

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN
QUARTER LIFE CRISIS PADA DEWASA AWAL**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

ATHAYA NUGSRIA
NBI : 1511800175

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2022

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN
QUARTER LIFE CRISIS PADA DEWASA AWAL**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**



Oleh :

ATHAYA NUGSRIA

1511800175

**FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS 17 AGUSTUS
1945 SURABAYA 2022**

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN
QUARTER LIFE CRISIS PADA DEWASA AWAL**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**



**Oleh :
ATHAYA NUGSRIA
1511800175**

**FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS 17 AGUSTUS
1945 SURABAYA 2022**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Athaya Nugsria


NPM : 1511800175

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Kecerdasan Emosi dengan *Quarter Life Crisis*
Pada Dewasa Awal

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 yang secara tertulis diajukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 29 November 2022



10000
REPUBLIK INDONESIA
20
METERAI
TEMPEL
5168DAKX333385663
Athaya Nugsria
1511800175

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

NAMA : ATHAYA NUGSRIA
NPM : 1511800175
JUDUL : HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN
QUARTER LIFE CRISIS PADA DEWASA AWAL

Surabaya, 29 November 2022

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing 1



Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Si,
Psikolog

Dosen Pembimbing 2



Isrida Yul Arifiana, S.Psi., M.Si,
Psikolog



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
JL. SEMOLOWARU 41 SURABAYA
TEL. 031 591 1869 (1 & 311)
e-mail: perpustakaan@ug5.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Athaya Nugsria
NBI/NPM : 1511800175
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, atas karya saya yang berjudul:

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN QUARTER LIFE
CRISIS PADA DEWASA AWAL**

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty - Free Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada tanggal : 19 Desember 2022



*Coret yang tidak perlu

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas
Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Dan
Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal :

Dewan Penguji :

1. Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes



.....

2. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Si, Psikolog



.....

3. Isrida Yul Arifiana, S.Psi., M.Psi, Psikolog



.....

**Mengetahui
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945
SURABAYA
Dekan,**



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Psi., Psikolog

NPP. 20510.02.0552

HALAMAN MOTTO

“Only you can change your life. Nobody else can do it for you” Orang lain ga akan bisa paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tau hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga denga apa yang sudah kita perjuangkan selama ini.

Skripsi :

“Saya kerjakan, saya bimbingan, saya revisi, saya ujian, dan saya menang”

“Tiada doa yang lebih indah selain doa agar skripsi ini cepat selesai, bukan begitu konsepnya?”

-Penulis

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji Allah SWT dengan kemurahan dan ridho-Nya, skripsi ini dapat ditulis dengan baik dan lancar hingga selesai. Dengan ini akan saya persembahkan skripsi ini kepada :

Alm Bapak saya tercinta yang sudah berada di surga nya Allah, alhamdulillah anak perempuan mu ini telah selesai menempuh skripsi ini dengan baik berkat perjuangan bapak dulu yang telah memasukkan, menemani mendaftar di kampus ini dan akhirnya alhamdulillah sekarang telah selesai, dan bersiap untuk membanggakan ibu dan Alm bapak.

Untuk ibu, terimakasih telah senantiasa mendoakan saya tak henti-hentinya supaya segala urusan yang sedang saya tempuh berjalan lancar dan terselesaikan dengan baik.

Terakhir untuk teman-teman dekat saya terimakasih saya ucapkan yang telah membantu saya di kala saya kesulitan dalam proses pengerjaan skripsi ini dan terimakasih saling menyemangati hingga kita semua sudah berada di tahap akhir ini. Semoga kita dapat mencapai tujuan kita dan menjadi pribadi yang semakin baik.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan Hidayah-Nya saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Kecerdasan Emosi dengan *Quarter Life Crisis* Pada Dewasa Awal” dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai persyaratan dalam kelulusan dan menempuh sarjana dari Fakultas Psikologi 17 Agustus 1945 Surabaya.

Peneliti sangat menyadari bahwa dalam penulisan karya ilmiah ini menemukan beberapa kendala. Namun berkat banyuan dari beberapa pihak, akhirnya peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah ini, maka dengan rasa tulus dan ikhlas saya ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA., selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini M. Si., Psikolog selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Diah Sofiah, M.Si Psikologi Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945
4. Amherstia Pasca Rina, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Kepala Prodi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku dosen pembimbing pertama saya yang telah meluangkan waktu ,membimbing, dan memberikan petunjuk kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Mohon maaf apabila ada kesalahan baik yang peneliti sengaja maupun tidak selama proses bimbingan berlangsung.
6. Isrida Yul Arifiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing kedua saya yang juga telah meluangkan waktu ,membimbing, dan memberikan petunjuk kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Mohon maaf apabila ada kesalahan baik yang peneliti sengaja maupun tidak selama proses bimbingan berlangsung.
7. Karolin Rista, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Wali yang telah memberi pengarahan mengenai mata kuliah dari awal semester.
8. Segenap Dosen Fakultas Psikologi dan Dosen mata kuliah umum yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan baru selama menempuh pendidikan

9. Segenap Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah membantu dalam setiap urusan mata kuliah , surat perizinan penelitian dan sidang skripsi
10. Kepada kedua orang tua saya, bapak Nugroho (alm) dan ibu Sri Wilujeng yang sangat berjasa dalam hidup saya dalam hal apapun. Terima kasih atas doa dan dukungan dan segalanya yang tidak dapat disebutkan yang selamaini diberikan
11. Kepada subyek penelitian yang telah bersedia menjadi reponden dalam penelitian ini
12. Kepada Yosea Jeajeng Prayogie, Aprilia Caesari Damayanti, Cinthia Intan Permatasari, Candra Dwi Novieyanti sahabat suka duka saya yang selalu saya repotkan dalam segala hal.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah berkontribusi dengan tulus dan ikhlas sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca, peneliti selanjut-nya juga bagi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Surabaya, 29 November
2022



Athaya Nugsria

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA DEWASA AWAL

Athaya Nugsria

athayanugsria@gmail.com

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ABSTRAK

Quarter life crisis sangat mungkin terjadi pada masa dewasa awal yaitu sekitar usia 20-35 tahun. *Quarter life crisis* yang sedang dihadapi membuat individu pada masa sulit, yang menyebabkan krisis emosional dan berdampak pada timbulnya kecemasan. Penelitian ini disusun dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal. Penelitian ini dilakukan pada 101 responden yang berusia 20-35 tahun yang berada pada masa dewasa awal dengan melakukan pengambilan data menggunakan *google form*. Pada penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala kecerdasan emosi dan skala *quarter life crisis*. Instrument pengambilan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan model skala likert. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* yaitu teknik *accidental sampling*. Masing-masing variabel pada penelitian ini dihitung dengan menggunakan bantuan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 25.0 for windows* dengan menggunakan metode korelasi *Product Moment*. Penelitian ini menunjukkan hasil yang signifikan, sehingga mendukung asumsi bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki, maka semakin tinggi pula *quarter life crisis* yang dialami oleh seorang individu yang beradapada masa dewasa awal.

Kata Kunci : Kecerdasan Emosi, *Quarter Life Crisis*, Dewasa Awal

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA DEWASA AWAL

Athaya Nugsria

athayanugsria@gmail.com

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ABSTRACT

Quarter life crisis is very likely to occur in early adulthood, which is around the age of 20-35 years. The quarter life crisis that is being faced puts the individual in a difficult time, which causes an emotional crisis and results in anxiety. This study was structured with the aim of knowing the relationship between emotional intelligence and quarter life crisis in early adulthood. This research was conducted on 101 respondents aged 20-35 years who were in their early adulthood by collecting data using the Google form. In this study, two scales were used, namely the emotional intelligence scale and the quarter life crisis scale. The data collection instrument in this study was to use the Likert scale model. The sample technique used in this study is non-probability sampling, namely accidental sampling technique. Each variable in this study was calculated using the help of Statistical Product and Service Solution (SPSS) version 25.0 for windows using the Product Moment correlation method. This study showed significant results, thus supporting the assumption that the higher the emotional intelligence, the higher the quarter life crisis experienced by an individual who is in early adulthood. .

Keywords: Emotional Intelligence, *Quarter Life Crisis*, Early Adulthood

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN ..	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
CURICULUM VITAE	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah	5
B. Tujuan dan Manfaat	6
1. Tujuan Penelitian	6
2. Manfaat Penelitian	6
C. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. <i>Quarter Life Crisis</i>	9
1. Definisi <i>Quarter Life Crisis</i>	9
2. Tahapan-tahapan <i>Quarter Life Crisis</i>	10
3. Aspek-aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	11
4. Indikator <i>Quarter Life Crisis</i>	14

5. Faktor yang mempengaruhi Quarter Life Crisis	16
B. Kecerdasan Emosi (<i>Emotional Intelligence</i>).....	17
1. Definisi Kecerdasan Emosi	17
2. Aspek Kecerdasan Emosi	18
3. Indikator Kecerdasan Emosi	20
C. Kerangka Berpikir.....	24
D. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Populasi dan Partisipan Penelitian	26
1. Populasi.....	26
2. Sampel.....	26
B. Desain Penelitian.....	27
C. Instrumen Pengumpul Data	27
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	37
1. Uji Prasyarat.....	37
2. Analisis Data.....	38
BAB IV PEMBAHASAN	39
A. Hasil Penelitian.....	39
B. Pembahasan	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	42
A. Kesimpulan.....	42
B. Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	47

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skoring Aitem Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	24
Tabel 2. Blueprint Penyebaran Aitem Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	24
Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Validitas Aitem <i>Quarter Life Crisis</i>	26
Tabel 4. Uji Validitas Aitem <i>Quarter Life Crisis</i>	27
Tabel 5. Uji Reliabilitas Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	28
Tabel 6. Skoring Aitem Skala Kecerdasan Emosi	29
Tabel 7. Blueprint Penyebaran Aitem Skala Kecerdasan Emosi	30
Tabel 8. Rangkuman Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosi	31
Tabel 9. Hasil Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosi	32
Tabel 10. Uji Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosi	33
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas	34
Tabel 12. Hasil Uji Linieritas	35
Tabel 13. Hasil Uji <i>Product Moment</i>	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	45
Lampiran 2. Skala Kecerdasan Emosi	47
Lampiran 3. Tabulasi Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	49
Lampiran 4. Tabulasi Skala Kecerdasan Emosi	50
Lampiran 5. Uji Validitas Variabel <i>Quarter Life Crisis</i>	51
Lampiran 6. Uji Reliabilitas Variabel <i>Quarter Life Crisis</i>	53
Lampiran 7. Uji Validitas Variabel Kecerdasan Emosi	54
Lampiran 8. Uji Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosi	56
Lampiran 9. Uji Normalitas	57
Lampiran 10. Uji Linearitas	57
Lampiran 11. Hasil Uji <i>Product Moment</i>	58