

## BAB V

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Uji Asumsi

Data yang diperoleh dalam penelitian dianalisis dan diolah terlebih dahulu dengan menggunakan uji asumsi, yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Uji asumsi ini dilakukan dengan cara menggunakan program *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) Release 16.0*.

##### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data tersebut memiliki distribusi normal atau tidak. Uji ini akan dilakukan dengan menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test (K-S Z)* dan memberikan hasil sebagai berikut :

##### 1) *Quarterlife Crisis*

Uji normalitas pada data *quarterlife crisis* memperoleh nilai  $K-S Z = 0,685$  ( $p > 0,05$ ) yang berarti data tersebut memiliki distribusi data normal.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa data penelitian tersebut memiliki distribusi normal, maka asumsi normalitas terpenuhi.

## 2) Perbandingan Sosial

Uji normalitas pada data perbandingan sosial memperoleh nilai K-S  $Z = 0,715$  ( $p > 0,05$ ) yang berarti data tersebut memiliki distribusi data normal.

## 3) Resiliensi

Uji normalitas pada data resiliensi memperoleh nilai K-S  $Z = 0,718$  ( $p > 0,05$ ) yang berarti data tersebut memiliki distribusi data normal.

### b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan dalam regresi linear dan bertujuan untuk mengetahui apakah ketiga variabel dalam penelitian ini saling berhubungan atau tidak. Data yang telah diuji dapat dikatakan linear apabila nilai signifikansi linearitas  $< 0,05$ . Pada uji linearitas variabel *quarterlife crisis* dan perbandingan sosial menunjukkan nilai  $F^{\text{linear}} = 37,831$  dengan nilai signifikan ( $p < 0,01$ ). Sementara uji linearitas variabel *quarterlife crisis* dan resiliensi menunjukkan  $F^{\text{linear}} = 117,773$  dengan signifikansi sebesar ( $p < 0,01$ ). Berdasarkan hasil pengujian tersebut didapat bahwa antara *quarterlife crisis*

dengan perbandingan sosial memiliki hubungan yang linear dan pengujian pada variabel *quarterlife crisis* dengan resiliensi memiliki hasil yang linear. Hasil pengujian linearitas secara lengkap dapat dilihat pada lampiran.

c. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas bertujuan untuk mengetahui ada atau tidak adanya penyimpangan dari asumsi klasik multikolinieritas. Apabila skor dari  $VIF > 5$  maka variabel tersebut mempunyai persoalan multikolinieritas. Berdasarkan pada hasil uji multikolinieritas dari variabel perbandingan sosial dan resiliensi di dapatkan nilai *tolerance* sebesar 0,541 dan hasil *VIF (Variance Inflation Factor)* sebesar 1,841, sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut tidak terdapat persoalan multikolinieritas.

d. Uji Hipotesis

1. Hipotesis Mayor

Pada penelitian ini pengujian hipotesis mayor adalah ada hubungan perbandingan sosial ( $X^1$ ) dan resiliensi ( $X^2$ ) dengan *quarterlife crisis* ( $Y$ ). Hasil analisis data yang diperoleh adalah  $R^{YX^1X^2}$  sebesar 0,731, nilai  $F$  sebesar 58,537 dengan  $p = 0,000$ , sumbangan efektif perbandingan sosial ( $X^1$ ) sebesar 26,83 dan Sumbangan efektif resiliensi ( $X^2$ )

sebesar 53,29 terhadap *quarterlife crisis* (Y). Berdasarkan hasil pengujian yang dilakukan menunjukkan bahwa ada hubungan antara perbandingan sosial dan resiliensi dengan *quarterlife crisis*.

## 2. Hipotesis Minor

Hipotesis minor yang pertama dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara perbandingan sosial dengan *quarterlife crisis*. Semakin tinggi perbandingan sosial maka semakin tinggi pula *quarterlife crisis*, demikian sebaliknya. Berdasarkan pengujian pada variabel  $X^1$  dan Y ditemukan bahwa  $r^{x^1y}$  sebesar 0.581 dengan nilai signifikansi ( $p < 0,01$ ). Merujuk pada hasil perhitungan diatas maka dapat ditarik kesimpulan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara perbandingan sosial dengan *quarterlife crisis*. Sehingga hipotesis minor pertama diterima.

Pada hipotesis minor yang kedua dalam penelitian ini adalah bahwa ada hubungan negatif antara resiliensi dengan *quarterlife crisis*. Semakin tinggi resiliensi maka akan semakin rendah *quarterlife crisis*, begitu pun sebaliknya. Berdasarkan pengujian variabel  $X^2$  dan Y ditemukan bahwa  $r^{x^2y}$  sebesar -0,730 dengan nilai signifikansi ( $p < 0,01$ ) yang berarti ada

hubungan negatif yang sangat signifikan antara resiliensi dengan *quarterlife crisis*.

## B. Pembahasan

Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan ditemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perbandingan sosial dan resiliensi dengan *quarterlife crisis* pada kelompok. Hasil hipotesis yang signifikan ini dapat ditunjukkan dengan nilai korelasi R sebesar 0,731, nilai F sebesar 58,537 dengan nilai ( $p < 0,01$ ). Sumbangan efektif perbandingan sosial ( $X^1$ ) sebesar 26,83 dan Sumbangan efektif resiliensi ( $X^2$ ) sebesar 53,29 terhadap *quarterlife crisis* (Y). Melalui nilai tersebut diatas dapat diketahui bahwa kedua variabel prediktor memiliki hubungan dengan variabel terikat.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian dari Pinggolio (2015) bahwa ada beberapa faktor yang memengaruhi *quarterlife crisis* salah satunya perbandingan sosial dan resiliensi, hal tersebut dikarenakan intensitas individu dalam melakukan perbandingan sosial berdampak pada munculnya perasaan cemas dan khawatir. Festinger (1954) mengatakan bahwa *social comparison* merupakan proses subjektif seseorang membandingkan kemampuan dan penampilan dirinya dengan orang lain yang berada dalam lingkungannya.

Gibbon & Buunk (1999) mengatakan bahwa seseorang biasanya cenderung di pengaruhi oleh standar ideal yang berlaku dalam lingkungannya. Seseorang memiliki *ideal self* dan *real self*, jika *real self* atau dengan kata lain semua aspek yang ada pada dirinya berbeda dengan standar atau apa yang diharapkan dalam lingkungan sosial, hal ini akan menimbulkan konflik antara *ideal self* dan *real self* yang menciptakan gap antar keduanya. Jika, gap antara *ideal self* dan *real self* sangat jauh, maka hal ini akan mempengaruhi kepuasan hidup seseorang. Untuk mengetahui apakah diri seseorang itu sudah sesuai dengan standar, harapan, dan peran dalam lingkungan sosial seseorang biasanya melakukan biasanya melakukan *social comparison*, untuk mengevaluasi dirinya sendiri.

Menurut Pinggolio (2015) *Social comparison* yang erat dengan *quarterlife crisis* memengaruhi pribadi, sosial, karier, dan hubungan individu dalam aspek kehidupan. Individu mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan harapan dan peran dalam masyarakat yang berakar dari penyesuaian setelah mereka lulus kuliah. Biddle & Thomas (dalam Sarwono, 2013) berpendapat peran dapat dibagi dalam empat golongan yaitu orang-orang yang mengambil bagian dalam interaksi sosial, perilaku yang muncul dalam interaksi tersebut, kedudukan orang-orang dalam berperilaku, dan kaitan antar orang dan perilaku. Peran adalah seperangkat

tindakan atau perbuatan atau pekerjaan yang dilakukan oleh individu yang berkedudukan di masyarakat dalam suatu peristiwa atau keadaan yang sedang terjadi untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Menurut Biddle & Thomas (dalam Sarwono, 2013) orang-orang yang mengambil bagian dalam interaksi sosial dapat di bagi dalam dua golongan yaitu, subjek sebagai orang yang sedang berperilaku menurut suatu peran tertentu dan target yaitu orang yang mempunyai hubungan dengan aktor dan perilakunya. Aktor maupun target dapat berupa individu maupun kelompok yang saling berhubungan. Secord & Backman (dalam Sarwono, 2013) menyatakan bahwa aktor menempati posisi pusat (*focal position*) sedangkan target menempati posisi sederhana (*counter position*), dengan demikian aktor target merupakan patner dalam melakukan suatu peran. Dalam penelitian ini kelompok milenial sebagai aktor yang berperilaku menurut suatu peran dan masyarakat sebagai subjek yang mempunyai hubungan dengan aktor dan perilakunya.

Menurut Biddle & Thomas (dalam Sarwono, 2013) ada lima istilah tentang perilaku dalam kaitanya dengan peran yaitu *expectation* (harapan) adalah harapan-harapan orang pada umumnya tentang perilaku-perilaku yang pantas ditunjukkan oleh individu yang mempunyai peran tertentu, lalu *norm* (norma) adalah salah satu bentuk harapan yang menyertai suatu peran dan merupakan suatu

tuntunan dalam peran (*role demand*). Tuntunan peran melalui proses internalisasi dapat menjadi norma bagi peran yang bersangkutan. Lalu *performance* (wujud perilaku) adalah perwujudan perilaku secara nyata dalam suatu peran oleh aktor kepada target sasaran.

Selanjutnya *evaluation* (penilaian) dan *sanction* (sanksi) adalah segala sesuatu yang didasarkan pada harapan masyarakat tentang norma. Berdasarkan norma tersebut orang memberikan penilaian berupa kesan positif atau negatif terhadap suatu perilaku. Sedangkan sanksi adalah usaha orang untuk mempertahankan nilai positif agar perwujudan perilaku dalam peran di ubah sedemikian rupa sesuai dengan harapan dan norma dimasyarakat.

Dengan demikian *expectation* (harapan), *norm* (Norma), *performance* (wujud perilaku), *evaluation* (penilaian) dan *sanction* (sanksi) saling berkaitan dalam perilaku peran. Harapan dan norma merupakan segala sesuatu yang berisi keinginan masyarakat tentang perilaku yang menyertai suatu peran. Kemudian munculah wujud perilaku sebagai realisasi dari harapan dan norma tersebut sehingga timbulah penilaian dan sanksi terhadap perilaku yang telah diwujudkan.

Selanjutnya adalah kedudukan orang yang berperilaku, menurut Second & Backman (dalam Sarwono, 2013) ada tiga faktor yang mendasari penempatan seseorang dalam posisi tertentu.

Pertama adalah sifat-sifat yang di miliki bersama seperti jenis kelamin, suku bangsa, usia, atau ketiga sifat itu sekaligus, semakin banyak sifat yang dijadikan dasar kategori kedudukan maka semakin sedikit orang yang dapat di tempatkan dalam kedudukan itu. Ke dua adalah perilaku, sebagai contoh seperti penjahat, olahragawan, pemimpin dan sebagainya. Ketiga adalah reaksi orang lain terhadap mereka.

Yang terakhir adalah kaitan antara orang dan perilaku, menurut Biddle & Thomas (dalam Sarwono, 2013) mengemukakan bahwa kaitan antara orang dengan perilaku dalam peran dapat dilihat dari kriteria sebagai berikut. Pertama derajat kesamaan atau ketidak samaan antara bagian-bagian yang saling berkaitan tersebut. Derajat kesamaan mempunyai kriteria yang di sebut konsensus yang berarti kaitan-kaitan antara perilaku-perilaku yang berupa kesepakatan mengenai suatu hal tertentu. Contoh: semua orang setuju bahwa ayah harus mengayomi anak-anaknya. Yang kedua adalah derajat saling menentukan antara ketergantungan pada tiap bagian tersebut. Suatu hubungan orang dan perilaku akan memengaruhi, menyebabkan atau menghambat hubungan orang dan perilaku yang lain. contoh: ayah akan memengaruhi perilaku anak. Yang ketiga gabungan antara derajat kesamaan dan saling ketergantungan. Hal ini terdiri atas konformitas. Konformitas (*conformity*) adalah kesesuaian

antara perilaku seseorang dengan perilaku orang-orang lain. Selanjutnya penyesuaian (*adjustment*) adalah perbedaan perilaku seseorang dengan yang di harapkan orang lain. Kemudian kecermatan (*accuracy*) yaitu ketepatan penggambaran suatu peran, deskripsi tentang peran yang cermat adalah deskripsi peran tentang harapan-harapan yang sesuai dengan perilaku nyata yang ditunjukkan oleh pemegang peran itu.

Soekanto (dalam Sarwono, 2013) mengungkapkan bahwa peran merupakan aspek dinamis kedudukan (*status*), apabila seseorang melaksanakan hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukannya, maka ia menjalankan suatu peranan. Menurut Kochmer (dalam Pinggolio, 2015) *quarterlife crisis* menjadi masalah tren baru untuk individu yang bingung akan harapan dan peran mereka dalam masyarakat.

Keye & Pidgeon (2013) berpendapat individu dalam sepanjang rentang kehidupannya akan mengalami situasi-situasi sulit yang tidak menyenangkan dan tidak sesuai dengan harapan. Resiliensi mempunyai peran dalam membantu individu menghadapi kemalangan hidup yang muncul akibat *quarterlife crisis*. Masten (2009) berpendapat resiliensi mengarah pada pola adaptasi positif selama atau sesudah menghadapi kesulitan atau masalah. Menurut Keye & Pidgeon (2013) hasil positif yang terkait dengan resiliensi

adalah pengentasan efek negatif dari stres akibat *quarterlife crisis*, peningkatan dalam beradaptasi, dan pengembangan keterampilan coping yang efektif untuk menghadapi perubahan dan kesulitan. Oleh karena itu resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu memilih untuk pulih dari peristiwa kehidupan yang menyedihkan dan penuh tantangan, dengan cara meningkatkan pengetahuan untuk adaptif dan mengatasi situasi serupa yang merugikan di masa mendatang.

Perbandingan sosial mempunyai hubungan positif antara dengan *quarterlife crisis*. Semakin tinggi perbandingan sosial maka semakin tinggi pula *quarterlife crisis*. Berdasarkan pengujian pada variabel X<sup>1</sup> dan Y ditemukan bahwa  $r^{x^1y}$  sebesar 0.581 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Hasil tersebut berarti semakin tinggi perbandingan sosial maka semakin tinggi pula *quarterlife crisis* begitu pula sebaliknya semakin rendah perbandingan sosial maka semakin rendah pula *quarterlife crisis*.

Hasil uji hipotesis ini senada dengan penelitian Mojtabai (2008) yaitu orang yang membandingkan diri mereka dengan orang yang lebih sukses akan merasa lebih cemas, gugup, dan khawatir yang identik dengan karakteristik *quarterlife crisis*. Arygle (2008) mengemukakan dalam kaitannya dengan perbandingan sosial, jika seseorang menganggap orang lain lebih sukses dan lebih menarik

dari pada mereka, hal tersebut akan mengarah pada citra diri yang negatif.

Gibbons dan Buunk (1999) menyatakan bahwa tujuan utama dari perilaku perbandingan sosial yang dilakukan individu adalah untuk memperoleh informasi mengenai diri. Para ilmuwan telah mengemukakan bahwa perbandingan sosial merupakan sarana yang membantu untuk mengeksplorasi, mengkonfirmasi ataupun menolak aspek identitas mereka sendiri, karena membandingkan diri dengan orang-orang yang serupa maupun orang-orang yang berbeda dengan mereka.

Menurut Festinger (1954) akan membandingkan diri mereka dengan orang lain ketika membutuhkan standar eksternal untuk menilai pendapat, dan menilai kinerja atau kemampuan personal mereka. Meski pendapat dan kemampuan secara sekilas tampak sebagai hal yang sangat berbeda, namun ada ikatan fungsional yang erat di antara keduanya. Lebih lanjut Festinger (1954) berpendapat kognisi seseorang terutama terkait pendapat dan keyakinan mengenai situasi di mana mereka berada, dan penilaian terhadap apa yang mampu untuk dilakukan (evaluasi kemampuan diri) akan bersama-sama mempengaruhi perilaku.

Dalam penelitian yang dilakukan Sutro (2013) ditemukan tingkat kecemasan yang tinggi terkait dengan perilaku

kecenderungan seseorang dalam melakukan perbandingan sosial. Lebih lanjut Sutro (2013) dalam studinya, bahwa kecemasan dipengaruhi oleh norma dan peran sosial, yang mengarahkan individu untuk terlibat dalam perilaku yang konsisten dengan norma dan peran lingkungan sosial mereka. Secara khusus kelompok dipengaruhi oleh dorongan untuk menyesuaikan diri dengan norma dan peran dalam lingkungan budaya mereka. Menurut Kochmer (dalam Pinggolio, 2015) *quarterlife crisis* menjadi masalah tren baru untuk individu yang bingung akan peran mereka dalam masyarakat. Menurut Herdiyanto & Tobing (2016) dewasa muda di Indonesia dihadapkan pada harapan sosial dan peran dalam masyarakat yaitu memiliki sebuah pekerjaan pada usia 19 tahun dan mempunyai istri atau suami pada usia 27-45 tahun.

Menurut Argyle (2008) Aspek lain adalah tentang peran sosial. Jika seseorang berada dalam posisi status sosial yang berhubungan dengan karier seperti dokter, maka mereka cenderung memiliki harga diri yang tinggi. Namun, jika individu tersebut menganggur, mereka berada dalam posisi stigma dalam masyarakat yang berdampak pada rendahnya harga diri dan citra diri yang negatif.

Lebih lanjut Argyle (2008) berpendapat periode *quarterlife crisis* pada sebagian individu mungkin merasa tidak nyaman dan

terjebak dalam peran sosial. Pada akhirnya individu menjadi terdefinisi oleh peran-peran tertentu sehingga ketika mereka kehilangan pekerjaan atau menganggur, hal tersebut memengaruhi harga diri karena mereka kehilangan identitas diri mereka sendiri.

Selain perbandingan sosial faktor lain yang mempengaruhi *quarterlife crisis* adalah resiliensi. Hipotesis kedua dari penelitian ini ialah ada hubungan negatif antara resiliensi dengan *quarterlife crisis*. Semakin tinggi resiliensi maka akan semakin rendah *quarterlife crisis*, begitu pun sebaliknya. Berdasarkan pengujian variabel  $X^2$  dan  $Y$  ditemukan bahwa  $r^{x2y}$  sebesar - 0,730 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang berarti ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara resiliensi dengan *quarterlife crisis*.

Hipotesis ini mendukung temuan dari Pinggolio (2015) yang menunjukkan bahwa resiliensi adalah salah satu faktor yang memengaruhi *quarterlife crisis*. Resiliensi adalah faktor penting dalam kehidupan, menurut Keye dan Pidgeon (2013) individu dalam sepanjang rentang kehidupannya akan mengalami situasi–situasi sulit yang tidak menyenangkan dan tidak sesuai dengan harapan. Ketika perubahan dan tekanan hidup berlangsung begitu intens dan cepat, maka individu perlu mengembangkan kemampuan dirinya sedemikian rupa untuk mampu melewati itu semua secara efektif. Untuk mampu menjaga kesinambungan hidup yang optimal, maka

kebutuhan akan kemampuan untuk menjadi resilien sungguh menjadi makin tinggi.

Reivich dan Shatte (2002) memandang resiliensi sebagai kapasitas individu untuk merespon dengan cara-cara yang sehat dan produktif ketika individu menghadapi adversitas atau trauma. Lebih lanjut Reivich dan Shatte (2002) menandakan bahwa resiliensi bukan hanya kapasitas individu untuk mengatasi, memandu keluar, dan bangkit kembali dari masalah atau adversitas, tetapi resiliensi juga membantu individu meningkatkan aspek-aspek positif dari kehidupan.

Menurut Benard (2004) Setiap individu dengan berbagai usia dan latar belakang memiliki kapasitas untuk menjadi resilien. Al-Siebert (2004) berpendapat individu dengan resiliensi yang baik awalnya mungkin merasa ada tekanan yang mengganggu. Namun individu dengan resiliensi yang tinggi akan mudah untuk kembali ke keadaan normal. Mereka mampu mengelola emosi mereka secara sehat. Mereka punya hak dan berhak untuk merasa sedih, marah, merasa kehilangan, sakit hati dan tertekan tetapi mereka tak membiarkan perasaan itu menetap dalam waktu lama. Mereka cepat memutus perasaan yang tidak sehat, yang kemudian justru membantunya tumbuh menjadi orang yang lebih kuat.

Lebih lanjut Al-Siebert (2004) berpendapat resiliensi merupakan pertahanan psikologis seseorang yang akan membantunya menjalani hidup dengan sehat. Hidup yang sehat tidak sekedar sehat secara fisik, tetapi hidup yang sehat adalah meliputi juga mental yang sehat. Mental yang sehat idealnya tidak dipandang dari prespektif klinis saja, tapi juga dari perspektif edukatif. Orang yang mentalnya sehat adalah orang yang tidak mengingkari masalah kehidupan. Karena sejatinya manusia itu berada dalam kehidupan itu sendiri. Dengan demikian, manusia yang mentalnya sehat adalah manusia yang mampu bersyukur hidup. Ia tidak mudah mengeluh dalam menghadapi problema kehidupan. Karena sesungguhnya manusia dibekali berbagai potensi untuk memecahkan problema hidup.

Pengaruh kedua variabel bebas perbandingan sosial dan resiliensi terhadap variabel tergantung *quarterlife crisis* dapat dilihat dari sumbangan efektif (SE) yang diberikan sebesar 52,5 %. sehingga sisanya 47,5% dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel yang diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil perhitungan empiris penelitian ini diketahui bahwa variabel perbandingan sosial menunjukkan hasil mean empirik ( $M_e$ ) sebesar 22,94 dan standar deviasi hipotetik ( $SD_h$ ) sebesar 5,5 maka dapat dilihat pada penelitian ini subjek

memiliki perbandingan sosial tergolong sedang. Dari hasil perhitungan nilai mean empirik ( $M_e$ ) diketahui bahwa variabel resiliensi memiliki skor sebesar 54,09 dan standar deviasi hipotetik ( $SD_h$ ) 8,5 maka resiliensi termasuk kategori sedang. Sedangkan untuk variabel *quarterlife crisis*, Dari hasil perhitungan nilai mean empirik ( $M_e$ ) diketahui bahwa variabel *quarterlife crisis* memiliki skor sebesar 49,75 dan standar deviasi hipotetik ( $SD_h$ ) 12 maka *quarterlife crisis* termasuk kategori sedang.

Sebuah penelitian tidak akan lepas dari kelemahan dan kekurangan, dalam penelitian ini sendiri kekurangan dan kelemahannya antara lain adalah ada skala perbandingan sosial, resiliensi, dan *quarterlife crisis* yang dibuat untuk diisi oleh subjek dirasa terlalu banyak, sehingga subjek saat melakukan pengisian skala merasa bosan dan tidak terlalu konsentrasi dalam mengisi skala tersebut.

Selain itu, pemilihan tempat di kafe sebagai tempat pengisian skala juga kurang tepat karena tempat tersebut kurang kondusif dan ramai sehingga saat pengisian skala responden kesulitan untuk tetap fokus. Kelemahan yang lain dari penelitian ini adalah standar validitas item yang rendah yaitu sebesar 0,1606 sehingga item berkategori rendah diantara rentang 0,100 sampai 0,300 masih lolos

uji validitas item, hal tersebut mengakibatkan rendahnya kualitas skala yang ada dalam penelitian ini.

