

**HUBUNGAN ANTARA INTOLERANSI KETIDAKPASTIAN
DAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA
DI KOTA SURABAYA: PERAN KECEMASAN KARIR
SEBAGAI VARIABEL MEDIATOR**

SKRIPSI

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



Oleh :

ASHIL KEMAL PRASODJO
NBI: 1512200324

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN ANTARA INTOLERANSI
KETIDAKPASTIAN DAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA
MAHASISWA DI KOTA SURABAYA: PERAN
KECEMASAN KARIR SEBAGAI VARIABEL MEDIATOR**

SKRIPSI

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



Oleh :

ASHIL KEMAL PRASODJO

NBI: 1512200324

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2026**

**HUBUNGAN ANTARA INTOLERANSI
KETIDAKPASTIAN DAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA
MAHASISWA DI KOTA SURABAYA: PERAN
KECEMASAN KARIR SEBAGAI VARIABEL MEDIATOR**

SKRIPSI

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



Oleh :

ASHIL KEMAL PRASODJO

NBI: 1512200324

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Sekeloa, Januari 2026



Ashil Kemal Prasodjo

NBI: 1512200324



**UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA**

**BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)
e-mail : perpus@untag-sby.ac.id**

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIA
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya, Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya:

Nama : Ashil Kemal Prasodjo
NBI/ NPM : 1512200324
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

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

**Hubungan Antara Intoleransi Ketidakpastian Dan Quarter
Life Crisis Pada Mahasiswa dikota Surabaya : Peran
Kecemasan Karir Sebagai Variabel Mediator**

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (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 : Surabaya, 1 Januari 2026
Pada Tanggal : 1 Januari 2026



(Ashil Kemal Prasodjo)

HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

NAMA : Ashil Kemal Prasadjo

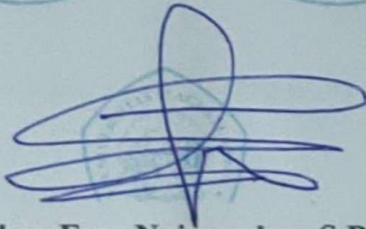
NBI : 1512200324

JUDUL : Hubungan Antara Intoleransi Ketidakpastian Dan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Di Kota Surabaya: Peran Kecemasan karir Sebagai Variabel Mediator

Surabaya, 1 Januari 2026

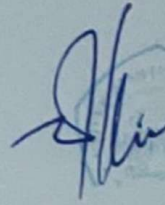
Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I



**Eben Ezer Nainggolan, S.Psi,
M.Si, S. H., M.Kn., Psikolog**

Dosen Pembimbing II



**Savidah Aulia Ul Haque,
M.Psi., Psikolog**

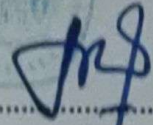
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**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**

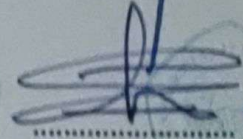
Pada Tanggal : 12 Januari 2026

Dewan Penguji :

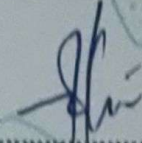
1. Etik Darul Muslikha., S.Psi., M.Psi., Psikolog



**2. Eben Ezer Nainggolan, S.Psi, M.Si, S. H., M.Kn.,
Psikolog**



3. Sayidah Aulia Ul Haque, M.Psi., Psikolog



**Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dekan,**



Dr. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog

NPP. 20510.02.0551

HALAMAN MOTTO

“Proses yang dijalani dengan sungguh-sungguh akan membawa hasil yang bermakna.”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmannirrahim..

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah- Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan penuh kerendahan hati dan kesabaran yang luar biasa. Keberhasilan dalam penulisan skripsi ini tentunya tidak lepas dan tidak jauh dari bantuan berbagai pihak.

Teristimewa mama saya tercinta. Pinariyah, yang tiada pernah lelah menanamkan kasih sayang, kesabaran, dan ketulusan sejak saya dilahirkan hingga detik ini. Doa Ibu adalah pelita yang menerangi setiap langkah, pengorbanan Ibu adalah jalan yang memudahkan setiap kesulitan, dan cinta Ibu adalah alasan terbesar penulis untuk bertahan. Segala pencapaian ini adalah buah dari doa yang tak pernah putus dari bibir Ibu di setiap sujud dan malam yang panjang.

Teristimewa ayanda tercinta saya. Indo Prasodjo, yang dengan kesederhanaan, kerja keras, dan keteguhan hati mengajarkan arti kehidupan yang sesungguhnya. Setiap peluh dan jerih payah Ayah menjadi landasan semangat penulis untuk berjuang. Ayah adalah teladan tentang keikhlasan dalam berkorban dan keteguhan dalam menghadapi kesulitan. Doa tulus Ayah adalah kekuatan yang tidak ternilai harganya.

Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membimbing dan mendukung saya sehingga bisa menyelesaikan skripsi sesuai dengan target.

Kepada Pacar saya Dila Estiyana yang selalu mendampingi dan mensupport perkuliahan hingga akhir perkuliahan.

Teruntuk Teman – teman, Ibrahim Reza Saputra, Rifki Muklis Imani, Pandhu Bayu Setyawan, Ardhan Wisnu Ferbrianto, Muhammad Fitroh Alfarizi, Acmad Muctar, Jose Armando Karatem, Rezha Resnanda, Naufal Zaim, Tabitha Rusella, Amelia Putri,. Terima kasih atas kebersamaan, tawa, nasihat, dan doa yang kalian titipkan. Persahabatan kalian adalah anugerah yang menambah warna dalam perjalanan studi ini, serta menjadi pengingat bahwa perjuangan tidak harus dilalui seorang diri.

Kepada diri saya sendiri, = yang telah berusaha untuk tetap kuat, meski terkadang merasa ingin menyerah. Terima kasih karena telah bertahan di saat kelelahan datang, tetap berdiri ketika kegagalan menghampiri, dan berani melangkah meski jalan terasa terjal. Karya ini adalah bukti nyata dari keberanian untuk berproses, kesabaran untuk menunggu hasil, dan keyakinan bahwa setiap usaha tidak pernah sia-sia

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Ashil Kemal Prasadjo
Tanggal Lahir : Sidoarjo, 6 Juni 2004
Jenis : Laki-Laki
Agama : Islam
No. Telp : 089619339495
Email : ashilkemal@gmail.com



B. Riwayat Pendidikan

2010-2016 : SDN Sidokare 2 Sidoarjo
2016-2019 : SMP Negeri 4 Sidoarjo
2019-2022 : SMA Negeri 2 Sidoarjo
2022-2023 : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

C. Riwayat Pekerjaan

2025-2025 MBKM Proyek Kemanusiaan - Save Street Child Sidoarjo (2025)

D. Riwayat Organisasi

2022-2023 Anggota UKM Bulu Tangkis Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E. Kemampuan

1. Bahasa Indonesia (Aktif)
2. Bahasa Inggris (Pasif)
3. Microsoft Office (Ms. Word, Ms. Excel, Ms. Power Point)
4. Administrasi Alat Tes Psikologi

KATA PENGANTAR

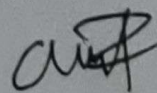
Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai hambatan dan keterbatasan. Namun, berkat bantuan, bimbingan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak, skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Harjo Seputro, S.T., M.T selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Diah Sofiah, S.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Rahma Kusumandari, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menjadi mahasiswa Program Studi S1 Psikologi.
4. Nindia Pratitis, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Wali atas bimbingan yang sudah diberikan selama menempuh perkuliahan.
5. Eben Ezer Nainggolan, S.Psi, M.Si, S. H., M.Kn., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi I, atas bimbingan, perhatian, dan kesabarannya yang telah banyak membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.
6. Sayidah Aulia Ul Haque, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi II, atas bimbingan, perhatian, dan kesabarannya yang telah banyak membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dan memberikan banyak ilmu pengetahuan baru.
8. Kepada Keluarga penulis, mama Pinaryah dan ayah Indo Prasodjo yang selalu mendampingi dan mensupport perkuliahan hingga akhir perkuliahan.
9. Kepada pacar saya Dila Estiyana yang selalu mendampingi dan mensupport perkuliahan hingga akhir perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dari segi isi maupun penyajiannya. Oleh karena itu, penulis sangat terbuka terhadap kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan karya penulisan ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis sendiri maupun bagi pembaca yang membutuhkan.

Surabaya, 1 Januari 2026



Ashil Kemal Prasodjo

**HUBUNGAN ANTARA INTOLERANSI KETIDAKPASTIAN DAN
QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA DI KOTA SURABAYA:
PERAN KECEMASAN KARIR SEBAGAI VARIABEL MEDIATOR**

Ashil Kemal Prasodjo

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ashilkemal@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara intoleransi terhadap ketidakpastian dan *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa di Kota Surabaya dengan kecemasan karier sebagai variabel mediator. Mahasiswa berada pada fase transisi menuju dewasa awal yang ditandai dengan tuntutan pengambilan keputusan besar terkait karier, identitas diri, dan masa depan. Ketidakpastian dalam menghadapi fase ini sering kali memicu kecemasan dan krisis eksistensial yang dikenal sebagai *Quarter Life Crisis*. Individu dengan tingkat intoleransi terhadap ketidakpastian yang tinggi cenderung memandang situasi ambigu sebagai ancaman, sehingga lebih rentan mengalami kecemasan dan kebingungan arah hidup. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan model mediasi. Partisipan penelitian adalah mahasiswa di Kota Surabaya yang berada pada rentang usia dewasa awal. Data dikumpulkan menggunakan skala *Quarter Life Crisis*, skala intoleransi terhadap ketidakpastian, dan skala kecemasan karier yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan analisis regresi dan uji mediasi. Hasil penelitian diharapkan menunjukkan bahwa intoleransi terhadap ketidakpastian berhubungan positif dengan *Quarter Life Crisis*, serta kecemasan karier berperan sebagai mediator dalam hubungan tersebut. Artinya, semakin tinggi intoleransi terhadap ketidakpastian, semakin tinggi kecemasan karier yang dirasakan mahasiswa, dan pada akhirnya semakin tinggi pula tingkat *Quarter Life Crisis*. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan program intervensi psikologis dan layanan konseling karier di perguruan tinggi untuk membantu mahasiswa menghadapi masa transisi dengan lebih adaptif.

Kata Kunci: intoleransi terhadap ketidakpastian, *Quarter Life Crisis*, kecemasan karier, mahasiswa, dewasa awal

***THE RELATIONSHIP BETWEEN UNCERTAINTY INTOLERANCE AND
QUARTER-LIFE CRISIS AMONG STUDENTS IN SURABAYA CITY: THE
ROLE OF CAREER ANXIETY AS A MEDIATOR VARIABLE***

Ashil Kemal Prasodjo

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ashilkemal@gmail.com

Abstract

This study aims to examine the relationship between intolerance of uncertainty and Quarter Life Crisis among university students in Surabaya City, with career anxiety as a mediating variable. University students are in a transitional phase toward early adulthood, which is characterized by major life decisions related to career, identity, and future direction. Uncertainty in facing this phase often triggers anxiety and existential distress known as Quarter Life Crisis. Individuals with high intolerance of uncertainty tend to perceive ambiguous situations as threatening, making them more vulnerable to anxiety and life-direction confusion. This study employed a quantitative approach with a correlational design and mediation model. The participants were university students in Surabaya who were in the early adulthood age range. Data were collected using the Quarter Life Crisis scale, intolerance of uncertainty scale, and career anxiety scale, all of which had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using regression analysis and mediation testing. The results are expected to show that intolerance of uncertainty is positively related to Quarter Life Crisis, and that career anxiety mediates this relationship. In other words, higher intolerance of uncertainty leads to higher career anxiety, which in turn increases the level of Quarter Life Crisis. These findings are expected to provide a basis for developing psychological intervention programs and career counseling services in universities to help students navigate life transitions more adaptively.

Keywords: intolerance of uncertainty, Quarter Life Crisis, career anxiety, university students, early adulthood

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
CURRICULUM VITAE.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
Abstrak.....	xi
<i>Abstract</i>	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah	20
B. Tujuan Dan Manfaat	20
1. Tujuan penelitian.....	20
2. Manfaat Penelitian.....	21
C. Keaslian Penelitian.....	21
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	23
A. <i>Quarter Life Crisis</i>	23
1. Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i>	23
2. Komponen <i>Quarter Life Crisis</i>	24
3. Indikator <i>Quarter Life Crisis</i>	26
4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i>	30
B. Intolreansi Ketidakpastian	32
1. Pengertian Intoleransi Ketidakpastian.....	32
2. Komponen Intoleransi Ketidakpastian	34
3. Indikator Intoleransi Ketidakpastian	36
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi Intoleransi Ketidakpastian	38
C. Kecemasan Karier.....	40

1.	Pengertian Kecemasan Karier	40
2.	Komponen Kecemasan Karier.....	41
3.	Indikator Kecemasan Karier.....	43
4.	Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecemasan Karier	45
D.	Kerangka Berpikir.....	47
E.	Hipotesis Penelitian	50
BAB III	METODE PENELITIAN.....	51
A.	Populasi dan Partisipan.....	51
1.	Populasi	51
2.	Partisipan.....	51
B.	Desain Penelitian	52
C.	Instrumen Pengumpul Data.....	53
1.	<i>Quarter Life Crisis</i>	53
2.	Intoleransi Ketidakpastian.....	56
3.	Kecemasan Karier	57
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data	60
1.	Uji Prasyarat.....	60
2.	Analisis Data	61
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	63
A.	Hasil Penelitian	63
1.	Data Demografis Partisipan Penelitian.....	63
2.	Tingkat Variabel Penelitian.....	64
3.	Uji Asumsi dan Uji Hipotesis.....	66
B.	Pembahasan.....	73
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	75
A.	Kesimpulan.....	75
B.	Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Table 2.1	Indikator <i>Quarter Life Crisis</i>	30
Tabel 3.1	<i>Blue Print</i> Sebaran Aitem Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	54
Tabel 3.2	Hasil Uji Validitas Aitem Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	55
Tabel 3.3	<i>Blueprint</i> Sebaran Aitem Skala Intoleransi Ketidakpastian	56
Tabel 3.4	Hasil Uji Validitas Aitem Skala Intoleransi Ketidakpastian	57
Tabel 3.5	<i>Blueprint</i> Sebaran Aitem Skala Kecemasan Karir	58
Tabel 3.6	Hasil Uji Validitas Aitem Skala Kecemasan Karir	59
Tabel 4.1	Tabel Usia.....	63
Tabel 4.2	Distribusi Karakteristik Demografis Responden.....	63
Tabel 4.3	Mean Empiris Skala Penelitian	64
Tabel 4.4	Klasifikasi Teoritis	65
Tabel 4.5	Status Klasifikasi Variabel.....	65
Tabel 4.6	Distribusi Responen Berdasarkan Klasifikasi	66
Tabel 4.7	Hasil uji outlier multivariate	67
Tabel 4.8	Hasil uji multikolinearitas	68
Tabel 4.9	Hasil Uji Linieritas Intoleransi Ketidakpastian → Kecemasan Karir	68
Tabel 4.10	Hasil Uji Linieritas <i>Quarter Life Crisis</i> → Intoleransi Ketidakpastian	69
Tabel 4.11	Hasil Uji Linieritas <i>Quarter Life Crisis</i> → Kecemasan Karir.....	69
Tabel 4.12	Hasil uji pengaruh intoleransi ketidakpastian terhadap <i>Quarter Life Crisis</i>	70
Tabel 4.13	Hasil Uji Pengaruh Intoleransi Ketidakpastian terhadap Kecemasan Karir.....	71
Tabel 4.14	Hasil uji pengaruh Kecemasan Karir terhadap <i>Quarter Life Crisis</i>	71
Tabel 4.15	Hasil Uji Pengaruh Langsung Intoleransi Ketidakpastian terhadap <i>Quarter Life Crisis</i>	71
Tabel 4.16	Hasil Uji Pengaruh Tidak Langsung (indirect effect melalui Kecemasan Karir.....	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Bepikir	50
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I.	<i>Blue Print Skala Quarter Life Crisis</i>	81
Lampiran II.	<i>Blue Print Kecemasan Karir</i>	82
Lampiran III.	<i>Blue Print Intoleransi Ketidakpastian</i>	84
Lampiran IV.	Goggle From Quisioner Penelitian	85
Lampiran V.	Data Intoleransi Ketidakpastian	86
Lampiran VI.	Data Kecemasan Karir	87
Lampiran VII.	Data <i>Quarter Life Crisis</i>	88
Lampiran VIII.	Hasil Uji Reliabilitas Variabel Penelitian	89
Lampiran IX.	Hasil Uji Validitas <i>Quarter Life Crisis</i>	90
Lampiran X.	Hasil Uji Validitas Intoleransi Ketidakpastian.....	92
Lampiran XI.	Hasil Uji Validitas Kecemasan Karir.....	94
Lampiran XII.	Hasil Uji Demografis	96
Lampiran XIII.	Hasil Uji Multikolinieritas	98
Lampiran XIV.	Hasil Uji Linieritas.....	99
Lampiran XV.	Hasil Kategorisasi	101
Lampiran XVI.	Hasil Uji Hipotesis.....	103
Lampiran XVII.	Hasil Outlier Multivariate	104