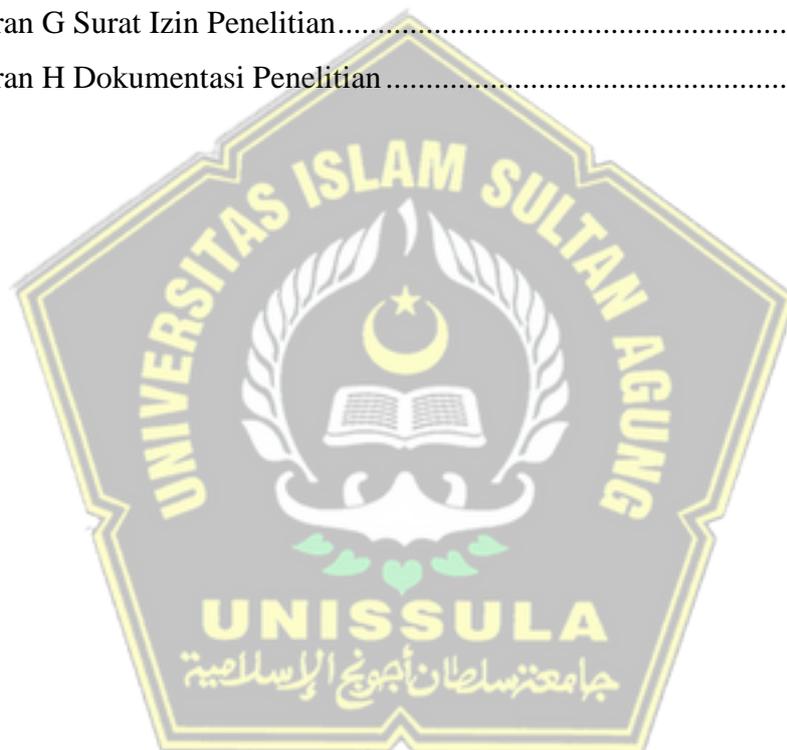
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kategorisasi Krisis Seperempat Hidup	54
Gambar 2. Kategorisasi Kepercayaan Diri.....	55



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Skala Uji Coba.....	67
Lampiran B Tabulasi Skala Data Uji Coba.....	77
Lampiran C Uji Beda Daya Aitem dan Reliabilitas.....	104
Lampiran D Skala Penelitian	112
Lampiran E Tabulasi Data Skala Penelitian	122
Lampiran F Analisis Data	182
Lampiran G Surat Izin Penelitian.....	186
Lampiran H Dokumentasi Penelitian.....	187



**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KRISIS
SEPEREMPAT HIDUP PADA DEWASA AWAL DI KELURAHAN
PUDAK PAYUNG SEMARANG**

DianArya Hapsari
Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung
Email: dianhapsari@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup pada dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung Semarang. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dewasa awal pada Kelurahan Pudak Payung RW 1 sampai 16 dengan jumlah sampel sebanyak 365 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur, yakni skala krisis seperempat hidup yang terdiri dari 50 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,955 dan skala kepercayaan diri yang terdiri dari 26 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,921. Hasil analisis korelasi *spearman* menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara krisis seperempat hidup dengan kepercayaan diri. Semakin tinggi kepercayaan diri maka akan semakin rendah tingkat krisis seperempat hidup yang dialami pada dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung Semarang dengan taraf korelasi sebesar -0,689 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Kepercayaan diri memberikan sumbangan efektif sebesar 49,3%, sedangkan 50,7% sisanya merupakan faktor lain yang mempengaruhi terjadinya krisis seperempat hidup yang belum terungkap dalam penelitian ini seperti dukungan sosial, kematangan karir, kualitas hidup dan lain sebagainya.

Kata Kunci :Krisis seperempat hidup, Kepercayaan diri

RELATIONSHIP BETWEEN SELF CONFIDENCE AND QUARTER LIFE CRISIS AMONG EARLY ADULT IN PUDAK PAYUNG SEMARANG

DianArya Hapsari
Faculty Of Psychology
Sultan Agung Islamic University
Email: dianhapsari@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is a relationship between self-confidence and a quarter of life crisis in early adulthood in Puduk Payung Village, Semarang. The population used in this study were early adults in Puduk Payung Village RW 1 to 16 with a total sample of 365 respondents. The sampling technique used was cluster random sampling. This study uses two measuring tools, namely a quarter-life crisis scale consisting of 50 items with a reliability coefficient of 0.955 and a self-confidence scale consisting of 26 items with a reliability coefficient of 0.921. The results of the Spearman correlation analysis show that there is a significant negative relationship between a quarter-life crisis and self-confidence. Where the higher the self-confidence, the lower the level of a crisis of a quarter of life experienced in early adulthood in Puduk Payung Village, Semarang with a correlation level of -0.689 with a significance 0.000 ($p < 0.01$). Self-confidence provides an effective contribution of 49.3%, while the remaining 50.7% are other factors that influence the occurrence of a quarter of life crises that has not been revealed in this study such as social support, career maturity, quality of life, and so on.

Keywords: Quarter-life crisis, Confidence

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Semua manusia pasti mengalami tahap perkembangan yang paling kompleks dalam kehidupan yang dijalannya selama ini mulai dari tahapan anak-anak hingga dewasa. Dari semua tahapan perkembangan tersebut pasti memiliki karakter dan tuntutan yang harus mereka jalani. Pada masa dewasa awal adalah tahap dimana seseorang memiliki banyak masalah, ketegangan emosi, permasalahan sosial, hingga penyesuaian diri dalam kehidupan dimasa yang akan datang (Tanner et al., 2008). Pada masa dewasa awal rentang usia 20-24 tahun, memiliki banyak tantangan yang harus di hadapi seperti krisis emosional, keraguan akan kemampuan diri dan kecemasan dalam menghadapi masa depan. Kondisi ini biasanya lebih populer disebut dengan krisis seperempat hidup (*quarter life crisis*) (Atwood & Scholtz, 2008). Pada karakter tersebut krisis seperempat hidup individu sedang dalam masa mengeksplorasi diri, memulai hidup mandiri, mengembangkan nilai-nilai yang selama ini di dapatkan serta membentuk suatu hubungan.

Menurut Papalia & Feldman (2014) masa krisis seperempat hidup sebagai masa dewasa awal yang dicetuskan oleh Arnett (2001). Individu yang berada pada tahap dewasa awal berusia 18 sampai 29 tahun, pada tahap tersebut seseorang dianggap telah mampu mengakhiri ketergantungan pada fase remaja, akan tetapi mereka kurang mampu memiliki rasa tanggung jawab yang biasanya ditemukan pada fase dewasa awal (J. J. Arnett, 2000).

Dewasa awal merupakan tahap peralihan individu dari remaja menuju dewasa, dimana individu pada tahap ini mengalami Krisis Seperempat Hidup (Agarwal et al., 2020). Tahap peralihan individu dari remaja menjadi dewasa yang memiliki permasalahan yang terjadi dalam diri mereka. Manusia pada masa itu pasti akan mempertanyakan bagaimana cara mereka untuk menjalani kehidupan selanjutnya, serta individu pada tahap ini Sebagian besar merupakan lulusan perguruan tinggi (Robbins, A., & Wilner, 2001). Krisis

seperempat hidup sering muncul saat individu berada pada usia 20-an tahun, dimana saat itulah individu memasuki usia dewasa yang diselimuti dengan perasaan khawatir terhadap hidup selanjutnya dimasa depan, seperti masalah karir dan kehidupan sosial (Syifa'ussurur et al., 2021). Selain itu krisis seperempat hidup dapat dijelaskanandaikata reaksi berhubungan dengan puncak kelemahan padaperubahan yang terjadi secara terus-menerus, terlalu banyak keinginan, beserta mempunyaipandangan yang tegang dan kurang nyaman sertaketidakberdayaan adapun yang terjadi dalam usia 18 sampai 29 tahun (Afnan et al., 2020). Awal mulanya biasanya ditandai dengan mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan perkuliahan, dengan memiliki karakter, emosis yang tidak stabil atau bisa di bilang frustrasi, memiliki rasa panik dan khawatir berlebih, dan tidak tahu arah masa depan yang akan mereka ambil. Menurut Robbin dan Wilner dalam (Afnan et al., 2020), Kritis seperempat hidup dapat menyebabkan individu mengalami depresi dan gangguan psikis lainnya.

Menurut Robinson & Wright, (2013) sebanyak 1.023 dewasa awal yang tinggal di Inggris mengalami krisis pada umur 20 hingga 29 tahun dilaporkan sebanyak 39% pria dan 49% wanita pada umur 20-an tahun mereka mengalami masa krisis. Terdapat penelitian yang sama di Inggris terdapat 1000 orang yang menunjukkan bahwa terdapat sekitar 70% orang yang berusia 30-an tahun dan 35% terjadi pada mereka yang berusia 40-an yang dimana mereka memiliki fase krisis kehidupan yang luar biasa yang menyebabkan mereka mengalami krisis kehidupan itu di mulai ketika usia mereka menginjak 20-an tahun(O. . Robinson, 2019). Menurut *The Guardian* yang dikutip dari Forbes 85% remaja milenial (antara kelahiran 1980-2000) mengalami krisis seperempat hidup pada usia 20-30 tahun. Kebanyakan dari mereka menanyakan mengenai diri sendiri apa apa yang sebenarnya mereka inginkan dalam hidup. Mereka mulai sering merasa kecewa terhadap dirinya, tidak percaya diri dan lain sebagainya (Raka Dimas Maulana & Syarip Hidayatullah, 2019).

Fase yang dialami pada masa tersebut merupakan masa krisis seperempat hidup yang penting bagi mereka yang sedang melakukan eksplorasi lebih dalam mengenai diri sendiri. Hal yang dilakukan dalam mengeksplorasi biasanya mengenai bidang pendidikan, pekerjaan, dan hubungan antara relasi atau hubungan dengan lawan jenis. Eksplorasi yang dilakukan pada masa dewasa awal sangat luas yang dapat menyebabkan ketidakstabilan dalam diri seseorang yang terlalu banyak melakukan perubahan dalam dirinya dan sebagian diri mereka merasakan perubahan tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Arnett, J. J., & Tanner, 2006).

Dalam kehidupan dewasa awal muncul tuntutan sosial terhadap individu masuk dalam fase dewasa memiliki kewajiban yang harus dijalani salah satunya menghadapi dunia sosial, hal ini menimbulkan perasaan ragu pada diri, cemas serta krisis emosional. Dalam hidup kemasyarakatan ketika individu memasuki dewasa awal akan banyak pertanyaan yang timbul dari lingkungan. Hal ini menjadi salah satu tantangan sosial terbesar tiap individu pada fase dewasa awal (Herawati & Hidayat, 2020). Individu harus memiliki kesiapan dalam menghadapi masalah sosial yang ada walaupun individu dalam fase dewasa awal memiliki perasan cemas, krisis dalam emosional serta selalu memiliki rasa ragu dalam dirinya sendiri dan mereka termasuk dalam fase krisis seperempat hidup.

Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Artiningsih & Savira (2021) yang di Surabaya dengan 63 dewasa awal, ditemukan 55,6% mereka mengaku memiliki emosi yang negatif mengenai kondisi mereka saat ini, karena krisis kehidupan mereka mengaku merasa kosong ketika melihat teman-teman mereka dengan kekasihnya, sudah memiliki pekerjaan yang diinginkan bahkan mereka juga merasa kurang berharga dan rendah diri ketika tidak bisa seperti teman-teman seusia mereka. Penelitian lain juga dilaksanakan oleh (Herawati & Hidayat, 2020) pada daerah Pekanbaru dewasa awal Adapun yang mengalami krisis seperempat hidup memiliki beberapa tingkatan. Dari jumlah responden penelitian yang berjumlah 236 orang. Berdasarkan pada kategorisasi tingkatan penelitian yang dilakukan oleh herawati dan Hidayat,

krisis seperempat hidup kebanyakan berada pada kategori krisis kehidupan sedang dengan jumlah 102 responden dan memiliki persentase sebesar 43.22%, selanjutnya untuk kategori tinggi dengan 66 responden memiliki persentase sebesar 27.97%, pada kategori rendah dengan 35 responden memiliki persentase sebesar 14.83%, kemudian pada kategori sangat tinggi sebanyak 34 responden memiliki persentase sebesar 10.17% dan yang terakhir pada kategori sangat rendah yang memiliki 9 responden yang memiliki persentase sebesar 3.82%. Sebagian besar dewasa awal dalam penelitian tersebut mengalami krisis seperempat hidup, karena responden yang memiliki krisis kehidupan pada kategori sedang memiliki persentase paling tinggi dan dapat disimpulkan bahwa dewasa awal yang berada di Pekanbaru mengalami krisis seperempat hidup.

Adanya data yang sudah di jelaskan di atas terdapat individu pada fase dewasa awal yang mengalami krisis seperempat hidup. Hal ini yang menjadikan dasar peneliti untuk melakukan penelitian mengenai krisis seperempat hidup yang dialami oleh dewasa awal di Kecamatan Banyumanik Kota Semarang. Oleh karena itu peneliti melakukan wawancara dengan responden yang mempunyai masalah seperempat hidup, sebagai berikut :

Wawancara pada responden pertama berinisial MAS, yang merupakan alumni salah satu perguruan tinggi negeri, yang lulus pada tahun 2020, berusia 22 tahun dan belum mendapatkan pekerjaan, hasil wawancara sebagai berikut:

“Sejauh ini saya masih kebingungan dalam memilih jenis pekerjaan, karena saya sudah mencoba menyebarkan CV di beberapa perusahaan, namun tidak ada kejelasan dan hal tersebut membuat saya memiliki rasa putus asa dan cemas mengenai masa depan pasti ada. Tapi saya berfikir hanya untuk istirahat bukan untuk menyerah. Saya rasa kemampuan yang saya memiliki sesuai dengan bidang sudah cukup untuk bersaing dengan orang lain tapi mungkin untuk hal-hal baru saya harus masih banyak belajar. Rasa khawatir pasti masih ada dan melekat sampai sekarang akan hal-hal yang terjadi dimasa mendatang. Lingkungan sangat berpengaruh terhadap pola pikir orang yang sedang mengalami pendewasaan awal, pastinya tertekan karena dari pembicaraan tersebut akan menjadi beban bagi kita. Tapi hal tersebut juga menjadikan

motivasi bahkan cambukan untuk kita lebih giat dan membuktikan bahwa pembericaraan tersebut tidak benar. Rasa iri terhadap teman itu ada tapi kita tidak perlu memusuhi dan terus-terus membandingannya dengan diri sendiri, karena tiap individu mempunyai goal setting nya sendiri.”

Wawancara pada responden kedua berinisial CWIP, yang merupakan salah satu perguruan tinggi swasta, yang lulus pada tahun 2019 dan berusia 24 tahun, hasil wawancara sebagai berikut :

“Masih merasa bingung untuk menentukan pekerjaan. Satu sisi saya bekerja bukan sesuai passion dan satu sisi jika sesuai passion saya harus terus mencari pekerjaan. Saya sudah bekerja tetapi belum sesuai passion saya. Jika saya memilih sesuai passion saya, saya akan melamar kesana kemari dan menunggu beberapa proses rekrutmen secara terus menerus, sampai saya merasa lelah dan hampir putus saya, Akhirnya saya mengambil keputusan bekerja tidak sesuai passion karena saya ingin mencoba hal-hal baru dan sudah terlalu lama mencari pekerjaan dan menunggu beberapa proses penrekrutmen. Hal yang baru pasti akan membuat diri menjadi tertekan, karena adanya perubahan yang harus dikerjakan. Terkadang merasa membandingkan diri dengan orang lain bahkan dengan teman sendiri itu sering terjadi pada diri saya. Seperti beradu nasib tetapi hal itu sebenarnya tidak begitu penting karena yang namanya rezeki tidak pernah tertukar, jadi saya hanya mencoba merubah pikiran membandingkan dengan adanya timbul rasa syukur”

Wawancara pada responden ketiga berinisial PAH, yang merupakan salah satu mahasiswa akhir pada Perguruan Negeri di kota Semarang dan berusia 22 tahun, hasil wawancara sebagai berikut :

“Untuk mengambil keputusan saat akan masuk kuliah, saya dan orang tua sudah bertentangan, namun akhirnya keputusan saya lah yang dapat diterima orang tua. Seiring berjalannya waktu saya merasa pilihan tersebut salah karena melihat peluang pekerjaan saat ini. Pada saat saya menyusun skripsi ini, saya hanya berfikir peluang kerja apa yang bisa saya masuki dan disaat itulah saya mempunyai rasa kecemasan dan ketakutan akan masa depan. Saya sudah mempunyai beberapa rencana untuk masa depan tapi untuk mejalankan sendiri saya masih ragu dengan kemampuan yang saya miliki. Rasa ragu tersebut menjadikan saya takut untuk mencoba dan sulit untuk menentukan pilihan. Untuk hubungan relasi sendiri, saya mempunyai cukup banyak teman baik mulai dari berbagai umur. Relasi ini dirasa penting karena kehidupan sosial terkadang bergantung satu sama lain dengan orang lain.”

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan dengan 3 individu yang menginjak usia dewasa awal yang sebelumnya sudah dijelaskan dapat diambil kesimpulan bahwasanyadewasa awal pada Kecamatan Banyumanik di Semarang yang memiliki permasalahan fase krisis seperempat hidup, ditandai dengan rasa kebingungan dalam mencari pekerjaan, khawatir akan kondisi pada masa depan yang belum pasti, cemas dan tertekan dengan kondisi yang dialaminya. Kebanyakan dari subjek juga merasa mendapatkan tekanan terhadap lingkungan subjek, hal ini dikarenakan banyaknya pertanyaan kepada subjek mengenai pekerjaan. Kurangnya kepercayaan diri juga dialami salah satu subjek, karena subjek sudah menyebarkan CV ke beberapa perusahaan, namun subjek tidak mendapatkan kelanjutan balasan terhadap surat lamaran yang sudah dikirimkan yang membuat subjek menjadi memiliki perasaan khawatir, cemas dan kebingungan.

Subjek yang tidak lolos dalam mencari pekerjaan, salah satunya karena di salah satu tahapan penerimaan subjek sudah mengikuti, namun kemudian dari perusahaan subjek melamar tidak mengirim surat balasan apakah subjek lolos tahap selanjutnya atau tidak, dikarenakan tidak mendapat surat balasan atau panggilan dari perusahaan yang dilamar oleh subjek, menjadikan pertanyaan bagi lingkungan di sekitar subjek salah satunya menjadi perbincangan bagi para tetangga subjek karena subjek tak kunjung mendapatkan pekerjaan yang membuat subjek menjadi kurang percaya diri dengan pertanyaan yang diberika tetangga subjek.

Selanjutnya terdapat subjek yang kurang memiliki kepercayaan diri mengenai pekerjaan yang akan diambil setelah subjek menyelesaikan pendidikan pada perguruan tinggi. Hal ini karena subjek memiliki pendapat sendiri mengenai jurusan yang subjek ambil, akan tetapi pendapat tersebut bertentangan dengan orang tua subjek, yang membuat subjek kebingungan dan cemas mengenai pekerjaan apa yang akan subjek ambil setelah subjek lulus nanti. Dapat disimpulkan dalam wawancara diatas, subjek memiliki permasalahan pada krisis hidup yang ditandai dengan subjek merasa cemas, khawatir dan kurangnya kepercayaan diri dalam diri mereka.

Berdasarkan penemuan tahunan pada *British Psychological Society* di Glasgow, di Skotlandia pada tahun 2011, mereka mengatakan bahwa orang dewasa muda cenderung rentan mengalami krisis tersebut dan faktor penyebabnya adalah stress pekerjaan, hubungan dan harapan. Studi yang lain yang dilakukan oleh (Robbins, A., & Wilner, 2001) menemukan bahwa orang dewasa muda pada usia 20 sampai 30 tahun saat ini mereka mengalami kepanikan dan keraguan dalam dirinya akibat dari krisis yang sedang terjadi. Faktor yang dimiliki oleh individu yang sedang mengalami fase krisis seperempat hidup, terdapat 2 faktor, yaitu internal dan eksternal, jika individu tidak segera ditangani akan mengakibatkan individu mengalami stress menurut Brock (Li et al., 2018). Selain itu, jika individu yang sedang mengalami fase krisis memiliki faktor yang lain seperti fisik dan emosioanal yang dimana itu merupakan faktor tersebut beresiko besar dan dapat membuat individu tersebut melakukan sesuatu yang negatif dan dapat berkembang hingga menjadi respon patologis, misalnya kurangnya dukungan sosial, memiliki masalah ekonomi, trauma, ketidakdewasaan dalam perkembangan, gaya koping yang menghindar atau memiliki emosi yang tidak teratur menurut (Canto et al., 2017). Seseorang yang sedang dalam masa krisis mereka merasa kehilangan motivasi hidup, merasa dirinya gagal, menarik diri dari lingkungan pertemanan, serta mereka juga kehilangan rasa kepercayaan diri serta makna hidup (Hendra Noor, 2018).

Dewasa awal yang kurang memiliki rasa kepercayaan diri dapat menyebabkan mereka mengalami krisis seperempat hidup, dalam hal ini juga tidak jarang membuat mereka merasa kurang percaya diri, mudah cemas akan masa depan mereka, merasa depresi, karena belum mendapatkan pencapaian yang belum sesuai harapan (O. Robinson, 2019). Bahkan terdapat individu yang kehilangan konsep diri yang dimilikinya, karena mereka merasa kehidupan yang mereka jalani sekarang belum sesuai dengan harapan yang mereka tetapkan. Oleh sebab itu kepercayaan diri dapat menjadi salah satu faktor dalam fase krisis seperempat hidup (Angeline, 2020).

Aspek yang dimiliki pada diri individu salah satu ialah kepercayaan diri yang dimana diperoleh melalui pengalaman hidup yang selama ini mereka dapatkan. Kepercayaan diri juga salah satu aspek yang berupa suatu keyakinan dan kemampuan yang dimiliki sehingga mereka tidak mudah terpengaruh dengan orang disekitar mereka dan dapat bertindak sesuai dengan keinginan yang mereka kehendaki, melakukan dengan gembira, optimis, cukup toleren, bertanggung jawab dengan apa yang telah mereka lakukan, dan terhadap keputusan yang dipilih (Lauster, 2003). Individu yang kurang memiliki kepercayaan diri mereka tentu membutuhkan motivasi dari orang disekitar mereka. Dewasa awal membutuhkan dorongan rasa percaya diri mereka untuk meyakinkan mereka atas kemampuan yang mereka miliki. Motivasi yang individu dapatkan dari orang-orang terdekat memiliki pengaruh besar terhadap keberhasilan dalam membentuk rasa kepercayaan diri terhadap mereka (Zaremba & Smoleński, 2000).

Kepercayaan diri sangat penting dimiliki bagi mahasiswa khususnya pada mahasiswa yang telah lulus. Kepercayaan diri yang mereka miliki dapat menjadi nilai lebih bagi mereka, karena setelah mereka sudah lulus dari perguruan tinggi mereka akan memasuki pada dunia pekerjaan (Laland & Rendell, 2019). Kepercayaan diri merupakan suatu kemauan individu untuk mencoba hal baru yang menakutkan untuk di coba dan mereka percaya mampu menghadapinya (Blake, 2003). Dari yang telah dijelaskan tersebut dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri diperoleh individu jika memiliki kemampuan atau keberanian untuk mengambil resiko dalam suatu keputusan atau tantangan masa depan yang mencakup tidak hanya resiko fisik melainkan juga membawa resiko psikologis yang timbul mengenai perasaan bagaimana dirinya selama ini. Dijelaskan dengan menggunakan konsep Krisis seperempat hidup dari Robbins & Wilner (2001) periode individu yang telah menyelesaikan perguruan tinggi dianggap dapat memicu mereka menjadi memiliki rasa kecemasan, stress, menyebabkan memiliki rasa ragu, merasa tidak berdaya dan panik menurut (Rossy, N. E., & Mebert, 2011).

Penelitian ini memilih kepercayaan diri sebagai variabel independen, hal tersebut dikarenakan kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki individu akan kemampuannya untuk mengatur dan melakukan tindakan yang diinginkan sesuai dengan minat dan *passion* yang dimiliki (Zaremba & Smoleński, 2000). Mencari pekerjaan yang sesuai minat dan *passion* yang dimiliki pada masa dewasa awal ini memang tidak mudah, ekspektasi yang berubah tidak sesuai dengan yang diinginkan individu menjadikan ketidakpuasaan mereka dalam karir, merasa kecewa, cemas dan berujung menjadi krisis seperempat hidup. Pada saat fase krisis ini terdapat juga permasalahan identitas seseorang, seperti kepercayaan diri yang dimilikinya dan hubungan dengan orang lain. Ada hal yang mendasar dibuat untuk kehidupan selanjutnya agar mendapatkan rasa kepercayaan pada diri sendiri (Kirnandita, 2019).

Sebuah penelitian mengenai krisis seperempat hidup yang dilakukan oleh García Reyes (2013) pada penelitian yang dilakukan kepada 57 sampel. Penelitian tersebut berjudul “Hubungan *Self Efficacy* dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2015” ditemukan hasil dari penelitian tersebut bahwa terdapat hubungan korelasi yang negatif yang cukup signifikan antara kedua variabel, itu dibuktikan dengan nilai korelasi $-0,421$ dan $P = 0,000$ ($p < 0,01$). Penelitian sebelumnya juga pernah dilakukan oleh (Amalia et al., 2021) dengan sampel berjumlah 151 subjek dengan menggunakan teknik *probability sampling* dengan menggunakan rumus *slovin* dengan tingkat kesalahan sebesar 5%, penelitian tersebut berjudul “Hubungan *Psychological Well Being* dan *Self Efficacy* dengan *Quarter Life Crisis* pada Dewasa Awal”, pada penelitian tersebut ditemukan korelasi antara *psychological well being* dan *self-efficacy* dengan *quarter life crisis* dengan memiliki nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) Yang artinya hipotesis penelitian memiliki hasil korelasi yang signifikan antara *psychological well being* dan *self-efficacy* memiliki korelasi yang signifikan dengan *quarter life crisis*.

Berdasarkan pengertian yang sudah dijelaskan oleh berbagai ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa masa dewasa awal merupakan masa dimana individu mulai merasakan rentan dalam suatu masalah. Dalam krisis seperempat hidup dapat dipengaruhi oleh kepercayaan diri yang dalam penelitian ini dapat dilihat melalui wawancara dengan responden dengan hasil dari penelitian terdahulu. Dengan hasil dari fenomena yang di oleh dewasa awal saat ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul *“Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Krisis Seperempat Hidup pada dewasa awalpada Kecamatan Banyumanik di Kota.*

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini yaitu, apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup pada pada dewasa awal pada Kelurahan Pudak Payung Semarang.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup pada dewasa awal pada Kelurahan Pudak Payung KotaSemarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti, serta dapat mengetahui apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kiris seperempat hidup pada pada dewasa awal pada Kecamatan Banyumanik di kota Semarang.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada anak usia mudah mengenai tingkat literasi antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup pada dewasa awal pada Kecamatan Banyumanik di kota Semarang, sehingga nanti dapat memberikan masukan dan pengetahuan serta dapat menjadi pembelajaran untuk kedepannya.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Krisis Seperempat Hidup

1. Definisi Krisis Seperempat Hidup

Menjadi dewasa individu pada masa tersebut mulai mencoba mengeksplorasi diri dan mulai menghadapi tantangan yang lebih besar kedepannya dan masa tersebut dimulai pada usia puluhan tahun (Halfon et al., 2018). Dalam kondisi seperti ini dewasa awal muncul perasaan takut akan masa depan, seperti perasaan takut akan karir, relasi, mencari pasangan, serta kehidupan sosial (Syifa'ussurur et al., 2021). Krisis emosional yang terjadi dalam diri dewasa awal banyak muncul respon yang negatif.

Pada usia 20-an dewasa awal memiliki krisis kehidupan seperti perasaan yang tak berdaya, merasa terisolasi dengan keadaan atau memiliki masalah terhadap kesehatan mental mereka seperti cemas dan depresi, ragu akan kemampuan yang dimiliki serta takut akan kegagalan (Black, 2011). Definisi krisis seperempat hidup yang dapat di pahami sebagai perilaku yang maladaptif dan dapat membuat individu menjadi stress, tidak stabil, memiliki perubahan mood tiba-tiba, terlalu banyak memilih serta memiliki perasaan panik. menemukan permasalahan yang sering terjadi untuk individu pada usia 18 hingga 29 tahun dan yang paling sering terjadi pada lulusan perguruan tinggi (Robbins & Wilner, 2001).

Krisis seperempat hidup merupakan sebuah reaksi yang terjadi pada individu yang memiliki perasaan yang tidak stabil, selalu memiliki perubahan, memiliki cara alternatif untuk menghadapinya, memiliki perasaan bingung dan tidak memiliki kekuatan untuk bisa melawan perasaan tersebut, perasaan tersebut, karena mereka yang sedang dalam krisis seperempat hidup yang terjadi pada usia 18 hingga 29 tahun (Robbins & Wilner, 2001). Kondisi ini juga ditandai dengan individu memiliki karakteristik emosi yang negatif seperti munculnya perasaan panik, frustrasi,

tidak memiliki tujuan hidup dan berdampak pada gangguan psikologis seperti depresi (O. Robinson, 2019)

Dalam krisis seperempat kehidupan sering sekali hasil tidak sesuai dengan kenyataan. Adanya ketidaksesuaian ini didorong dari kondisi diri sendiri dan hubungan interpersonal dan lingkungan. Pada fase ini keadaan individu mendapatkan hal-hal yang spontan dari hal baik sampai tidak baik, yang menuntut individu untuk dapat mengeksplorasi atau mencoba hal-hal baru (Byock, 2010). Selanjutnya menurut (Atwood & Scholtz, 2008) krisis seperempat hidup merupakan kondisi individu pada usia 20-an tahun, seperti timbulnya rasa ragu, tidak berdaya, kurang sosialisasi, rasa takut berlebihan, rasa takut akan kegagalan dimasa depan. Hal ini fase yang paling krusial dalam krisis seperempat hidup

Krisis seperempat hidup menurut (Stapleton, 2012) mendefinisikan sebuah kecemasan terkait dengan perubahan dan ketidakstabilan yang konstan yang dimiliki oleh individu dan memiliki rasa stagnasi dan stabilisasi yang berkepanjangan yang memicu kebutuhan menjadi sesuatu hal yang negatif, maka perlu perubahan bagi individu secara mendasar. Fase perkembangan ini memiliki keterkaitan antara konflik dan tanggung jawab atas keluarga dan diri mereka sendiri (Herawati & Hidayat, 2020). Secara keseluruhan krisis seperempat hidup memiliki keterkaitan dengan tahap perkembangan kehidupan manusia, baik secara psikologis maupun sosiologis terkait dengan kehidupan dewasa awal, budaya yang berkembang serta pengalaman hidup yang telah dimiliki sebelumnya.

Adanya kesimpulan yang dijelaskan para ahli di atas bahwa krisis seperempat hidup ialah perasaan negatif yang akan muncul ketika individu berada di usia dua puluhan tahun akibat dari respon terhadap ketidakstabilan, perubahan terus menerus, banyaknya pilihan, perasaan bingung dan tidak mampu melakukan sesuatu serta karakteristik emosi negatif yang muncul bersama fase tersebut.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Krisis Seperempat Hidup

Krisis seperempat hidup yang dilamai oleh seseorang dapat menyebabkan beberapa faktor menurut Arnett (2019). Krisis seperempat hidup dapat terjadi karena individu itu sendiri. Hal ini dikarenakan pada fase tersebut individu sudah memasuki dewasa awal yang dimana mereka dapat menyebabkan terjadinya krisis seperempat hidup. Adapun faktor yang mempengaruhi sebagai berikut :

a. *Identity exploration* (Identitas diri)

Pada tahap ini merupakan awal bagi individu untuk memulai mengeksplorasi diri mereka untuk menjadi lebih dewasa. Seseorang mulai mencari jati diri mereka secara serius untuk mengeksplorasi dan lebih fokus untuk kehidupan mereka kedepannya. Individu pada fase ini mulai memikirkan secara serius dan matang-matang mengenai hal-hal yang belum pernah mereka lakukan sebelumnya. Proses individu mencari identitas mereka terkadang membuat mereka menjadi bimbang dan cemas, karena dari identitas mereka akan menjadikan mereka lebih sadar akan pilihan yang akan mereka jalani untuk kehidupan mereka kedepannya. Kondisi ini juga dapat membuat individu menjadi rentan akan krisis seperempat hidup.

b. *Instability* (Ketidakstabilan)

Pada fase ini individu mengalami banyak perubahan yang terjadi dalam diri mereka. Perubahan yang terjadi dipengaruhi oleh gaya hidup lingkungan sekitar mereka. Gaya hidup orang tua pada zaman dulu dengan gaya hidup pada generasi milenial memiliki perbedaan, sehingga perubahan ini memiliki dampak seseorang yang memiliki gaya hidup yang terus menerus berubah yang membuat mereka kurang siap dengan rencana mereka sebelumnya.

c. *Being self-focused* (Fokus pada diri sendiri)

Individu dalam mengambil sebuah keputusan untuk dirinya sendiri masih membutuhkan bantuan orang lain. Namun keputusan akhir atas penyelesaian masalah yang sedang mereka hadapi tetap berada ditangan individu itu sendiri. Bagaimanapun diri sendirilah yang mengetahui apa yang diinginkan.

d. *Feeling in between* (Perasaan di antara)

Tahap ini merupakan suatu keadaan dimana individu berada pada masa remaja dan dewasa yang merasa harus memenuhi beberapa kriteria untuk menjadi dewasa karena belum sepenuhnya mereka siap. Terkadang mereka terasa dewasa, namun terkadang mereka juga terasa seperti masih remaja dan belum mencapai kedewasaannya seperti dapat memutuskan pilihan yang mereka inginkan dengan mandiri dan secara finansial

e. *The age of possibilities* (Kemungkinan usia)

Fase ini individu dipenuhi dengan berbagai macam harapan yang luar biasa banyaknya untuk kehidupan di masa depan. Lalu mulai dipenuhi dengan pertanyaan akankah harapan dan mimpi yang selama ini mereka inginkan akan dapat terwujud dan tercapai atau malah tidak sesuai dengan ekspektasi mereka. Pemikiran dari individu tersebut membuat dampak yang kurang baik karena membuat khawatir dan kesenjangan bagi harapan dan mimpi itu sendiri.

Menurut Murphy (2011) faktor-faktor yang berkontribusi pada masa krisis seperempat hidup, antara lain:

- a. Hubungan, yang dimaksud dalam hubungan disini individu mencoba menjalin hubungan sosial dengan individu lain di sekitar mereka
- b. Pegaturan tempat tinggal, dalam hal ini individu sudah memikirkan mengenai tempat tinggal yang akan mereka tempati nantinya ketika mereka belajar hidup mandiri

- c. Keuangan dan pekerjaan, dalam hal ini individu mulai belajar hidup mandiri dengan menghemat keuangan mereka dan mulai mencari pekerjaan.
- d. Pengembangan identitas dan pengambilan peran orang dewasa, dalam hal ini individu mencari pendirian dalam diri mereka sampai dirasa stabil dan memiliki tanggung jawab sebagai individu yang sudah di fase dewasa

Terdapat 4 (empat) faktor yang mempengaruhi krisis seperempat hidup yang dialami oleh individu Philip & Vasquez (2018), antara lain:

a. Kepribadian

Personality atau kepribadian diri lebih mengarah pada perbedaan individu dengan individu yang lain dalam hal berpikir, melakukan sesuatu hal dan perilaku mereka. Dalam kepribadian terdapat aspek yaitu, percaya diri memiliki keyakinan dan kemampuan pada diri sendiri tanpa dipengaruhi oleh orang lain dan mampu bertindak sesuai keinginan mereka seperti, memiliki sikap optimis, toleran dan bertanggungjawab (Ghufron & Siminta, 2010). Percaya diri ialah keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki dan kepastian bahwa dirinya dapat mencapai berbagai tujuan dalam hidup. Percaya diri juga berarti percaya pada kemampuan seseorang, serta bertekad untuk melakukan apapun yang diinginkan dan dibutuhkan dalam hidup mereka. (Asiyah, 2013).

b. Sosial

Sosial umumnya mengenai lingkungan dan masyarakat. Teori sosial itu sendiri membicarakan mengenai tindakan sosial dari manusia, dengan alasan ketika individu melakukan sesuatu tindakan dan memiliki keyakinan yang mereka miliki dan menghasilkan bagian dari struktur sosial dalam komunikasi antar individu dengan masyarakat.

c. Karir

Karir merupakan hal mengenai tentang pekerjaan atau profesi yang dilakukan oleh individu dalam jangka waktu yang cukup lama dalam hidup mereka.

d. Relasi atau hubungan

Relasi atau hubungan sosial merupakan interaksi sosial sehari-hari yang dilakukan individu dengan individu yang lain serta dengan kelompok, yang dibatasi dan diatur dengan norma sosial dan budaya yang sudah ada sebelumnya.

3. Aspek Krisis Seperempat Hidup

Dalam fase krisis ini individu memiliki berbagai macam pertanyaan yang muncul ketika mereka sedang berada dalam krisis seperempat hidup salah satunya ialah aspek kehidupan apa saja yang akan berpengaruh terhadap dirinya. Nash & Murray (2009) mengemukakan bahwa aspek-aspek krisis seperempat hidup menjadi salah satu permasalahan yang kongkrit yang harus dihadapi oleh individu selama fase krisis tersebut, aspek-aspeknya yakni sebagai berikut :

a. Mimpi dan Harapan

Individu dalam hal ini umumnya akan memikirkan mengenai masa depan yang akan di jalannya yang dimana apakah akan sesuai dengan yang telah di harapkan.

b. Tantangan di bidang Akademis

Individu dalam hal ini akan mempertanyakan bagaimana tentang Pendidikan yang telah mereka jalankan apakah akan selesai tepat waktu, lalu bagaimana cara untuk menghadapi permasalahan-permasalahan yang akan muncul dalam perjalanan akademisnya, apalagi pengalaman saat menjalani pendidikan perkuliahan yang mungkin akhirnya dapat membuat individu kurang dapat menyesuaikan impian yang ia inginkan selama ini.

c. Agama dan Spiritualitas

Dalam persoalan ini individu menjadi fokus mengenai bagaimana memahami sumber emosi dan cara memotivasi untuk selalu berhubungan dengan sang pencipta. Individu akan mulai mempertanyakan apakah kondisi spiritual mereka memiliki kepercayaan yang sesuai dengan ajaran yang telah dipelajari selama ini yang diperoleh dari orang tua maupun lingkungan sekitar mereka.

d. Kehidupan Karir

Individu dalam hal ini mulai dihadapkan dengan kondisi dimana mereka harus memilih pekerjaan yang sesuai dengan bidang dan minat yang menghasilkan pendapatan yang cukup besar. Sehingga mereka dapat mencukupi kehidupan mereka baik secara finansial. Kondisi yang lain yang akan mereka hadapi ialah stress dalam bekerja yang bisa mengganggu dan membuat khawatir dalam kehidupan mereka yang menyebabkan mereka tidak dapat mengaktualisasikan diri mereka dan munculah perasaan kurang percaya diri mengenai kelebihan yang dimilikinya.

e. Teman sebaya, percintaan dan hubungan dengan keluarga

Dalam hal ini mulai banyak pertanyaan-pertanyaan mengenai percintaan seperti apakah sudah menemukan pasangan sesuai dengan yang diinginkan, kapan akan ditemukan dengan orang yang tepat, kadang individu merasa bingung untuk memilih untuk pasangan lawan jenis. Kondisi ini juga dapat berhubungan dengan keluarga yang ikut menjadi fokus dalam permasalahan, meliputi individu ingin hidup secara mandiri, dan mereka berkeinginan untuk menjalani kehidupan secara terpisah dari orang tua dan mulai untuk membangun keluarga mereka sendiri. Dalam hubungan relasi antara individu dengan teman sebaya juga memiliki makna tersendiri yang dimana individu mulai mempertanyakan akankah mereka menemukan seseorang yang bisa

dipercaya, bisa diandalkan saat mereka sedih maupun senang dan dapat menerima individu dengan apa adanya.

f. Identitas Diri

Individu dalam hal ini akan mencari identitas diri mereka sebagai bagian yang tidak dapat terpisahkan dari kehidupan yang akan mendatang. Identitas diri sendiri memiliki keterkaitan yang cukup kuat dengan bagaimana cara individu memberikan perhatian pada karakteristik, cara mengontrol emosi dan cara mereka untuk dapat mengekspresikan perasaan mereka pada lingkungan sekitar mereka.

Menurut dari O. C. Robinson & Stell (2015) krisis seperempat hidup yang dialami oleh individu mengalami ketidakstabilan dan memiliki banyak tantangan dalam menghadapinya, krisis tersebut dapat membuat individu mengalami aspek sebagai berikut :

a. Gaya hidup (*lifestyles*)

Gaya hidup (*lifestyle*) merupakan termasuk dalam ciri dari individu maupun kelompok yang menjelaskan mengenai perilaku, minat dan faktor yang lainnya.

b. Nilai (*values*)

Nilai (*values*) merupakan hal yang menjelaskan mengenai sesuatu hal yang bersifat dapat terlihat pada seseorang yang memiliki item, ide serta individu sebagai bagian dari kehidupan mereka. Dalam hal ini individu memiliki perasaan yang berbeda terhadap individu yang lain, misalnya seperti seseorang yang memiliki ketertarikan atas barang-barang mereka saat masih kecil, yang mungkin kebanyakan orang berfikir itu sudah tidak bisa dipakai dan tidak memiliki arti, namun barang tersebut memiliki “nilai” dan kenangan tersendiri bagi individu yang memiliki barang tersebut.

c. Tujuan Hidup (*goals*)

Tujuan hidup (*goals*) merupakan suatu bentuk pengaturan bagi individu untuk dapat mencapai tujuan yang sudah mereka rencanakan sebelumnya. Cara yang dilakukan oleh individu biasanya mereka

memfokuskan keinginan mereka serta memfasilitasi untuk dapat merealisasikan sesuai dengan tujuan yang diinginkan.

d. Identitas (*sense of identity*)

sense of identity merupakan identitas seseorang yang menjadikan mereka menjadi diri mereka sendiri serta mereka berbeda dari individu yang lain. *Sense of identity* merupakan rasa identitas seseorang yang lain

Menurut (Agustin, 2012) dimensi krisis seperempat hidup terdiri atas 7 (tujuh) bagian, antara lain:

a. Kebimbangan dalam mengambil keputusan

Individu yang ragu dalam mengambil keputusan muncul berdasarkan kesulitan atau sedang dalam permasalahan yang di hadapi oleh individu, mereka di hadapkan oleh berbagai macam pilihan (Gati et al., 1996). Tekanan yang dialami individu memiliki pengaruh dalam berbagai aspek kehidupan individu kedepannya serta dapat mengakibatkan dampak yang kurang baik dalam jangka waktu yang cukup Panjang terhadap kehidupan, Kesehatan psikologis, serta penerimaan individu terhadap lingkungan mereka (Leon et al., 1989).

b. Putus asa

Perasaan putus asa dapat mengakibatkan individu menjadi pribadi yang kurang baik, dapat juga memunculkan gejala emosional dan fisik terhadap diri individu (Hernawati, 2006). Gejala fisik yang dialami oleh individu berupa sakit kepala, kurang tidur dan perubahan pola makan, serta dapat juga membuat individu menjadi sulit mengambil keputusan, sulit mengatur diri sendiri, dan menghindari dari tanggung jawab (Nurlaila, 2017)

c. Penilaian diri yang negatif

Merupakan konsep diri yang negatif yang dimana individu memiliki perasaan atau gambaran terhadap diri mereka yang negatif yang berkaitan dengan materi, fisik serta psikologi. Konsep diri biasanya terjadi pada dewasa awal mereka merasa rendah diri, tidak memiliki

tujuan, pesimis, mengingat masa lalu sebagai hal yang negatif, cenderung memiliki kontrol emosi, serta perilaku yang kurang baik dalam merespon tanggapan dari orang lain.

d. Terjebak dalam situasi yang sulit

Situasi dimana individu mengalami situasi yang sulit, serta merasa berada dalam posisi yang tidak benar maupun tidak salah, terkadang mereka juga memiliki tujuan hidup yang tidak jelas dalam kehidupan mereka.

e. Perasaan cemas

Atkinson et al (1993) mengatakan bahwa kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan seperti perasaan tidak enak, waswas, kacau, takut dan itu termasuk dalam perasaan khawatir yang dialami oleh individu dengan tingkatan dan situasi yang berbeda-beda. Ada beberapa jenis rasa cemas akibat individu mengetahui jika cemas dapat mengancam diri mereka, cemas karena berdosa atau cemas karena rasa bersalah. Kecemasan termasuk reaksi yang normal yang tidak terpenuhi akibat stress dan penolakan (Asrida, 2017).

f. Tertekan

Dalam hal ini individu memiliki perasaan yang tertekan dan membuat individu merasa tidak nyaman karena terlalu banyak harapan atau keinginan yang harus di capai oleh diri individu.

g. Perasaan khawatir akan relasi interpersonal yang akan dibangun

Individu memiliki perasaan khawatir yang muncul, disebabkan oleh adanya situasi dimana individu memiliki situasi yang tidak menentu. Perasaan khawatir muncul diakibatkan adanya situasi dimasa depan yang tidak menentu sehingga menimbulkan rasa takut yang berlebihan pada individu.

Menurut Reifman et al (2007) terdapat 5 lima dimensi kemunculan krisis pada masa dewasa, antara lain:

- a. Usia peralihan, artinya individu yang mulai memasuki masa peralihan dari masa remaja menuju dewasa.

- b. Periode eksplorasi identitas, artinya individu mulai mencari jati diri dan mulai memiliki ciri khas dalam dirinya.
- c. Waktu untuk fokus, artinya individu pada masa dewasa sudah harus memiliki masa untuk fokus dalam pencapaian di masa depan.
- d. Usia Kemungkinan, artinya dewasa awal memiliki kemungkinan dapat mengubah hidup mereka dimasa yang akan datang
- e. Usia Ketidakstabilan, artinya individu pada fase dewasa memiliki sikap kurang stabil dalam permasalahan seperti, pendidikan, percintaan dan pekerjaan.

Berdasarkan pendapat beberapa para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang mempengaruhi krisis seperempat hidup selama ini menurut (Agustin, 2012) ialah kebimbangan dalam mengambil keputusan, putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalm situasi yang sulit, perasaan cemas, tertekan dan perasaan khawatir akan relasi interpersonal yang akan dibangun.

4. Fase Krisis Seperempat Hidup

Menurut O. Robinson (2017) dalam penelitian yang dilakukannya, ia menemukan fase krisis seperempat hidup ternyata memiliki 2 (dua) macam fase umum yang pertama yakni *the locked-in type* dan *locked-out type*. Pada setiap fase memiliki 4 (empat) macam tahapan yang berbeda-beda, fase *locked-in type* terdiri dari sebagai berikut :

1. *Phase locked-in* (Fase terkunci) merupakan masa dimana individu merasa terkunci pada suatu komitmen yang dimana (biasanya mengenai soal hubungan atau pekerjaan) yang ditemukan, terlepas itu sesuai dengan ekspektasi yang memuaskan maupun melemahkan.
2. *Phase separation and breakout* (Fase pemisahan dan kesuksesan) merupakan fase dimana individu mulai merasakan tertantang dan emosi yang bergejolak.
3. *Phase try new things* (Fase mencoba hal baru) merupakan fase dimana individu mencoba untuk meluangkan waktu untuk bereksperimen,

mengeksplorasi hal-hal yang baru bagi mereka, dan mendapatkan prespektif mengenai kehidupan di masa depan.

4. *Phase resolution and sense a growth* (Fase resolusi dan pertumbuhan) merupakan fase dimana individu tidak merasa sedang di fase krisis, dan individu juga dapat melihat apa yang telah di temukan pada diri mereka selama periode krisis tersebut.

Fase *locked-out type* terdiri dari :

1. *Phase fired-up* (Fase bersemangat) merupakan upaya aktif yang dilakukan oleh individu untuk mendapatkan pekerjaan atau hubungan, bahkan peran sosial yang berharga.
2. *Phase locked-out* (Fase tidak terkunci) merupakan situasi dimana individu mengalami kegagalan berulang kali untuk dapat mencapai tujuan mereka dan memiliki penghalang yang sulit untuk dilewati, itu dapat berpengaruh negatif bagi harga diri individu.
3. *Phase reflective pause* (Fase jeda reflektif) merupakan situasi dimana individu mencoba untuk berhenti sejenak untuk mencoba menggunakan cara alternatif lain untuk mencapai tujuan yang mereka ingin memiliki cara baru untuk memahami diri mereka sendiri.
4. *Phase re-scaling and resolution* (Fase penskalaan ulang dan resolusi) merupakan situasi dimana individu mengambil pendekatan baru dan mencoba untuk mengubah sifat yang ingin dicapai. Resolusi akhirnya dapat membawa perspektif baru dan lebih baik lagi bagi kehidupan.

B. Kepercayaan diri Individu

1. Definisi Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang diyakini memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, sehingga mereka tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dan mampu melakukan sesuatu sesuai keinginan mereka. (Ghufron & Siminta, 2010).

Menurut Lauster (2003) kepercayaan diri adalah ketika individu mempunyai keyakinan terhadap potensi yang dimilikinya, sehingga mereka memiliki keyakinan terhadap diri sendiri dan dapat mengambil keputusan sesuai dengan yang diinginkan, seperti rasa bahagia, toleransi, rasa tanggung jawab, dan rasa percaya diri. Individu yang mudah bergaul dengan orang lain, merupakan individu yang memiliki rasa kepercayaan diri, mereka memiliki rasa keberanian yang tinggi, memiliki ketenangan, dan dapat menunjukkan rasa percaya diri mereka terhadap orang lain di setiap saat.

Menurut Thantaway (2005) percaya diri merupakan kondisi mental individu yang memiliki keyakinan kuat untuk melakukan sesuatu tindakan. Tiap individu yang tidak memiliki kepercayaan diri akan cenderung menutup diri dengan lingkungan sekitar. Selanjutnya menurut Angelis (2003) Kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki untuk berjuang di kehidupan yang lebih baik dengan menggunakan akal budi untuk merencanakan masa depan. Lebih lanjut menurut Centi (1993) kepercayaan diri merupakan hal yang ada pada individu tanpa membandingkan dengan orang lain. Merasa aman dan percaya diri pada kemampuan diri sendiri dan menjalani rencana kedepan.

Berdasarkan beberapa pengertian mengenai kepercayaan diri yang telah dijelaskan oleh beberapa tokoh diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan individu yakin dengan kemampuan yang dimiliki, tidak terpengaruh oleh orang lain, memiliki perasaan positif dalam diri mereka. Kepercayaan diri juga merupakan keyakinan yang sudah melekat dalam individu mengenai kelebihan serta kekurangan yang

terbentuk dalam diri individu berasal dari pengalaman serta harapan dalam mengambil keputusan dengan penuh tanggung jawab oleh individu.

2. Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Aspek yang mempengaruhi rasa kepercayaan diri individu menurut (Lauster, 2003) adalah sebagai berikut :

a. Percaya kepada kemampuan sendiri.

Keyakinan yang dimiliki individu terhadap segala sesuatu yang telah mereka lakukan, serta yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk bisa di evaluasi dan dapat mengatasi permasalahan yang sedang terjadi tersebut.

b. Optimis

Dalam hal ini individu dapat bertindak dalam mengambil keputusan yang sedang mereka hadapi dengan secara mandiri, tanpa adanya ikut campur tangan orang lain. Serta memiliki keyakinan dengan tindakan yang sudah mereka ambil tersebut.

c. Obyektif

Individu yang memiliki rasa percaya diri dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang mereka hadapi. Serta terdapat penilaian terdapat diri sendiri, mulai dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan dapat menimbulkan hak yang positif bagi diri mereka sendiri.

d. Bertanggung jawab

Merupakan suatu kesediaan yang dilakukan oleh individu untuk mempertanggung jawabkan segala sesuatu yang dilakukakan dan menerima semua konsekuensinya.

e. Rasional dan realitas

Rasional dan realitas disini yang dimaksud ialah analisis individu terhadap suatu masalah, suatu hal dan sesuatu yang sedang terjadi, dan mereka hadapi dengan pemikiran yang masuk akal dan sesuai kenyataan.

Berkaitan dengan aspek-aspek kepercayaan diri, Kumara (1988) menyatakan 4 (empat) aspek kepercayaan diri sebagai berikut :

1. Kemampuan dalam menghadapi masalah, dalam hal ini individu harus memiliki kepercayaan diri dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang mereka alami.
2. Bertanggung jawab atas keputusan yang telah mereka ambil, artinya individu memiliki tanggung jawab atas keputusan yang sudah mereka ambil.
3. Kemampuan dalam bergaul atau bersosialisasi, artinya individu dapat bersosialisasi dengan lingkungan tempat tinggal maupun dengan teman sebaya.
4. Kemampuan dalam menerima kritik, artinya individu mampu menerima pendapat atau masukan dari orang disekitar individu.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Terdapat proses tertentu dalam diri seseorang, proses tertentu dalam diri seseorang yang mulai mengalami pembentukan rasa percaya diri secara garis besar menurut Hakim (2002) terbentuknya kepercayaan diri yang terjadi memiliki 3 faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri sebagai berikut :

1. Terbentuknya kepribadian seseorang dapat terlihat dari proses perkembangan yang dilalui individu, agar mendapatkan rasa kepercayaan diri yang dimilikinya.
2. Pemahaman yang dimiliki individu mengenai kepercayaan diri yang dimiliki serta dapat membuat individu memiliki keyakinan yang sebelumnya belum pernah didaptkannya, sehingga individu dapat melakukan berbagai hal yang diingkan dengan rasa percaya diri yang dimilikinya.
3. Pemahaman mengenai reaksi positif seseorang terhadap kekurangan yang dimilikinya, agar tidak menyulitkan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan mereka.

Menurut Lauster (2003) faktor yang memengaruhi individu terhadap kepercayaan diri adalah sebagai berikut :

1) Kondisi fisik

Perubahan fisik merupakan salah satu faktor dari kepercayaan diri, dalam hal ini Anthony (1996) mengatakan penampilan fisik merupakan penyebab utama dari rendahnya rasa kepercayaan diri serta harga diri dari individu. perubahan fisik yang terjadi pada individu jika tidak sesuai dengan yang diharapkan dapat menimbulkan sebuah persepsi dan gambaran pada kondisi fisik yang memiliki hubungan cukup erat dengan persepsi individu dalam hal kondisi fisiknya seperti bentuk tubuh.

2) Cita-cita

Individu yang memiliki keinginan di masa depan akan memiliki kepercayaan dalam diri mereka untuk tidak menutupi kekurangan yang mereka miliki, karena mereka memiliki cita-cita yang terlalu tinggi.

3) Sikap hati-hati

Individu yang memiliki rasa percaya diri mereka tidak akan bersikap hati-hati secara berlebihan dalam memutuskan sesuatu. Individu memiliki keyakinan dan dengan hati-hati mereka tidak terlalu mempermasalahkannya.

4) Pengalaman hidup

Lauster (1997) menjelaskan bahwa kepercayaan diri diperoleh melalui pengalaman hidup yang dimiliki individu selama ini, salah satunya berawal dari pengalaman yang membuat mereka merasa kecewa sehingga berujung pada rasa rendah diri. Pada dasarnya individu memiliki perasaan tidak aman, kurang kasih sayang dan perhatian yang terjadi pada dirinya.

Menurut Rosita (2007) terdapat 4 (empat) faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, adalah sebagai berikut :

a. Pola Asuh

Keluarga merupakan faktor penting yang mempengaruhi perkembangan di masa depan. (Masni, 2016). Terdapat tiga pola asuh pola asuh otoriter, demokrasi dan permisif, menurut (Hurlock, 1999) Pola asuh demokratis merupakan model yang paling cocok untuk anak, karena memiliki pola asuh dan sikap yang mendukung dalam perkembangan anak, sehingga anak dapat memiliki rasa percaya diri dan mengembangkan tanggung jawab serta keberanian untuk menghadapi masalah dan dapat menyelesaikan secara mandiri.

b. Jenis Kelamin

Jenis kelamin memiliki peran tersendiri serta memiliki kelekatan terhadap budaya kaum perempuan dan laki-laki yang dimana memiliki efek tersendiri terhadap perkembangan pada rasa kepercayaan diri yang dimiliki oleh individu. Dalam hal ini kepercayaan diri, perempuan dianggap lemah dan perlu untuk dilindungi, sedangkan laki-laki harus memiliki sikap yang kuat dan mandiri serta dapat melindungi diri mereka sendiri.

c. Pendidikan

Pendidikan merupakan salah satu tolak ukur untuk menilai keberhasilan seseorang. Artinya dalam hal ini seseorang yang berpendidikan tinggi maka mereka memiliki anggapan tinggi juga terhadap dirinya. Mereka yang berpendidikan rendah cenderung merasa tersisih dan kurang percaya diri dengan kemampuannya, sedangkan mereka yang berpendidikan lebih tinggi merasa termotivasi untuk menunjukkan kemampuannya.

d. Penampilan Fisik

Dalam hal ini individu yang memiliki penampilan fisik yang menarik lebih di perlakukan dengan baik dari pada dengan individu yang berpenampilan yang biasa atau kurang menarik. Persepsi individu mengenai penampilan biasanya juga dapat disebut dengan citra tubuh. Apabila citra tubuh yang dimiliki individu baik atau bagus

maka dapat membuat individu menjadi memiliki kepercayaan diri yang lebih (Wiranatha & Supriyadi, 2015).

C. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Krisis Seperempat Hidup

Krisis seperempat hidup adalah periode yang dialami oleh individu dalam keadaan tidak stabil yang memuncak, memiliki perubahan secara konstan, terlalu banyak pilihan serta memiliki perasaan panik dan tidak berdaya yang muncul dalam diri individu pada rentan usia 18 hingga 29 tahun (Robbins & Wilner, 2001). Selama ini jarang orang merasa cemas, resah dan khawatir karena mulai mempertanyakan tujuan dan arah hidup mereka di masa depan, prestasi yang telah dicapai atau yang belum terwujud di masa sekarang untuk ditanyakan dan kepuasan terhadap apa yang telah mereka jalani (A. R. Putri, 2020)

Menurut Atwood & Scholtz (2008) istilah krisis seperempat hidup merupakan kondisi dimana individu mengalami Krisis emosional, umumnya yang dialami oleh individu yang berusia 20-an tahun. Keadaan krisis meliputi perasaan ragu tentang kemampuan mereka, perasaan tidak berdaya, merasa terisolasi dan ketakutan akan kegagalan. Individu yang saat ini sedang melalui fase krisis ini akan melalui waktu yang sangat penting untuk diri mereka sendiri. Pada fase krisis ini individu mengalami beberapa psikologi, seperti gangguan emosi, gangguan kecemasan, gangguan pengendalian diri, gangguan ketergantungan zat dan gangguan kepribadian. Sumber dari kurang kesejahteraan dan kecemasan yang dialami individu adalah masalah keuangan, hubungan dengan individu, pekerjaan, dan karakteristik dari orang itu sendiri. (Tanner et al., 2008).

Krisis yang dilami oleh individu di usia 20-an tahun akibat banyaknya paksaan dan tekanan hidup yang mereka dapat dari individu di sekitar mereka. Hal ini di sebabkan oleh tuntutan orang tua terhadap langkah apa yang akan mereka ambil selanjutnya untuk masa depan (Arnett, 2019), serta individu juga dapat mengalami stress terkait pendidikan yang mereka jalani (Suprapti et al., 2003). Hal yang menjadi tuntutan dan masalah yang menjadi ciri khas

hampir pada semua negara berkembang dan salah satunya Indonesia, dimana sesuatu hal yang dapat mempengaruhi individu dalam berperilaku merupakan salah satu penilaian dan tanggapan dari lingkungan (Haase et al., 2012). Tantangan yang lain yang berkontribusi pada krisis individu yang berusia 20-an tahun adalah rumitnya masa transisi ketika mereka memiliki rasa ragu dan tidak aman yang dapat menyebabkan depresi pada orang yang sedang menjalani fase krisis kehidupan (Haase et al., 2012). Seseorang yang sedang dalam fase krisis kehidupan mereka akan merasa kehilangan motivasi hidup, merasa gagal, kehilangan kepercayaan diri dan makna hidup, bahkan menarik diri dari pergaulan di sekitar individu (Hendra Noor, 2018).

Menurut pendapat yang telah dijelaskan di atas krisis seperempat hidup memiliki hubungan dengan kepercayaan diri. Lauster (1978) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah sikap atau perasaan yang dimiliki individu terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga tidak terlalu mengkhawatirkan atas tindakan yang diambilnya, individu yang dapat merasa bebas melakukan apapun yang diinginkan, dan bertanggungjawab atas tindakannya. Memiliki sikap yang sopan santun dan hangat dalam berhubungan dengan orang lain dapat menuntun orang untuk melakukan penilaian yang baik di mata orang-orang di sekitar mereka.

Menurut Lauster (1992) kepercayaan diri adalah suatu keyakinan individu terhadap potensi yang dimilikinya, sehingga mereka mempunyai keyakinan terhadap diri sendiri dan dapat mengambil keputusan sesuai dengan yang diinginkan, seperti rasa bahagia, toleransi, rasa tanggung jawab, dan rasa percaya diri. Individu yang mudah bergaul dengan orang lain merupakan individu yang memiliki kepercayaan diri, mereka memiliki rasa keberanian yang tinggi, memiliki ketenangan, dan dapat menunjukkan rasa percaya diri mereka terhadap orang lain di setiap saat. (Ghufron & Siminta, 2010).

Kepercayaan diri yang cukup yang dimiliki oleh individu dapat membuat individu mengeksplorasi potensi yang dimiliki secara optimis. Kepercayaan diri yang tinggi memiliki makna bagi individu, karena dalam proses kehidupan seseorang, apabila memiliki rasa kepercayaan diri maka dapat

membuat mereka memiliki motivasi pada diri mereka dan dapat membuat mereka melakukan berbagai hal yang mereka inginkan. Dengan kepercayaan diri juga dapat membuat individu dapat meningkatkan kreativitas yang mereka memiliki sikap dalam mengambil keputusan, memiliki nilai-nilai moral, sikap dan pandangan mereka, serta harapan dan aspirasi yang mereka miliki dalam diri mereka (Iswidharmanjaya, 2005). Kepercayaan diri dapat mempengaruhi krisis seperempat hidup yang dialami oleh dewasa awal.

Kepercayaan diri memiliki pengaruh dalam krisis seperempat hidup, karena dalam fase tersebut dewasa awal muncul perasaan khawatir akan masa depan, merasa cemas, ragu akan kemampuan yang dimiliki, mudah terpengaruh dengan orang lain dan terkadang individu menjadi stress dan berubah mood secara tiba-tiba.

D. Hipotesis

Berdasarkan teori yang telah jelaskan di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ialah, terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup dewasa awal yakni semakin tinggi kepercayaan diri maka akan semakin rendah tingkat krisis seperempat hidup yang dialami. Berlaku hal sebaliknya pula, semakin rendah kepercayaan diri maka akan semakin tinggi tingkat krisis seperempat hidup yang dialami.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yang dimana pendekatan tersebut menggunakan angka, dalam memperoleh pengumpulan data yang di dapatkan, penafsiran terhadap data, dalam pengambilan data, serta menapilkan hasilnya (Sugiyono, 2007) Identifikasi variabel yang akan diteliti memiliki tujuan dapat memberikan batasan antara setiap variabel (Azwar, 2012). Dalam penelitian ini, terdapat dua jenis variabel yang digunakan yaitu variabel bebas (Independent) dan variabel tergaantung (dependent), sebagai berikut :

1. Variabel bebas : Kepercayaan diri (X)
2. Variabel Tergantung : Krisis Seperempat hidup (Y)

B. Definisi Operasional

1. Krisis Seperempat Hidup

Krisis seperempat hidup merupakan perasaan yang kurang baik yang muncul pada individu yang mengakibatkan munculnya respon tidak stabil, perubahan yang terjadi secara terus menerus, dihadapkan dengan berbagai macam pilihan, perasaan tidak berdaya, takut akan kegagalan yang akan mereka alami, dan permasalahan tersebut terjadi pada dewasa awal berusia 18 hingga 29 tahun. Krisis seperempat hidup dapat dijelaskan menggunakan skala yang didasarkan pada dimensi-dimensi krisis seperempat hidup yang diungkap oleh (Agustin, 2012), yang di dalamnya menjelaskan mengenai, kebimbangan dalam mengambil keputusan, putus asa, penilaian terhadap diri sendiri yang negatif, terjebak dalam situasi yang sulit, perasaan cemas dan khawatir akan hubungan yang sudah mereka bangun atau yang sedang mereka bangun. Skor total yang didapatkan dapat menjadi petunjuk tinggi atau rendahnya krisis seperempat hidup. Semakin tinggi skor pada skala krisis seperempat hidup, maka semakin tinggi juga krisis seperempat hidup yang dialami subjek penelitian.

Sebaliknya jika skor pada skala krisis seperempat hidup rendah maka semakin rendah pula krisis seperempat hidup yang dialami oleh subjek dalam penelitian yakni dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung Kota Semarang.

2. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan yang dimiliki oleh individu atas kemampuan yang dimiliki, sehingga dalam tindakan-tindakan yang dilakukan tidak terlalu khawatir, merasa bebas dalam melakukan berbagai macam hal sesuai dengan yang diinginkan serta tanggung jawab atas semua perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, serta dapat mengetahui kelebihan dan kelemahan yang dimiliki dalam diri mereka. Kepercayaan diri dalam penelitian ini menggunakan skala kepercayaan diri berdasarkan aspek yang diungkapkan Lauster (2003) meliputi memiliki keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realitas. Skor total yang didapatkan menjadi petunjuk tinggi rendahnya kepercayaan diri. Semakin tinggi skor pada kepercayaan diri maka semakin tinggi juga kepercayaan diri yang dialami oleh subjek penelitian. Sebaliknya jika skor pada kepercayaan diri rendah maka semakin rendah pula kepercayaan diri yang dialami oleh subjek dalam penelitian yakni dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung Kota Semarang.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan bagian dari generalisasi yang terdapat pada orang-orang yang memiliki karakteristik yang telah ditentukan dan dipelajari sebelumnya, kemudian dapat di tarik sebuah kesimpulan yang nantinya akan menjadi sebuah populasi (Sugiyono, 2014). Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini merupakan dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung Kota Semarang. berdasarkan data yang

diperoleh dari Kelurahan Puduk Payung populasi dalam penelitian ini berjumlah 2.863 dewasa awal.

2. Sampel

Sampel merupakan salah satu bagian dari populasi yang memiliki ciri atau karakteristik yang dimiliki oleh populasi dalam penelitian tersebut (Azwar, 2016). Populasi merupakan bagian dari jumlah dan memiliki karakteristik yang sama disebut juga dengan sampel menurut Sugiyono (2014). Menurut Sugiyono (2020) menjelaskan sampel yang harus didapatkan harus memiliki karakteristik dari populasi yang di ambil oleh peneliti, serta sesuatu yang dapat dipelajari dari sampel juga harus dapat di berlakukan juga terhadap populasi.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti dalam menentukan sampel dalam penelitian ini merupakan Dewasa Awal di Kelurahan Puduk Payung Kota Semarang yang memiliki populasi 2.863 dan dengan bantuan qualtrics.com mendapatkan subjek yang ideal yang berjumlah 365 subjek, yang merupakan gabungan dari RW 1 hingga RW 16 dewasa awal di Kelurahan Puduk Payung Semarang.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik Pengambilan sampel atau Teknik sampling merupakan metode yang digunakan untuk dapat menentukan pengambilan sampel dan besar sampel yang akan di dapatkan (Martono, 2011). Teknik pengambilan sampel dilakukan setelah mengetahui berapa jumlah responden yang akan digunakan sebagai responden dalam penelitian tersebut. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling* yang berarti peneliti mengambil sampel dengan cara membagi populasi menjadi kelompok yang terpisah yang biasa disebut dengan *cluster*. Teknik tersebut dapat digunakan apabila populasi yang ingin di gunakan peneliti terdiri dari kelompok-kelompok individu (*cluster*).

D. Metode pengumpulan data

Metode pengumpulan data yang dilakukan sebagai sebuah alat ukur yang nantinya di lakukan dalam penelitian, dan dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Skala yang diteliti berisi pertanyaan yang tertulis yang kemudian nantinya akan diajukan oleh peneliti mengenai beberapa hal yang terkait dengan hal yang diteliti yang berbentuk pertanyaan dan pernyataan. Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert, dimana subjek diminta untuk memilih salah satu jawaban dari pertanyaan yang sesuai dengan kondisi dan keadaan yang dialami subjek (Azwar, 1999). Skala likert memiliki tujuan untuk mengukur pendapat, sikap, dan persepsi dari individu atau suatu kelompok individu mengenai fenomena sosial di sekitar individu.

1. Skala Krisis Seperempat hidup

Skala yang akan digunakan ini ditujukan untuk mengukur krisis seperempat hidup pada dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung di Kota Semarang. Di dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala milik Agustin (2012), dan menggunakan modifikasi dari skala yang disusun oleh Pratama (2021) yang dimana dalam skala tersebut memiliki 7 susunan dimensi yang meliputi kebimbangan dalam mengambil keputusan, putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi yang sulit, perasaan cemas, tertekan dan perasaan khawatir akan hubungan yang dibangun saat ini maupun yang sedang di bangun.

Skala ini berisikan pernyataan-pernyataan yang menggunakan aitem dengan lima alternatif pilihan jawaban dan setiap jawaban yang dipilih oleh subjek akan mendapatkan skor yang berbeda. Penilaian ini berdasarkan skala yang terdiri dari pernyataan favorable dan unfavorable dengan lima alternatif jawaban yang memiliki nilai berjenjang. Penilaian aitem untuk pernyataan favorable, yaitu jika menjawab pernyataan yang sangat sesuai (SS) maka akan dikenakan skor 5, skor 4 untuk jawaban sesuai (S), skor 3 untuk netral (N), skor 2 untuk jawaban tidak sesuai (TS), dan skor 1 jika menjawab pernyataan sangat tidak sesuai (STS). Sedangkan penilaian aitem untuk pernyataan unfavorable, yaitu yang

mendapatkan skor 1 jika menjawab pernyataan yang sangat sesuai (SS), skor 2 jika menjawab pernyataan sesuai (S), jika menjawab netral (N) maka akan memperoleh skor 3, skor 4 untuk jawaban tidak sesuai (TS) dan skor 5 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS).

Tabel 1. *Blue Print* Skala Krisis Seperempat Hidup

No	Dimensi-dimensi Seperempat Hidup	Krisis	Jumlah Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kebimbangan dalam mengambil keputusan		4	4	8
2.	Putus asa		4	4	8
3.	Penilaian diri yang negatif		4	4	8
4.	Terjebak dalam situasi yang sulit		4	4	8
5.	Cemas		4	4	8
6.	Tertekan		4	4	8
7.	Khawatir akan relasi interpersonal yang sedang dan akan dibangun		4	4	8
Total					56

2. Skala Kepercayaan Diri

Skala yang digunakan dalam kepercayaan diri pada subjek merupakan skala yang di paparkan oleh Lauster (2003) menjelaskan individu yang memiliki kepercayaan diri yang baik maka mereka akan dapat memiliki perilaku yang sesuai dengan yang diharapkan. Skala kepercayaan diri menurut lauster ini memiliki 5 aspek meliputi yakin dengan kemampuan sendiri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realitas. Setiap aitem terdiri dari 5 alternatif respon jawaban yang dimana dimulai dari rentan skor 1 (sangat tidak sesuai) sampai 5 (sangat sesuai)

Skala ini berisikan pernyataan-pernyataan yang menggunakan aitem dengan lima alternatif pilihan jawaban dan setiap jawaban yang dipilih oleh subjek akan mendapatkan skor yang berbeda. Penilaian ini berdasarkan skala yang terdiri dari pernyataan favorable dan unfavorable dengan lima alternatif jawaban yang memiliki nilai berjenjang. Penilaian aitem untuk pernyataan favorable, yaitu jika menjawab pernyataan yang

sangat sesuai (SS) maka akan dikenakan skor 5, skor 4 untuk jawaban sesuai (S), skor 3 untuk netral (N), skor 2 untuk jawaban tidak sesuai (TS), dan skor 1 jika menjawab pernyataan sangat tidak sesuai (STS). Sedangkan penilaian aitem untuk pernyataan unfavorable, yaitu yang mendapatkan skor 1 jika menjawab pernyataan yang sangat sesuai (SS), skor 2 jika menjawab pernyataan sesuai (S), jika menjawab netral (N) maka akan memperoleh skor 3, skor 4 untuk jawaban tidak sesuai (TS) dan skor 5 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS).

Tabel 2. *Blue Print* Skala Kepercayaan diri

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Yakin dengan kemampuan diri	4	2	6
2.	Optimis	4	2	6
3.	Obyektif	4	2	6
4.	Bertanggung jawab	4	2	6
5.	Rasional dan realistis	4	2	6
Total				30

E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem, dan Reliabilitaas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas merujuk pada derajat fungsi pengukuran pada suatu tes, atau derajat kecermatan ukur pada suatu tes (Suryabrata, 2000). Menurut Azwar (2016), validitas adalah sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam mengukur sebuah atribut yang seharusnya diukur sesuai dengan tujuan pengukuran. Alat ukur dinyatakan memiliki validitas yang baik atau tinggi apabila alat tersebut dapat menjalankan fungsinya sebagai pengukur dan memberikan hasil ukur yang tepat sesuai dengan tujuan dilakukannya pengukuran dalam suatu penelitian.

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi. Validitas isi adalah aitem yang ada pada dalam skala yang digunakan dalam penelitian untuk mendukung teori yang ada dalam penelitian yang sesuai dengan tujuan alat ukur yang digunakan. Azwar, (2015) telah menjelaskan bahwa untuk menguji suatu aitem dan tujuan

dalam suatu instrument ukur yang dibutuhkan kepuasan serta penilaian dari seorang ahli melalui *professional judgement*. *Professional judgement* dalam penelitian ini adalah dosen pembimbing.

2. Uji Daya Beda Aitem

Menurut Azwar (2012) uji daya beda aitem merupakan sejauh apa aitem penelitian yang digunakan bisa di bedakan antara seseorang atau sekelompok individu yang memiliki atribut yang dapat diukur atau tidak. uji daya beda aitem dilakukan dengan cara pemilihan aitem yang sudah sesuai dengan fungsi alat ukur dengan fungsi ukur skala yang digunakan dalam penelitian. (Azwar, 2012).

Batasan kriteria memilih aitem berdasarkan korelasi aitem total yaitu $r_{ix} \geq 0,30$. Keseluruhan aitem yang memiliki batas koefisien korelasi mencapai nilai lebih dari 0,30 maka daya beda aitem dikatakan memuaskan. Aitem yang memiliki koefisien korelasi $r_{i(X-i)}$ kurang dari 0,30 dianggap aitem tersebut memiliki daya beda rendah. Aitem yang memiliki nilai lebih dari 0,30 dapat dijadikan skala. Jumlah aitem lolos yang tidak mencapai batas minimal maka dapat diturunkan menjadi 0,25. Uji daya beda aitem dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *product moment* dengan uji statistik menggunakan *speraman rho* dengan menggunakan SPSS.

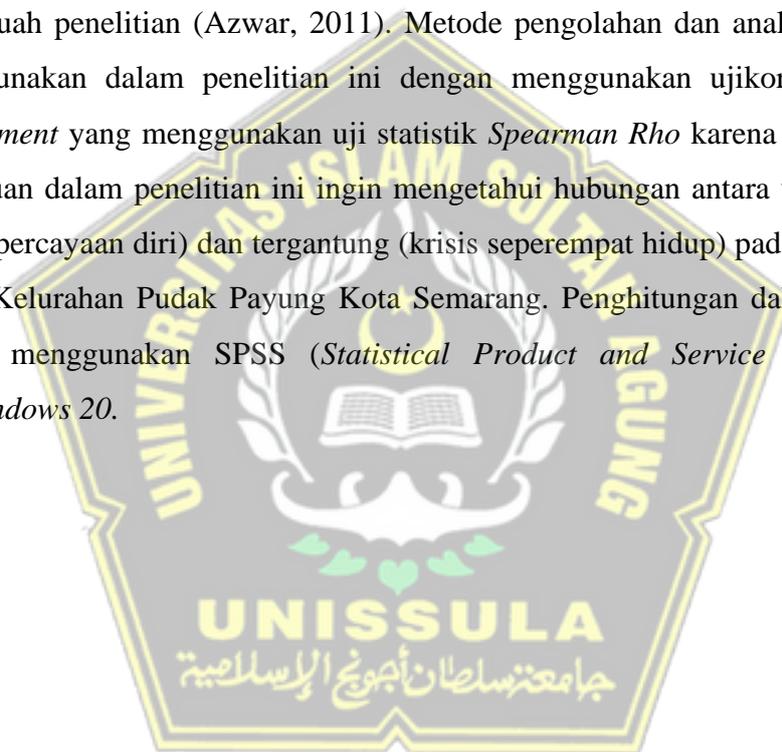
3. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan pengukuran yang memiliki konsistensi hasil ukur yang dapat dipercaya. Konsep dari reliabilitas merujuk kepada rasa kepercayaan diri atau konsisiten terhadap hasil alat ukur yang sudah di dapatkan sebelumnya (Azwar, 2019). Alat ukur yang reliabel adalah alat ukur yang dapat digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, maka hasil yang didapatkan dari data penelitian akan mendapatkan hasil yang sama (Sugiyono, 2018). Hasil reliabilitas bergerak rentang nilai 0 sampai 1. Berdasarkan hal tersebut dapat diidentifikasi semakin mendekati angka 1 maka alat ukur yang digunakan akan semakin reliabel.

Metode reliabilitas pada penelitian ini menggunakan *Alpha Crobach* pada program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) for Windows 20*.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu cara yang digunakan dalam penelitian untuk mengolah data yang di dapatkan sehingga nanti dapat ditarik kesimpulan dalam penelitian yang dilakukan (Azwar, 2011). Metode analisis data merupakan cara yang digunakan untuk menguji sebuah hipotesis dalam sebuah penelitian (Azwar, 2011). Metode pengolahan dan analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan ujikorelasi *Product Moment* yang menggunakan uji statistik *Spearman Rho* karena sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini ingin mengetahui hubungan antara variabel bebas (kepercayaan diri) dan tergantung (krisis seperempat hidup) pada dewasa awal di Kelurahan Puduk Payung Kota Semarang. Penghitungan dalam penelitian ini menggunakan SPSS (*Statistical Product and Service Solution) for Windows 20*.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan Penelitian dan Persiapan Penelitian

1. Orientasi kancan penelitian

Orientasi kancan penelitian merupakan tahap awal sebelum dilakukannya penelitian oleh peneliti. Hal ini bertujuan untuk dapat mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan saat penelitian berlangsung, Hal ini dilakukan supaya peneliti dapat mempersiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan dalam penelitian yang akan dilakukan, sehingga penelitian yang dilakukan peneliti dapat berjalan dengan optimal serta dapat berhasil dalam melaksanakan penelitian yang dilakukan. Penelitian ini dilaksanakan di daerah Kelurahan Pudak Payung yang beralamat di Jalan Setuk N0.4 Semarang.

Tahapan awal yang dilakukan dalam penelitian ini dimulai dari wawancara awal dimana digunakan sebagai data awal penelitian yang dilakukan terhadap tiga dewasa awal di daerah Kelurahan Pudak Payung. Populasi dalam penelitian ini merupakan seluruh warga Kelurahan Pudak Payung. Peneliti menentukan subjek menggunakan *cluster random sampling*, melalui 2 tahapan. Tahapan 1 penentuan sampel menggunakan *random sampling*, meliputi 3 RW Kelurahan Pudak Payung, yaitu RW 1 (Pramuka/Kalipepe), RW 4 (Setuk) dan RW 5 (Ngasem). Sedangkan untuk tahapan ke 2 peneliti menentukan subjek sebagai calon responden dengan cara *cluster sampling*, dan didapatkan 6 RW, yaitu RW 6 (Bumirejo), RW 7 (Siroto), RW 9 (Wiratama), RW 12 (Kepodang Timur), RW 15 (Asabri) dan RW 16 (Griya Payung Asri).

Kelurahan Pudak Payung merupakan salah satu wilayah Kelurahan yang berada di Kecamatan Banyumanik di Kota Semarang. Kelurahan Pudak Payung dipimpin oleh kepala Kelurahan yang bernama bapak Agustinus Kristiawan. Kelurahan Pudak Payung sendiri memiliki luas wilayah sekitar 392.932 Km². Kelurahan Pudak Payung memiliki 4 batas

wilayah yang berdekatan dengan Kelurahan Pudak Payung. Pada batas utara terdapat Kelurahan Banyumanik, pada batas selatan terdapat Kabupaten Semarang, pada batas barat terdapat sungai Kaligarang dan batas timur terdapat Kelurahan Gedawang. Jumlah penduduk di Kelurahan Pudak Payung menurut data di *website* Kelurahan Pudak Payung untuk laki-laki 11.479 jiwa, untuk perempuan 11.602 jiwa, untuk usia 0-15 6.366 jiwa, untuk usia 15-65 12,481 jiwa dan untuk usia 65 keatas 4.243 jiwa. Pada Kelurahan Pudak Payung memiliki 16 RW dan 138 RT.

Tahapan selanjutnya yang dilakukan peneliti, setelah menentukan lokasi penelitian yang akan digunakan ialah peneliti melakukan pendahuluan dengan cara mewawancarai 3 dewasa awal terkait krisis seperempat hidup. Tahapan selanjutnya yakni mencari data-data pendukung lain atau hasil penelitian sebelumnya serta teori-teori yang nantinya akan dijadikan landasan dan bahan pendukung penelitian di daerah Kelurahan Pudak Payung dengan inti pembahasan krisis seperempat hidup.

Adapun alasan peneliti dalam memilih daerah Kelurahan Pudak Payung sebagai lokasi penelitian yaitu sebagai berikut :

- a. Penelitian mengenai hubungan antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup belum pernah dilakukan di lokasi tersebut.
- b. Kelurahan Pudak Payung Semarang sesuai dengan permasalahan yang diteliti.
- c. Jumlah dan karakteristik subjek sesuai dengan syarat penelitian.
- d. Adanya izin dari pihak Kelurahan untuk melaksanakan penelitian.

Berdasarkan pertimbangan yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian di Kelurahan Pudak Payung Semarang.

2. Persiapan dan Pelaksanaan penelitian

Persiapan penelitian dilakukan supaya proses penelitian dapat berjalan dengan lancar dan dapat memperkecil terjadinya kesalahan saat penelitian yang dapat menghambat proses penelitian yang sedang berlangsung. Terdapat beberapa persiapan penelitian dalam melakukan penelitian yang terdiri dari beberapa tahapan, sebagai berikut :

a. Persiapan Perizinan

Penelitian dikatakan baik jika sesuai dengan prosedur penelitian serta memenuhi syarat. Tahapan selanjutnya ialah perijinan yang dimana merupakan syarat awal sebelum melakukan penelitian yang harus di penuhi peneliti. Tahap pertama yang dilakukan peneliti ialah membuat permohonan perizinan kepada Fakultas Psikologi Unissula yang ditunjukkan kepada Kepala Kelurahan Pudak Payung Semarang dengan nomor surat 309/C.1/Psi-SA/III/202

b. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur merupakan sebuah instrument ukur yang mampu untuk mengumpulkan data. Dalam penelitian kuantitatif, skala merupakan sebuah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam sebuah penelitian. Skala tersebut berisikan pernyataan-pernyataan sebagai stimulus yang menjurus pada indikator yang telah berlaku sebelumnya, untuk memberikan respon sebuah jawaban yang merupakan refleksi diri subjek (Sugiyono, 2017) Terdapat 2 skala yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala kepercayaan diri dan skala krisis seperempat hidup. Penjeleasan memiliki keterkaitan dengan skala yang digunakan di dalam penelitian ini ialah, sebagai berikut :

1) Skala Krisis Seperempat Hidup

Penyusunan pada skala krisis seperempat hidup yang disusun berdasarkan pada dimensi-dimensi krisis seperempat hidup yang dijelaskan menurut (Agustin, 2012). Sebelumnya skala ini telah di modifikasi oleh peneliti (Pratama, 2021). Skala ini

memiliki 7 susunan dimensi yang meliputi, kebimbangan dalam mengambil keputusan, putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi yang sulit, perasaan cemas dan perasaan khawatir akan hubungan yang dibangun saat ini maupun yang sedang di bangun. Skala ini terdiri atas 2 aitem yang dimana yang pertama *favorable* yang terdiri 28 aitem dan yang kedua *unfavorable* terdiri dari 28 aitem dengan 5 alternatif pilihan jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Penilaian aitem *favorable* yaitu skor 5 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), skor 4 untuk jawaban Sesuai (S), skor 3 untuk jawaban Netral (N), skor 2 untuk jawaban Tidak sesuai (TS), dan skor 1 untuk jawaban Sangat Tidak sesuai (STS). Sedangkan penilaian untuk aitem *unfavorable* memiliki skor 5 untuk jawaban Sangat tidak sesuai (STS), skor 4 untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), skor 3 untuk jawaban Netral (N), skor 2 untuk jawaban sesuai (S), dan skor 1 untuk jawaban Sangat sesuai (SS). Berikut adalah sebaran aitem skala krisis seperempat hidup.

Tabel 3. Sebaran Aitem skala Krisis Seperempat Hidup (untuk uji coba)

No	Aspek	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kebimbangan dalam mengambil keputusan	1,15,29,43	8,22,36,50	8
2.	Putus asa	2,16,30,44	9,23,37,51	8
3.	Penilaian diri yang negaif	3,17,31,45	10,24,38,52	8
4.	Terjebak dalam situasi yang sulit	4,18,32,46	11,25,39,53	8
5.	Cemas	5,19,33,47	12,26,40,54	8
6.	Tertekan	6,20,34,48	13,27,41,55	8
7.	Khawatir akan relasi interpersonal yang sedang dan akan dibangun	7,21,35,49	14,28,42,56	8
Total		28	28	56

2) Skala Kepercayaan Diri

Skala Kepercayaan diri yang digunakan dalam penelitian ini ialah skala kepercayaan diri yang dipaparkan oleh (Lauster, 2003). Skala kepercayaan diri ini memiliki total 30 aitem pertanyaan yang digunakan untuk mengukur kepercayaan diri terhadap individu. penyusunan skala ini didasarkan pada faktor-faktor kepercayaan diri meliputi, yakin dengan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realitas. Skala kepercayaan diri ini memiliki 5 pilihan jawaban yakni, Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Berikut diantaranya sebaran aitem Kepercayaan Diri :

Tabel 4. Sebaran Aitem skala Kepercayaan Diri (untuk uji coba)

No	Aspek	Jumlah aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Yakin dengan kemampuan diri	2,3,5,6	1,4	6
2.	Optimis	8,9,14,12	7,10	6
3.	Obyektif	11,15,17,18	13,16	6
4.	Bertanggung jawab	20,21,23,24	19,22	6
5.	Rasional dan realistis	26,27,29,30	25,28	6
Total		20	10	30

c. Uji Coba Alat Ukur

Tahapan yang dilakukan selanjutnya oleh peneliti ialah mengujicobakan alat ukur hal ini dilakukan untuk mengetahui dan mengukur sejauh mana keakuratan dan kualitas dari pernyataan yang digunakan dalam penelitian. Peneliti melakukan uji coba pada hari Senin 14 Maret sampai 28 Maret 2022. Penelitian dilakukan melalui *Google Form* yang dibagikan kepada subjek melalui aplikasi Whatsapp. Uji coba pada penelitian ini di lakukan terhadap 140 subjek yang merupakan gabungan antara RW 1 (Pramuka/Kalipepe), RW 4

(Setuk) dan RW 5 (Ngasem) pada Kelurahan Pudak Payung Semarang. Berikut rincian uji coba alat ukur, sebagai berikut :

Tabel 5. Data Rincian Untuk Uji Coba Skala

No	Karakteristik	Frekuensi	Presentasi	Total
1.	Kelurahan Pudak Payung			
	a) RW 1	53	-	
	b) RW 4	41	-	140
	c) RW 5	46	-	
2.	Jenis kelamin			
	a) Perempuan	67	47,9%	140
	b) Laki-laki	73	52,1%	

Kemudian setelah pengumpulan data uji coba telah selesai, peneliti melaksanakan uji coba daya beda aitem, serta reliabilitas alat ukur atau skala menggunakan program SPSS versi 20.0 *for windows*.

d. Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

Tahap selanjutnya setelah melakukan penskoran ialah melaksanakan pengujian daya beda aitem dan penghitungan koefisiensi reliabilitas terhadap skala kepercayaan diri dan skala krisis seperempat hidup. Uji daya beda aitem dilakukan untuk dapat mengetahui aitem yang mana yang memiliki atribut yang dapat diukur dan yang tidak dapat diukur. Daya beda aitem bisa dikatakan tinggi apabila memiliki nilai koefisiensi nilai korelasi aitem total $r_{ix} \geq 0,3$ dan apabila jumlah aitem daya beda tinggi tidak sesuai dengan penilaian diinginkan maka bisa dipertimbangkan untuk dapat menurunkan kriteria nilai koefien korelasi total menjadi $r_{ix} \geq 0,25$ (Azwar, 2015). Koefisien korelasi antara skor aitem dan skor total dapat diperoleh dengan melakukan analisis menggunakan bantuan *software* SPSS versi 20.0 *for windows*.

1) Skala Krisis Seperempat Hidup

Adanya hasil uji daya beda aitem terhadap 140 dewasa awal di daerah pudak payung, dalam skala krisis seperempat hidup dengan analisis product moment memiliki 56 aitem dan diperoleh 50 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan 6 aitem berdaya beda rendah. Terdapat indeks beda aitem yang cukup tinggi bergerak antara 0,322 – 0,666 dan aitem dengan daya beda aitem rendah bergerak antara 0,485 – 0,247. Hasil yang didapatkan dari reabilitas *alpha Cronbach* pada skala krisis seperempat hidup menghasilkan reabilitas 0,952 dari 50 aitem. Berikut merupakan sebaran aitem setelah dilakukan uji coba, sebagai berikut :

Tabel 6. Sebaran Aitem Krisis Seperempat Hidup

No	Aspek	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kebimbangan dalam mengambil keputusan	1,15,29,43	8*,22,36,50	8
2.	Putus asa	2,16,30,44	9,23,37,51	8
3.	Penilaian diri yang negative	3,17,31,45	10,24,38,52	8
4.	Terjebak dalam situasi yang sulit	4,18,32,46	11,25,39,53	8
5.	Cemas	5,19,33,47	12,26*,40*,54	8
6.	Tertekan	6,20,34,48	13,27,41*,44	8
7.	Khawatir akan relasi interpersonal yang sedang dan akan dibangun	7,21,35,49	14,28,42,56*	8
Total		28	28	56

Keterangan (*) = Aitem berdaya beda rendah

2) Skala Kepercayaan Diri

Hasil uji daya beda aitem terhadap 140 dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung, dalam skala kepercayaan diri yang terdiri dari 30 aitem dan diperoleh 26 aitem memiliki daya beda aitem tinggi dan 4 aitem berdaya beda aitem rendah. Koefisien korelasi daya beda aitem cukup tinggi dalam skala ini berkisar antara 0,321 - 0,735 dan aitem dengan daya beda aitem rendah bergerak antara -0.019 – 0,299. Reliabilitas pada skala kepercayaan

diri ini dengan menggunakan Teknik *alpha Crobach* dengan menghasilkan reabilitas 0,910 Dari 26 aitem. Berikut merupakan sebaran aitem berdaya beda tinggi dan berdaya beda rendah dalam skala kepercayaan diri, sebagai berikut :

Tabel 7. Sebaran Aitem kepercayaan Diri

No	Aspek	Jumlah Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Yakin dengan kemampuan diri	2,3,5,6	1,4	6
2.	Optimis	8,9,14,12	7*,10	6
3.	Obyektif	11*,15,17,18	13*,16	6
4.	Bertanggung jawab	20,21,23,24	19,22*	6
5.	Rasional dan realistis	26,27,29,30	25,28	6
Total		20	10	30

Keterangan (*) = Aitem berdaya brda rendah

e. Penomoran ulang

Hasil uji coba yang dilakukan menggunakan alat ukur, mendapatkan aitem berdaya beda rendah dan berdaya beda tinggi. Aitem yang memiliki daya beda rendah akan dieleminisasi dan aitem yang berdaya beda tinggi akan digunakan untuk penelitian. Berikut merupakan susunan penomoran ulang yang akan di gunakan pada skala krisis seperempat dan skala kepercayaan diri sebagai berikut:

Tabel 8. Penomoran ulang skala krisis seperempat hidup untuk penelitian

No	Dimensi	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1.	Kebimbangan dalam mengambil keputusan	1, 15(14), 29(26), 43(38)	22(21), 36(33), 50(45)	7
2.	Putus asa	2, 16(15), 30(27), 44(39)	9(8), 23(22), 37(34), 51(46)	8
3.	Penilaian diri yang negative	3,17(16), 31(28), 45(40)	10(9), 24(23), 38(35), 52(47)	8
4.	Terjebak dalam situasi yang sulit	4,18(17), 32(29), 46(41)	11(10), 25(24), 39(36), 53(48)	8
5.	Cemas	5,19(18), 33(30), 47(42)	12(11), 54(49)	6
6.	Tertekan	6, 20(19), 34(31), 48(43)	13(12), 27(25), 55(50)	7
7.	Khawatir akan relasi interpersonal yang sedang dan akan dibangun	7, 21(20), 35(32), 49(44)	14(13), 42(37)	6
Total		28	22	50

Keterangan :Keterangan : (....) nomor aitem baru atau nomor aitem pada skala penelitian

Tabel 9. Penomoran ulang skala kepercayaan diri untuk penelitian

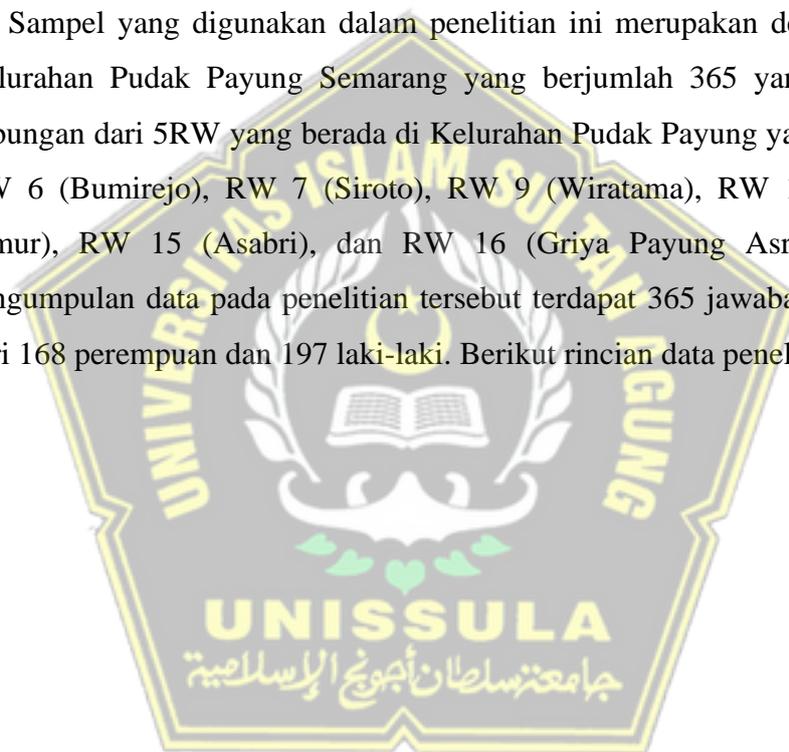
No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Yakin dengan kemampuan diri	2,3,5,6	1,4	6
2.	Optimis	8(7),9(8),14(11),12(10)	10(9)	5
3.	Obyektif	15(12),17(14),18(15)	16(13)	4
4.	Bertanggung jawab	20(17),21(18),23(19),24(20)	19(16)	5
5.	Rasional dan realistis	26(22),27(23),29(25),30(26)	25(21),28(24)	6
Total		19	7	26

Keterangan : (....) nomor aitem baru atau nomor aitem pada skala penelitian

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan langsung oleh peneliti dan dibantu oleh masyarakat dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung yang dimulai pada tanggal 4 April 2022 – 30 April 2022. Pengisian skala penelitian dilakukan secara online dengan bantuan *Google Form* dengan link sebagai berikut <https://forms.gle/S9dSrViCeXvmrvjp7>. Link skala tersebut di sebarakan kepada subjek dengan melalui daring melalui *Whatsapp* dan chat personal terhadap para responden.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini merupakan dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung Semarang yang berjumlah 365 yang merupakan gabungan dari 5RW yang berada di Kelurahan Pudak Payung yang terdiri dari RW 6 (Bumirejo), RW 7 (Siroto), RW 9 (Wiratama), RW 12 (Kepodang Timur), RW 15 (Asabri), dan RW 16 (Griya Payung Asri). Dari hasil pengumpulan data pada penelitian tersebut terdapat 365 jawaban yang terdiri dari 168 perempuan dan 197 laki-laki. Berikut rincian data penelitian :



Tabel 10. Demografi Subjek Penelitian

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
1.	Kelurahan Pudak Payung		
	a. RW 6	65	17,5%
	b. RW 7	70	19,2%
	c. RW 9	51	14%
	d. RW 12	73	20%
	e. RW 15	52	14,2%
	f. RW 16	55	15,1%
2.	Jenis Kelamin		
	a. Perempuan	168	46%
	b. Laki-laki	197	54%
3.	Usia		
	a. 20-25	258	70,7%
	b. 26-32	107	29,3%
4.	Pekerjaan		
	a. Mahasiswa	120	33%
	b. Wiraswasta	130	36%
	c. PNS	28	8%
	d. Guru	21	6%
	e. TNI	20	5%
	f. Freelance	16	4%
	g. Perawat	15	4%
	h. Barista	15	4%

C. Analisis Data dan Penelitian

1. Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan tahapan yang perlu di analisis pertama kali dalam melakukan penelitian sebelum menganalisis data. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas, uji linieritas, serta uji multikolinieritas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas berfungsi sebagai pembuktian apakah data yang telah di dapatkan normal atau tidak. *One Sampel Komogorov-Smirnov-Z* dengan bantuan *SPSS for windows versi 20* yang merupakan teknik yang digunakan dalam uji normalitas dengan taraf yang signifikan 0,05. Data yang dapat dikatakan normal apabila memiliki signifikansi $>0,05$ sedangkan untuk data yang tidak normal memiliki signifikansi $<0,05$. Berdasarkan hasil uji normalitas saat di hitung kembali menggunakan *One Sample Komogorov- Smirnov- z*,

didapatkan nilai signifikansi $0,655 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal. Berikut hasil uji normalitas dalam penelitian ini :

Tabel 11. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Standar Deviasi	KS-Z	Sig	P	Ket
Krisis Seperempat Hidup	129.11	26.549	1.265	0.082	>0,05	Normal
Kepercayaan Diri	97.37	11.892	1.372	0.046	<0,05	Tidak Normal

b. Uji Linieritas

Uji linieritas memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan pada setiap variabel dan dapat mengetahui variabel tersebut memiliki hubungan linier atau tidak berhubungan secara signifikan. Data yang sudah terkumpul diujikan menggunakan uji linier dengan bantuan SPSS *for windows versi 20*. Data yang telah di dapatkan dapat dikatakan linier apabila memiliki tingkatan taraf signifikansi $\leq 0,05$. Berdasarkan data yang telah dilakukan oleh peneliti antara Kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup diperoleh F_{linier} sebesar 406.223 dengan taraf signifikansi $p=0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi secara linier antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *spearman's rho*. Uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup pada dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung Kota Semarang. Berdasarkan hasil uji korelasi *spearman's rho* yang merupakan salah satu jenis statistik non-parametrik diperoleh koefisien korelasi r_{xy} sebesar $-0,689$ dengan taraf signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup pada dewasa awal Kelurahan Pudak Payung Kota Semarang. Hal ini dapat menjelaskan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki maka akan semakin rendah tingkat krisis seperempat hidup yang akan di alami oleh dewasa awal, sebaliknya jika semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi tingkat krisis seperempat hidup yang dimiliki oleh dewasa awal.

D. Deskripsi Variabel Penelitian

Deskripsi data penelitian disusun sebagai suatu gambaran terhadap bagaimana gambaran skor yang di dapatkan subjek atas pengukuran dan sebagai penjelasan mengenai bagaimana keadaan subjek terhadap atribut yang sedang diteliti. Dalam hal ini pengkategorian subjek dalam penelitian ini secara normatif menggunakan distribusi normal, hal ini bertujuan untuk membagi subjek menjadi berbagai subjek kedalam kelompok-kelompok yang bertingkat pada setiap variabel yang diungkap. Berikut adalah norma kategori yang digunakan :

Tabel 12. Norma Kategorisasi Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1.5 \sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0.5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0.5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1.5 \sigma < X \leq \mu - 0,5 \sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1.5 \sigma$	Sangat Rendah

Ket :

μ = Mean Hipotetik

σ = Standar Deviasi Hipotetik

1. Deskripsi Data Skor Krisis Seperempat Hidup

Skala krisis seperempat hidup pada penelitian ini terdiri dari 50 aitem berdaya beda tinggi. Skala ini berisi pernyataan-pernyataan yang masing-masing aitemnya memiliki 5 (lima) pilihan jawaban yang diberi skor berkisar antara dari 1 (satu) samapi 5 (lima). Skor minimum yang didapatkan subjek sebesar 50 berasal dari (50×1) dan skor maksimumnya yakni 250 yng di dapatkan dari (50×5) . Rentang skor sebesar 200 diperoleh dari $(250-50)$ dan di bagi menjadi enam satuan standar deviasi sebesar, sehingga diperoleh nilai standar deviasi sebesar 33,3 berasal dari $((250-50):6)$, dengan mean hipotetik sebesar 150 berasal dari $(250+50):2$

Deskripsi skor empirik pada skala krisis seperempat hidup berdasarkan hasil penelitian diperoleh skor minimal sebesar 55, skor maksimum sebesar 194, *mean* sebesar 129,11, dan standar deviasi sebesar 26,55.

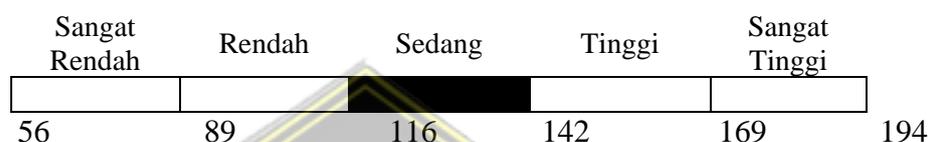
Tabel 13. Deskripsi Skor Skala Krisis Seperempat Hidup

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	55	50
Skor Maksimum	194	250
Mean (M)	129,11	150
Standar Deviasi (SD)	26,55	33,3

Berdasarkan mean empirik maka dapat diketahui rentang skor subjek dalam data variabel krisis seperempat hidup secara keseluruhan masuk dalam kategori sedang yaitu sebesar 129,11. Berikut norma kategorisasi krisis seperempat hidup yang akan di jelaskan pada table, sebagai berikut:

Tabel 14. Kategorisasi Skor Skala Krisis Seperempat Hidup

Norma	Kategorisasi	Jumlah Subjek	Presentasi
$x < 89$	Sangat Rendah	26	7,1%
$89 < X \leq 116$	Rendah	100	27,4%
$116 < X \leq 142$	Sedang	115	31,5%
$142 < X \leq 169$	Tinggi	103	28,5%
$X \geq 169$	Sangat Tinggi	21	5,8%
	Total	365	100%

**Gambar 1. Kategorisasi Krisis Seperempat Hidup**

2. Deskripsi Data Skor Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri pada penelitian ini terdiri dari 26 aitem berdaya beda tinggi. Skala ini berisi pernyataan-pernyataan yang masing-masing aitemnya memiliki 5 (lima) pilihan jawaban yang memiliki skor antara dimulai dari 1 (satu) hingga 5 (lima). Dalam skor minimum Adapun didapatkan subjek sebesar 26 berasal dari (26×1) dan skor maksimumnya yakni 130 yang di dapatkan dari (26×5) . Rentang skor sebesar 104 diperoleh dari $(130-26)$ dan di bagi menjadi beberapa satuan yaitu menjadi enam satuan standar deviasi, maka dari itu diperoleh nilai standar deviasi sebesar 17,3 berasal dari $((130-26):6)$, dengan nilai mean hipotetik sebesar 78 berdasar dari $(130+26):2$

Deskripsi skor empirik pada skala kepercayaan diri berdasarkan hasil penelitian diperoleh skor minimal sebesar 62, skor maksimum sebesar 130, *mean* sebesar 97,37, dan standar deviasi sebesar 11,89.

Tabel 15. Deskripsi Skor Skala Kepercayaan Diri

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	62	26
Skor Maksimum	130	130
Mean (M)	97,37	78
Standar Deviasi (SD)	11,89	17,3

Berdasarkan mean empirik maka dapat diketahui rentang skor subjek dalam data variabel Kepercayaan diri secara keseluruhan masuk dalam kategori sedang yaitu sebesar 97,37 Berikut table norma kepercayaan diri yang akan di jelaskan, sebagai berikut :

Tabel 16. Kategorisasi Skor Skala Kepercayaan Diri

Norma	Kategorisasi	Jumlah Subjek	Presentasi
$X \leq 80$	Sangat Rendah	36	9,9%
$80 < X \leq 91$	Rendah	69	18,9%
$91 < X \leq 103$	Sedang	157	43,0%
$103 < X \leq 115$	Tinggi	81	22,2%
$115 \geq X$	Sangat Tinggi	22	6,0%
	Total	365	100%

**Gambar 2. Kategorisasi Kepercayaan Diri**

E. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk dapat mengetahui apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup pada dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung Semarang. Berdasarkan hasil uji korelasi menggunakan korelasi uji korelasi *product moment* dengan uji statistik menggunakan *speraman rho* diperoleh hasil koefisien korelasi r_{xy} sebesar -0,689 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$) yang mengindikasikan bahwa hipotesis yang diajukan dapat

diterima, yakni terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup pada dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung Semarang. Hal ini menjelaskan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki maka akan semakin rendah krisis seperempat hidup yang dialami oleh dewasa awal. Sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi krisis seperempat hidup yang dialami oleh dewasa awal.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh D. Putri (2021) yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki pengaruh terhadap krisis seperempat hidup pada dewasa awal, yang berarti bahwa semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah krisis seperempat hidup yang dialami dewasa awal. Hal ini menunjukkan bahwa dewasa awal yang mengalami krisis seperempat hidup berpengaruh terhadap rasa kepercayaan diri yang dimiliki dewasa awal dalam menentukan masa depannya.

Hal tersebut sebagaimana yang dijelaskan Nash & Murray (2009) mengatakan bahwa individu memiliki banyak pertimbangan mengenai komitmen dalam hubungan dan pekerjaan yang memuaskan, namun individu masih memiliki beberapa keraguan atas pilihan yang akan ditentukan, sehingga memunculkan kembali harapan-harapan dalam hidupnya. Kepercayaan diri yang cukup, seseorang individu akan dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dengan mantap, kepercayaan diri yang tinggi memiliki peranan yang penting dalam memberikan kontribusi yang berarti bagi kehidupan seseorang (Iswidharmanjaya, 2005)

Sebagaimana yang dijelaskan oleh Tauzel (2007) bahwa kepercayaan diri menjadi salah satu faktor krisis seperempat hidup, dimana hal tersebut dapat dibuktikan dengan masih banyaknya individu yang tidak berdaya, masih memiliki keraguan, ketidaktahuan akan sesuatu, dan ketakutan akan masa depan terkait karir, keuangan,

hubungan dan lain-lain yang terjadi ketika seseorang memasuki usia dewasa(Suyono et al., 2021).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa krisis seperempat hidup termasuk dalam kategori sedang dengan presentase sebesar 31,5% dari total 365 responden, yang berarti bahwa krisis seperempat hidup yang dimiliki dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung juga memiliki kategori sedang. Selain itu variabel kepercayaan diri menunjukkan hasil mean 97,37 dengan presentase 43,0%, Sehingga dapat ditarik kesimpulan dalam penelitian ini antara krisis seperempat hidup dengan kepercayaan diri pada dewasa awal Kelurahan Pudak Payung termasuk dalam kategori yang sedang.

Penelitian yang dilakukan di Kelurahan Pudak Payung Kota Semarang dengan subjek dewasa awal di dapatkan hasil dengan kategori sedang pada variabel krisis seperempat hidup yang dimana memiliki arti bahwa dewasa awal di daerah tersebut masih memiliki permasalahan dalam diri mereka seperti mengalami masalah penyesuaian diri dan dapat membuat individu stress, tidak stabil, memiliki perubahan mood secara tiba-tiba, terlalu banyak memilih serta memiliki perasaan panik. Sedangkan untuk variabel kepercayaan diri pada dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung Kota Semarang memiliki kategori sedang yang artinya dewasa awal masih memiliki permasalahan dalam diri mereka, seperti kurang yakin dengan kemampuan yang dimiliki, bertindak tidak sesuai keinginan mereka, memiliki rasa ragu, cemas dan kurang dapat bertanggung jawab atas apayang telah dipilih sebelumnya.

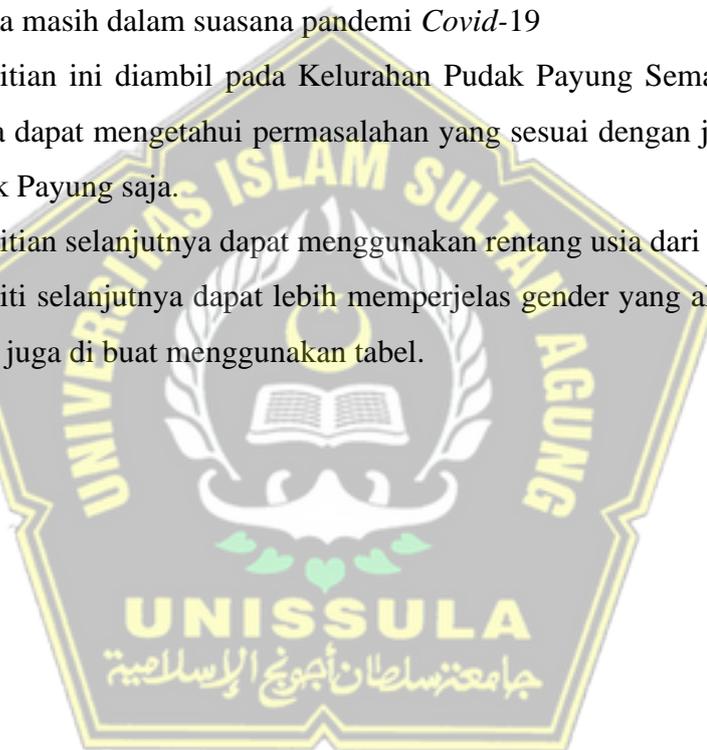
Tingkat kepercayaan diri yang sedang ini dapat mengindikasikan bahwa individu cukup percaya diri dengan mampu percaya akan kemampuan diri sendiri, optimis, obyektif, bertanggungjawab dan rasional dan realistis. Adapun variabel kepercayaan diri pada penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 49,3% dari hasil analisis koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,493, sehingga masih terdapat 50,7%

faktor lain yang mempengaruhi krisis seperempat hidup yang belum diungkap.

F. Kelemahan Penelitian

Berdasarkan Penelitian yang sudah di lakukan terdapat beberapa kelemahan sebagai berikut :

1. Peneliti tidak dapat mengontrol atau memantau responden secara langsung dalam pengisian skala karena dilakukan secara *online* melalui *google form* karena masih dalam suasana pandemi *Covid-19*
2. Penelitian ini diambil pada Kelurahan Pudak Payung Semarang saja jadi hanya dapat mengetahui permasalahan yang sesuai dengan judul di daerah Pudak Payung saja.
3. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan rentang usia dari 20 -25 tahun.
4. Peneliti selanjutnya dapat lebih memperjelas gender yang akan digunakan dapat juga di buat menggunakan tabel.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan maka dapat ditarik kesimpulan, terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan krisis seperempat hidup pada dewasa awal di kelurahan Pudak Payung Semarang. Hal ini mempunyai arti bahwa semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki dewasa awal maka akan semakin rendah krisis seperempat hidup yang dialami. Sebaliknya pula, semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki dewasa awal maka akan semakin tinggi krisis seperempat hidup yang dialami. Variabel kepercayaan diri mampu memberikan sumbangan efektif sebesar 49,3%.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat Dewasa Awal Kelurahan Pudak Payung

Bagi dewasa awal di Kelurahan Pudak Payung diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri dengan cara menjalin hubungan interpersonal yang baik dapat mengelola rasa tidak nyaman yang dimiliki, merasa berharga, menjaga Kesehatan fisik dan mental serta tetap meningkatkan produktifitas dalam pekerjaan, serta dapat menurunkan krisis seperempat hidup yang dimiliki supaya dapat menjalankan masa depan yang diharapkan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil dan kesimpulan penelitian, peneliti mencoba memberikan saran kepada peneliti selanjutnya, antara lain:

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat menganalisis atau mengaitkan variabel krisis seperempat hidup dengan faktor-faktor yang lain, seperti dukungan sosial, kematangan karir dan kualitas hidup, serta dapat menggunakan metode penelitian yang lain seperti kualitatif, karena dapat lebih mendapatkan gambaran lebih mendalam untuk diteliti mengenai variabel krisis seperempat hidup seperti aspek, terjebak dalam situasisulit, cemas dan tertekan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agarwal, S., Guntuku, S. C., Robinson, O. C., Dunn, A., & Ungar, L. H. (2020). Examining the phenomenon of quarter-life crisis through artificial intelligence and the language of twitter. *Frontiers in Psychology, 11*(March), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00341>
- Agustin, I. (2012). *Therapy with solution-focused approach for individuals who experienced*.
- Amalia, R., Suroso, & Pratitis, N. T. (2021). Psychological well being, self efficacy dan quarter life crisis pada dewasa awal. *Repository Untag*. <http://repository.untag-sby.ac.id/8006/>
- Angeline, A. (2020). *nalisa proses belajar sosial untuk meningkatkan self efficacy pada tenanga kerja di Jakarta Selatan dalam melewati krisis seperempat abad* [Universitas Pelita harapan]. <http://repository.uph.edu/7455/4/chapter1.pdf>
- Angelis, B. De. (2003). *Confidence: sumber sukses dan kemandirian*. Gramedia Pustaka Utama.
- Anthony, R. (1996). *Rahasia membangun kepercayaan diri*. Bina Rupa Akasara.
- Arnett, J. J. (2019). *Emerging adulthood: the winding road from the late teens through the twenties (2nd edition)*. Oxford University Press. <https://doi.org/DOI:10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
- Asiyah, N. (2013). Pola asuh demokratis, kepercayaan diri dan kemandirian mahasiswa baru. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 2*(2), 108–121. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.98>
- Asrida, D. (2017). Strategi mahasiswa untuk menghilangkan rasa cemas ketika berbicara bahasa inggris di kelas. *Jurnal Bahasa Lingua Scientia, 9*(1), 27–40. <https://doi.org/10.21274/lis.2017.9.1.27-40>
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., & Hilgard, E. R. (1993). *Pengantar psikologi I*. Erlangga.
- 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. (1999). *Penyusun skala psikologi*. Pustaka pelajar.

- Azwar, S. (2011). *Sikap dan perilaku : sikap manusia teori dan pengukurannya* (Edisi (2)). Pustaka pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Pustaka pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan validitas, edisi IV*. Pustaka pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Sikap manusia teori dan pengukurannya*. Pustaka pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi* (Edisi 2). Pustaka pelajar.
- Black, A. . (2011). *Halfway between somewhere and nothing: An exploration of the quarter-life crisis and life satisfaction among graduate students*. Proquest, Umi Dissertation Publishing.
- Blake, E. (2003). *Know yourself*. Elex Media Komputindo. <http://kin.perpusnas.go.id/DisplayData.aspx?pId=19569&pRegionCode=JIU NMAL&pClientId=111>
- Byock, S. D. (2010). *The quarterlife crisis and the path to individuation in the first half of life*. Pacifica Graduate Institute.
- Canto, A. I., Cox, B. E., Osborn, D., Becker, M. S., & Hayden, S. (2017). College students in crisis: prevention, identification, and response options for campus housing professionals. *Journal of College and University Student Housing*, 43(2), 44–57. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=eric&AN=EJ1149340&authtype=sso&custid=s8983984%0Ahttp://www.acuho-i.org/resources/publications/journal/archive-issues>
- Centi, P. J. (1993). *Mengapa rendah diri* (Cetakan 1). Kanisius.
- García Reyes, L. E. (2013). Hubungan self efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa fakultas psikologi universitas islam negeri maulana malik ibrahim Malang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of Counseling Psychology*, 4(43), 510–526. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.4.510>
- Ghufron, M. N., & Siminta, R. R. (2010). *Teori-teori psikologi* (Cetakan I.). Ar-Ruzz Media.
- Haase, C. M., Heckhausen, J., & Silbereisen, R. K. (2012). The interplay of occupational motivation and well-being during the transition from university to work. *Developmental Psychology*, 48(6), 1739–1751. <https://doi.org/10.1037/a0026641>

- Hakim, T. (2002). *Mengatasi rasa tidak percaya diri* (Cetakan 1). Puspa Swara.
- Halfon, N., Forrest, C. ., Lerner, R. M., & Faustman, E. M. (2018). *Handbook of life course health development*. https://doi.org/DOI 10.1007/978-3-319-47143-3_1
- Hendra Noor. (2018). *Rentan mendera usia 25-an kenali quarter life crisis dan 9 solusinya*. <https://www.brilio.net/kepribadian/rentan-mendera-usia-25-an-kenali-quarter-life-crisis-9-solusinya-180803n.html>
- Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife crisis pada masa dewasa awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145–156. <https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.1036>
- Hernawati, N. (2006). Tingkat stres dan strategi koping menghadapi stres pada mahasiswa tingkat persiapan bersama tahun akademik 2005/2006. *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*, 11(2), 43–49.
- Hurlock, E. B. (1999). *Child development* (6th ed.). Erlangga.
- Iswidharmanjaya, D. (2005). *Satu hari menjadi lebih percaya diri*. PT. Elex Media Komputindo.
- Kirandita, P. (2019). *Quarter life crisis: kehidupan dewasa datang, krisis pun menghadang*. Tirto.Id. <https://tirto.id/quarter-life-crisis-kehidupan-dewasa-datang-krisis-pun-menghadang-dkvU>
- Kumara, A. (1988). *Studi Validitas dan Reliabilitas The Test of Self-Confidance*.
- Laland, K. N., & Rendell, L. (2019). Social learning: theory. In *Encyclopedia of Animal Behavior* (pp. 380–386). <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-813251-7.00057-2>
- Lauster, P. (1978). *The personality test*. Pan Books.
- Lauster, P. (1992). *Tes kepribadian (terjemahan D.H. Gulo)*. PT. Gramedia Bumi Aksara.
- Lauster, P. (1997). *The personality test* (Cetakan 10). Bumi Aksara.
- Lauster, P. (2003). *The Personality Test*. Bumi Aksara.
- Leon, M., Ros, H., & Colin, P. (1989). Adolescent decision-making: The development of competence. *Journal of Adolescence*, 3(12), 265–278. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0140-1971\(89\)90077-8](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0140-1971(89)90077-8)

- Li, P., Zhang, Z., Wang, Q., & Yan, J. (2018). *College students psychological crisis: types, factors and countermeasures*. 181(Icsshe), 579–581. <https://doi.org/10.2991/icshe-18.2018.145>
- Martono, N. (2011). *Metode penelitian kuantitatif*. PT. Raya Grafindo Persada.
- Masni, H. (2016). Peran pola asuh demokratis orangtua terhadap pengembangan potensi diri dan kreativitas siswa. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 6(1), 58–74.
- Murphy, M. (2011). Emerging adulthood in Ireland: Is the quarter-life crisis a common experience? *Thesis of Family and Community Studies, September*, 1–44. <https://pdfs.semanticscholar.org/0f75/a32d8463a5b30b4c5c435219805e33a73eeb.pdf>
- Nash, R. J., & Murray, M. . (2009). *Helping college students find purpose: the campus guide to meaning-making* (J. W. & Sons. (ed.)).
- Nurlaila, N. (2017). Kompensasi Beban dalam Perspektif Psikologi Islam. *Tadrib: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 96–122. <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/Tadrib/article/view/1164>
- Philip, J., & Vasquez, R. (2018). Development and validation of quarterlife crisis scale for Filipinos. *The Asian Conference on Psychology & the Behavioral Science*, April 2015, 447–459. https://www.researchgate.net/publication/327764080_Development_and_Validation_of_Quarterlife_Crisis_Scale_for_Filipinos
- Pratama, V. N. (2021). *Hubungan antara kualitas hidup dengan krisis seperempat hidup pada mahasiswa universitas islam sultan agung Semarang*. https://docs.google.com/document/d/1KwdbDmKEHWkBhyzqzaw2mBFoS_Hf_-1hz/edit?usp=drivesdk&oid=103006476401611045101&rtpof=true&sd=true
- Putri, A. R. (2020). *Hubungan antara dukungan sosial dengan quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir*.
- Putri, D. (2021). *Hubungan kepercayaan diri (self confidence) dengan quarter life crisis pada mahasiswa Pekanbaru yang tergabung dalam HMI*.
- Reifman, A., Arnett, J. J., & Colwell, M. J. (2007). Emerging adulthood: Theory, assessment and application. *Journal Of Youth Development*, 2(1).
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarter life crisis: The unique challenges of life in your twenties*. J.P. Tarcher/Putman.

- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarter life crisis: the unique challenges of life in your twenties*. Tarcher Penguin.
- Robinson, O. (2017). How to turn your quarter-life crisis into quarter-life catalyst introduction. *University of Greenwich*, 1–10.
- Robinson, O. . (2019). A Longitudinal mixed-methods case study of quarter-life crisis during the post-university transition: locked-out and locked-in forms in combination. *Emerging Adulthood*, 7(3), 167–179. <https://doi.org/10.1177/2167696818764144>
- Robinson, O. C., & Stell, A. J. (2015). Later-life crisis: towards a holistic model. *Journal of Adult Development*, 22(1), 38–49. <https://doi.org/10.1007/s10804-014-9199-5>
- Rosita, H. (2007). *Hubungan antara perilaku asertif dengan kepercayaan diri pada mahasiswa*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Rossy, N. E., & Mebert, C. J. (2011). Does quarterlife crisis exist? *The Journal of Genetic Psychology*, 172(2), 141–161. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.1080/00221325.2010.521784>
- Stapleton, A. (2012). Coaching clients through the quarter-life crisis : What works ? *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 6, 130–145.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R& D metode Bandung: alfabeta*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif , dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Suprpti, S., Sriwibawa, S., & Markam, S. (2003). *Pengantar psikologi klinis*. UI-Press, 2003.
- Suryabrata, sumadi. (2000). *Pengembangan alat ukur psikologi*. Penerbit Andi.
- Suyono, T. A., Kumalasari, A. D., & Fitriana, E. (2021). Hubungan quarter-life crisis dan kesejahteraan subjektif pada individu dewasa muda. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 301–322. <https://doi.org/2.https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i2.4646>

- Syifa'ussurur, M., Husna, N., Mustaqim, M., & Fahmi, L. (2021). Menemukenali berbagai alternatif intervensi dalam menghadapi quarter life crisis: Sebuah kajian literatur. *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, 1(1), 53–64. <http://alisyraq.pabki.org/index.php/jcic/article/view/61/35>
- Tanner, Jennifer L., Arnett, J. J., & Leis, J. A. (2008). *Emerging adulthood: learning and development during the first stage of adulthood* (Chapter 2.). Handbook of research on adult development and learning.
- Tauzel, B. J. (2007). *Rethinking the quarterlife crisis*. May. [https://ecommons.cornell.edu/bitstream/handle/1813/7825/Tauzel, Brian.pdf;sequence=1](https://ecommons.cornell.edu/bitstream/handle/1813/7825/Tauzel_Brian.pdf;sequence=1)
- Thantaway. (2005). *Kamus istilah bimbingan dan konseling*. Kanisius.
- Wiranatha, F. D., & Supriyadi, S. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar puteri di kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 38–47. <https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i01.p04>
- Zaremba, L. S., & Smoleński, W. H. (2000). Optimal portfolio choice under a liability constraint. *Annals of Operations Research*, 97(1–4), 131–141. <https://doi.org/10.1023/A>

