

**PERANAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP *QUARTER LIFE*  
*CRISIS* PADA PEREMPUAN GENERASI Z DI KOTA BANJARMASIN**

**Skripsi**

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat  
untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi  
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Jesica Alpionita Pratama

1710914120012

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

**Juni, 2023**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

### PERANAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA PEREMPUAN GENERASI Z DI KOTA BANJARMASIN

dipersiapkan dan disusun oleh

**Jesica Alpionita Pratama**

telah dipertahankan di depan dewan penguji  
pada tanggal 6 Juni 2023

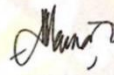
#### Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama

Anggota Dewan Penguji Lain

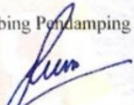


Jehan Safitri, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198506092014042001



Marina Dwi Mavangsari, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198403022008122002

Pembimbing Pendamping



Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198104212008121005



Rika Vira Zwagery, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19870901201504200

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198104212008121005

Koordinator Program Studi Psikologi

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 6 Juni 2023



Jesica Alpionita Pratama

NIM. 1710914120012

## ABSTRAK

### PERANAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA PEREMPUAN GENERASI Z DI KOTA BANJARMASIN

Jesica Alpionita Pratama

Memiliki kecerdasan emosional dirasa penting untuk membantu individu mengatasi permasalahan yang terjadi dalam hidupnya salah satunya generasi Z, karena saat ini generasi Z mulai memasuki masa *emerging adulthood* yang rentan membuatnya mengalami *quarter life crisis* karena menghadapi tantangan perkembangan dan kekhawatirannya akan masa depan yang tidak pasti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat peranan kecerdasan emosional terhadap *quarter life crisis* pada perempuan generasi Z di kota Banjarmasin. Partisipan yang mengikuti penelitian ini adalah perempuan generasi Z berusia 18-25 tahun berjumlah 121 orang yang ditentukan menggunakan teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah SEIS (*Schutte Emotional Intelligence Scale*) oleh Schutte (1998) dan telah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia oleh Ratu dkk. (2021) dan DCQ-12 (*The Developmental Crisis Questionnaire*) oleh Petrov dkk. (2021). Penelitian ini menggunakan uji regresi linear sederhana, ditemukan hasilnya menunjukkan terdapat peranan kecerdasan emosional terhadap *quarter life crisis* pada perempuan generasi Z di kota Banjarmasin.

Kata kunci: Kecerdasan emosional, *quarter life crisis*, perempuan

## **ABSTRACT**

### **THE ROLE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE TOWARD QUARTER LIFE CRISIS IN GENERATION Z WOMEN IN BANJARMASIN CITY**

Jesica Alpionita Pratama

*Emotional intelligence is considered important to help individuals overcome problems that occur in their lives, including in generation Z. Generation Z is now starting to enter a vulnerable emerging adulthood period which makes them experience quarter life crisis due to developmental challenges and worries about an uncertain future. This study aims to find out whether there is a role of emotional intelligence toward quarter life crisis in generation Z women in Banjarmasin City. The participants who took part in this study were Generation Z women aged 18-25 years, totalling 121 people who were selected using the accidental sampling technique. The measurement instruments used in this study were the SEIS (Schutte Emotional Intelligence Scale) by Schutte (1998) that was adapted into Indonesian by Ratu et al. (2021) and DCQ-12 (The Developmental Crisis Questionnaire) by Petrov et al. (2021). The simple linear regression test was employed in the study, and the results show that there is a role of emotional intelligence toward quarter life crisis in generation Z women in Banjarmasin City.*

*Keywords: Emotional intelligence, quarter life crisis, generation Z women*

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh. Alhamdulillah puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. karena atas Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “Peranan Kecerdasan Emosional terhadap *Quarter life crisis* pada Perempuan Generasi Z di Kota Banjarmasin”. Shalawat serta salam juga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW karena berkatnya manusia dapat keluar dari alam gelap menuju alam terang ini.

Proposal ini disusun guna memenuhi sebagian syarat untuk memenuhi derajat Sarjana Psikologi Universitas Lambung Mangkurat. Penulis mendapatkan banyak sekali bantuan serta dukungan dari keluarga, dosen pembimbing, teman serta rekan pada penyusunan proposal yang dilakukan ini. Pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran Dr. dr. Istiana, M.Kes yang memberikan kesempatan dan fasilitas dalam penelitian ini.
2. Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Bapak Sukma Noor Akbar, M.Psi, Psikolog sekaligus dosen pembimbing pendamping yang telah memfasilitasi untuk

melaksanakan penelitian, serta memberikan arahan, saran dan bimbingan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.

3. Dosen pembimbing Ibu Jehan Safitri, M.Psi, Psikolog yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan bimbingan, saran, arahan dan motivasi untuk penulis menyelesaikan skripsi ini.
4. Dosen penguji Ibu Marina Dwi Mayangsari, M.Psi., Psikolog dan Ibu Rika Vira Zwagery, M.Psi., Psikolog yang memberikan dukungan, saran, serta arahan sehingga skripsi ini dapat menjadi lebih baik lagi.
5. Segenap Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan ilmu, bekal dan pengalamannya selama masa perkuliahan.
6. Seluruh Staf akademik Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang banyak membantu dalam administrasi penelitian.
7. Kedua orang tua penulis, Alpian dan Tranmiati yang telah melimpahkan kesabaran, restu, doa, semangat, serta dukungan yang tiada henti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Tidak ada ungkapan yang cukup untuk mengungkapkan rasa terima kasih penulis kepada mama dan papa, semoga Allah SWT selalu merahmati dan menjaga kalian.

8. Partisipan Penelitian yang dengan sukarela untuk mendukung dan berpartisipasi dalam penelitian sehingga penelitian ini dapat berlangsung.
9. Teman dan Sahabat, Ramona, Citra Kusumaningtyas, Bunga Asri Dwi Ariani, Meldawati, dan Tarmayati yang telah banyak memberikan dukungan moral, tenaga serta dorongan motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-teman kuliah, Siti Dhiya Shafira Diar, Khumayroh, Kartika Ayu Fitria dan Dwi Uthami Imun Eyum, Sarah Aulia Rahmi dan teman lainnya yang tidak dapat disebutkan, yang selalu menolong dan menjadi tempat meminta saran dalam proses menyelesaikan skripsi ini.
11. Kakak tingkat, kak Rachmadiar, kak Rifky Amada, dan kak Nurul Jum'ah yang sedia membantu, mendoakan serta memberikan saran kepada peneliti.

Penulis menyadari skripsi ini disusun jauh lebih lama dari seharusnya dan masih memiliki kekurangan Sehingga, penulis mengharapkan saran yang dapat membangun dari pembaca guna kebaikan yang akan datang.

Banjarbaru, 06 Juni 2023

Jesica Alpionita Pratama



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
1.5 Signifikansi dan Keunikan Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	13
2.1 <i>Quarter Life Crisis</i> .....	13
2.1.1 Definisi <i>Quarter Life Crisis</i> .....	13
2.1.2 Aspek-aspek <i>Quarter Life Crisis</i> .....	14
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i> ..	18
2.1.4 Dampak <i>Quarter Life Crisis</i> .....	20
2.1.5 Jenis Pengukuran <i>Quarter Life Crisis</i> .....	21
2.2 Kecerdasan Emosional .....	22
2.2.1 Definisi Kecerdasan Emosional .....	22

2.2.2	Aspek-aspek Kecerdasan Emosional.....	23
2.2.3	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi...	25
2.2.4	Jenis Pengukuran Kecerdasan Emosional .....	26
2.3	Generasi Z.....	27
2.3.1	Definisi Generasi Z.....	27
2.3.2	Karakteristik Generasi Z.....	29
2.4	Peranan Kecerdasan Emosional terhadap <i>Quarter Life Crisis</i> ..	32
2.5	Landasan Teori .....	34
2.6	Hipotesis Penelitian .....	36
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
3.1	Rancangan Penelitian.....	37
3.2	Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasional Penelitian.....	37
3.2.1	Identifikasi Variabel Penelitian .....	37
3.2.2	Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian	37
3.3	Subjek dan Tempat penelitian .....	39
3.4	Teknik Pengumpulan Data .....	41
3.4.1	Instrumen Penelitian.....	41
3.4.2	Adaptasi Alat Ukur.....	43
3.4.3	Pelaksanaan Uji Coba.....	45
3.4.4	Seleksi Aitem, Validitas dan Realibilitas Alat Ukur .....	45
3.5	Analisis Data.....	52
3.5.1	Uji Asumsi Dasar .....	52
3.5.2	Uji Hipotesis.....	53
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>55</b>
4.1	Gambaran Subjek Penelitian .....	55
4.2	Pelaksanaan Penelitian .....	55
4.3	Hasil Penelitian.....	57
4.3.1	Deskripsi Data Penelitian .....	57
4.3.2	Hasil Analisis Data Penelitian.....	62

4.3.3 Hasil Uji Hipotesis .....	65
4.4 Pembahasan .....	66
4.5 Keterbatasan Penelitian .....	74
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>76</b>
5.1 Kesimpulan.....	76
5.2 Saran.....	77
5.2.1 Bagi Perempuan Generasi Z.....	77
5.2.2 Bagi Pemerhati Pemerintah .....	77
5.2.3 Bagi Peneliti Berikutnya.....	78
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>79</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>83</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
<b>Tabel 3. 1</b> Blue Print Skala Kecerdasan Emosional .....	42
<b>Tabel 3. 2</b> Blue Print Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	43
<b>Tabel 3. 3</b> Blue Print Skala Kecerdasan Emosional Setelah Uji Coba.. .....	47
<b>Tabel 3. 4</b> Susunan Aitem Skala Kecerdasan Emosional.....	48
<b>Tabel 3. 5</b> Blue Print Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	49
<b>Tabel 3. 6</b> Susunan Aitem Skala <i>Quarter Life Crisis</i> .....	50
<b>Tabel 4. 1</b> Deskripsi Subjek Penelitian.....	55
<b>Tabel 4. 2</b> Rumusan dan Skor Hipotetik Variabel Penelitian.....	57
<b>Tabel 4. 3</b> Perhitungan Skor Hipotetik Variabel Penelitian .....	58
<b>Tabel 4. 4</b> Perbandingan Skor Hipotetik dan Empirik Variabel Penelitian....	58
<b>Tabel 4. 5</b> Rumusan Norma Kategorisasi.....	60
<b>Tabel 4. 6</b> Rumusan Norma Kategorisasi Kecerdasan Emosional.....	60
<b>Tabel 4. 7</b> Kategorisasi Data Variabel Kecerdasan Emosional.....	60
<b>Tabel 4. 8</b> Rumusan Norma Kategorisasi <i>Quarter Life Crisis</i> .....	61
<b>Tabel 4. 9</b> Kategorisasi Data Variabel <i>Quarter Life Crisis</i> .....	61
<b>Tabel 4. 10</b> Hasil Uji Normalitas Populasi Data .....	63
<b>Tabel 4. 11</b> Hasil Uji Normalitas Residual.....	63
<b>Tabel 4. 12</b> Hasil Uji Linearitas .....	64
<b>Tabel 4. 13</b> Hasil Uji Hipotesis Analisis Regresi Linear Sederhana.....	65

<b>Tabel 4. 14</b> Nilai Koefisien Determinasi Regresi .....	66
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Alat Ukur Uji Coba .....	84
A.1 <i>Informed Consent</i> .....	84
A.2 Alat Ukur Kecerdasan Emosional .....	88
A.3 Alat Ukur <i>Quarter Life Crisis</i> Sebelum Adaptasi .....	91
A.4 Alat Ukur <i>Quarter Life Crisis</i> Setelah Adaptasi .....	92
B. Data Uji Coba .....	93
B.1 Data Uji Coba Alat Ukur Kecerdasan Emosional.....	93
B.2 Data Uji Coba Alat Ukur <i>Quarter Life Crisis</i> .....	98
C. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	101
C.1 Analisis Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Kecerdasan Emosional..	101
C.2 Analisis Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur <i>Quarter Life Crisis</i> .....	103
D. Alat Ukur Setelah Uji Coba .....	104
D.1 <i>Informed Consent</i> Penelitian .....	104
D.2 Alat Ukur Kecerdasan Emosional Setelah Uji Coba.....	108
D.3 Alat Ukur <i>Quarter Life Crisis</i> Setelah Uji Coba.....	111
E. Data Penelitian .....	112
E.1 Data Penelitian Kecerdasan Emosional .....	112
E.2 Data Penelitian <i>Quarter Life Crisis</i> .....	117

F. Analisa SPSS Data Penelitian .....	119
F.1 Analisis SPSS Uji Normalitas .....	119
F.2 Analisis SPSS Uji Linearitas.....	121
F.3 Analisis SPSS Uji Regresi Linear Sederhana .....	122
G. Administratif Penelitian .....	124
G. 1 Izin Menggunakan Alat Ukur Adaptasi Kecerdasan Emosional .....	124
G. 2 Izin Menggunakan Alat Ukur <i>Quarter Life Crisis</i> .....	125
G. 3 Surat Pengantar Permohonan <i>Ethical Clearance</i> .....	125
G. 4 Surat <i>Ethical Clearance</i> Penelitian .....	127
G. 5 Formulir Cek Referensi .....	128
G. 6 Kartu Bimbingan Skripsi .....	128
G. 7 Setifikat Uji Plagiasi.....	130
H. Survey Studi Pendahuluan .....	131