

**PERANAN KESEPIAN TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA
PEREMPUAN DI KOTA BANJARMASIN**

Skripsi

**Diajukan guna memenuhi sebagai syarat
Untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Bunga Asri Dwi Ariani

1710914320011

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
Juni, 2023**

Skripsi

**PERANAN KESEPIAN TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA PEREMPUAN
DI KOTA BANJARMASIN**

dipersiapkan dan disusun oleh

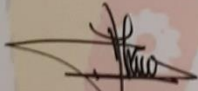
Bunga Asri Dwi Ariani

telah dipertahankan di depan dewan penguji

pada tanggal Juni 2023

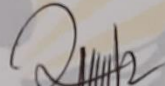
Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



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

Anggota Dewan Penguji Lain

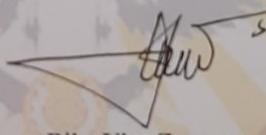


Dr. Rusdi Rusli, M.Psi., Psikolog
NIP. 198711242014041001

Pembimbing Pendamping



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



Rika Vira Zwagery., M.Psi., Psikolog
NIP. 198709012015042004

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 keserjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarmasin, 13 Juni 2023



Bunga Asri Dwi Ariani

NIM. 1710914320011

ABSTRAK

PERANAN KESEPIAN TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA PEREMPUAN DI KOTA BANJARMASIN

Bunga Asri Dwi Ariani

Kesepian adalah kondisi individu merasa hubungan sosial yang dimiliki tidak memenuhi kebutuhan sosial yang dianggap penting. Perempuan yang memasuki masa dewasa awal lebih cenderung mengalami *quarter life crisis* diakibatkan banyaknya tuntutan yang harus dipenuhi. Permasalahan *quarter life crisis* yang sering ditemui adalah permasalahan keluarga dan hubungan romantis. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran kesepian terhadap *quarter life crisis* pada perempuan di Kota Banjarmasin. Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional dengan teknik analisis regresi sederhana dan teknik pengambilan sampel penelitian *nonprobability sampling* dengan jenis *incidental sampling*. Alat ukur yang digunakan yakni *social and emotional loneliness scale adult short version* (SELSA-S) dengan nilai reliabilitas sebesar (0,705) dan alat ukur *quarter life crisis* memiliki nilai reliabilitas (0,918), alat ukur ini digunakan kepada 207 perempuan di Kota Banjarmasin. Hasil uji analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa nilai t hitung sebesar $5,832 > t$ tabel $1,972$ artinya terdapat peranan bersifat positif antara kesepian terhadap *quarter life crisis* dengan nilai R^2 sebesar 0,142 artinya sebesar 14,2% peranan kesepian terhadap *quarter life crisis* pada perempuan di Kota Banjarmasin, sedangkan 85,8% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Kata kunci: Kesepian, *quarter life crisis*, perempuan

ABSTRACT

THE ROLE OF LONELINESS IN THE QUARTER LIFE CRISIS AMONG WOMEN BANJARMASIN CITY

Bunga Asri Dwi Ariani

Loneliness is a condition in which individuals find that their social relationships fail to meet their social needs that they consider important. Women who are entering early adulthood are more likely to experience a quarter life crisis due to many demands that they must meet. The most common problems of the quarter life crisis are related to family issues and romantic relationships. Therefore, this study aims to investigate the role of loneliness in quarter life crisis among women in Banjarmasin City. The method used in the study was the correlational quantitative with the simple regression analysis technique and non-probability sampling technique of incidental sampling. The measurement instruments consisted of the social and emotional loneliness scale adult short version (SELSA-S) with a reliability value of 0.705, and the quarter life crisis scale with a reliability value of 0.918. The measurement instruments were employed on 207 women in Banjarmasin City. The results of the simple regression analysis test showed the t count of $5.832 > t$ table of 1.972 , which means that there was a positive role of loneliness in quarter life crisis with an R^2 value of 0.142 and indicates that the role of loneliness in quarter life crisis among women in Banjarmasin City was 14.2% , while 85.8% was influenced by other factors.

Keywords: Loneliness, quarter life crisis, women

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang memberikan limpahan rahmat dan karunia, serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Peranan Kesepian terhadap *Quarter Life Crisis* pada Perempuan di Kota Banjarmasin”. Skripsi ini disusun bertujuan untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat.

Keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. dr. Istiana, M.kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam penelitian ini.
2. Bapak Sukma Noor Akbar, M.Psi, Psikolog selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat dan selaku dosen pembimbing II yang telah membantu serta memberikan bimbingan, saran, dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Jehan Safitri, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing I yang telah membantu serta memberikan bimbingan, saran, dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Rusdi Rusli, M.Psi, Psikolog selaku dosen penguji I yang telah meluangkan waktu sebagai penguji dan memberikan masukan, saran, serta kritik untuk menyempurnakan skripsi ini.
5. Ibu Rika Vira Zwagery, M.Psi, Psikolog selaku dosen penguji II yang bersedia meluangkan waktu sebagai penguji dan memberikan saran, serta kritik yang membangun untuk memperbaiki skripsi ini.
6. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
7. Seluruh staf civitas akademik Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan bantuan dalam terlaksananya penelitian ini.
8. Tidak lupa yang terkasih keluarga besar saya, Ayah dan Ibu atas segala dukungan serta doa yang telah diberikan sehingga saya bisa sampai ke tahap ini.
9. Kepada para sahabat dan rekan-rekan saya yaitu Rissa Purnama Meidela, Fransisca Putri R, Deby Kartika Fourtuna, Jesica Alpionita, Kakak Rachmadiar Perdana, Meldawati, Tarmayati, Mia Mulidya, Aida Rizma, dan semua teman yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu. Terimakasih banyak atas segala dukungan, bantuan, dan suka duka selama ini.
10. Kepada seluruh member BTS terutama Jungkook yang tersayang yang sudah lama menjadi salah satu bagian hidup peneliti, melalui musik dan

lirik yang menyentuh mampu memberikan dukungan ketika peneliti kehilangan motivasi.

11. Kepada 407 responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan mau menjadi bagian dalam penelitian ini tanpa ada unsur paksaan.

Penulis menyadari atas segala kekurangan skripsi ini, oleh sebab itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi banyak pihak.

Banjarbaru, 13 Juni 2023

Bunga Asri Dwi Ariani

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Signifikansi dan Keunikan Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 <i>Quarter Life Crisis</i>	10
2.1.1 Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i>	10
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	12
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i>	16
2.1.4 Dampak <i>Quarter Life Crisis</i>	19
2.2 Kesepian	21
2.2.1 Pengertian Kesepian	21
2.2.2 Jenis-jenis Kesepian	22
2.2.3 Faktor-faktor yang Menyebabkan Kesepian.....	24

2.2.4 Dampak Kesepian	28
2.3 Dewasa Awal	29
2.3.1 Pengertian Dewasa Awal	29
2.3.2 Tugas Perkembangan Dewasa Awal	30
2.4 Peranan Kesepian Terhadap <i>Quarter Life Crisis</i>	33
2.5 Landasan Teori	35
2.6 Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
3.1 Rancangan Penelitian	39
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	40
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian	40
3.2.2 Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian	40
3.3 Subjek dan Tempat Penelitian	41
3.4 Teknik Pengumpulan Data	43
3.4.1 Instrumen Penelitian	43
3.5 Pelaksanaan Uji Coba	47
3.5.1 Seleksi Aitem, Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	49
3.5.2 Hasil Analisis Aitem dan Reliabilitas Data Uji Coba Alat Ukur	51
3.6 Analisis Data	54
3.6.1 Uji Asumsi Dasar	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	56
4.1 Gambaran Subjek Penelitian	56
4.2 Pelaksanaan Penelitian	57
4.3 Hasil Penelitian	58
4.3.1 Deskripsi Data Penelitian	58
4.3.2 Hasil Analisis Data Penelitian	62
4.4 Pembahasan	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	73
5.1 Kesimpulan	73

5.2 Saran.....	73
Daftar Pustaka	76
Lampiran	80

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Blue print Social Emotional Loneliness Scale Adult Short Version (SELSA-S)</i>	44
Tabel 3.2 <i>Blue print</i> alat ukur <i>Quarter Life Crisis</i>	47
Tabel 3.3 Hasil Uji Coba Alat Ukur Kesepian	52
Tabel 3.4 Distribusi Aitem Alat Ukur Kesepian Setelah Uji Coba	53
Tabel 3.5 Distribusi Aitem Alat Ukur <i>Quarter Life Crisis</i> Setelah Uji Coba	54
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek Penelitian	56
Tabel 4.2 Data Deskripsi Responden Penelitian	56
Tabel 4.3 Rumusan Penghitungan Skor Hipotetik Variabel Penelitian	58
Tabel 4.4 Skor Hipotetik dan Skor Empirik Variabel Penelitian	59
Tabel 4.5 Rumusan Norma Kategorisasi	60
Tabel 4.6 Rumusan Norma Kategorisasi Variabel Kesepian	60
Tabel 4.7 Kategorisasi Data Variabel Kesepian	60
Tabel 4.8 Rumusan Norma Kategorisasi Variabel <i>Quarter Life Crisis</i>	61
Tabel 4.9 Kategorisasi Data Variabel <i>Quarter Life Crisis</i>	61
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas Residual	62
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas	63
Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	64

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Skema Konseptual Peranan Kesepian Terhadap <i>Quarter Life Crisis</i>	38
Gambar 3.1 Rumus <i>Corrected Item-Total Correlation</i>	49
Gambar 3.2 Rumus Koefisien Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i>	51
Gambar 3.3 Rumus Analisis Regresi Sederhana	55

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Surat-surat Persetujuan Pembimbing	81
Lampiran A1. Surat Persetujuan Pembimbing	81
Lampiran A2. Kartu Kuning.....	83
Lampiran A3. Surat Pengesahan Seminar Proposal	87
Lampiran A4. Halaman Persetujuan Pembimbing Untuk Skripsi	88
Lampiran A5. Formulir Cek Referensi	89
B. Skala Kesepian.....	90
Lampiran B1. Perizinan Skala <i>The Social and Emotional Loneliness Adult Short Version (SELSA-S)</i>	90
Lampiran B2. Skala Asli <i>The Social and Emotional Loneliness Adult Short Version (SELSA-S)</i>	91
Lampiran B3. Skala <i>The Social and Emotional Loneliness Adult Short Version (SELSA-S)</i> Sebelum Uji Coba	93
Lampiran B4. Data Konfersi Hasil Uji Coba Skala <i>The Social and Emotional Loneliness Adult Short Version (SELSA-S)</i>	96
Lampiran B5. Hasil Uji Reliabilitas dan Seleksi Aitem Skala <i>The Social and Emotional Loneliness Adult Short Version (SELSA-S)</i>	100
Lampiran B5. Skala <i>The Social and Emotional Loneliness Adult Short Version (SELSA-S)</i> Setelah Uji Coba	104
C. Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	107
Lampiran C1. Perizinan Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	107
Lampiran C2. Skala <i>Quarter Life Crisis</i> Sebelum Uji Coba.....	108

Lampiran C3. Konfersi Data Hasil Uji Coba <i>Quarter Life Crisis</i>	111
Lampiran C4. Hasil Uji Reliabilitas dan Seleksi Aitem Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	114
D. Lampiran <i>Informed Consent</i> Penelitian.....	116
E. Lampiran Data Penelitian	118
Lampiran E1. Konfersi Hasil Data Penelitian Variabel Kesepian.....	118
Lampiran E2. Konfersi Hasil Data Penelitian Variabel <i>Quarter Life Crisis</i>	122
Lampiran E3. Hasil Uji Normalitas Residual.....	125
Lampiran E4. Hasil Uji Linearitas	126
Lampiran E5. Hasil Uji Hipotesis Regresi Linear Sederhana	127
F. Lampiran Dokumentasi.....	129