

BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Uji Asumsi

5.1.1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan bertujuan Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui sebaran data normal atau tidak. Alat yang digunakan adalah *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan program *Statistical Package for Social Science (SPSS) for Windows versi 21.0*. Dasar pengambilan keputusan, nilai $p > 0.05$ dinyatakan sebaran data normal sehingga asumsi normalitas terpenuhi. Hasil uji normalitas sebagai berikut:

Tabel 5.1. Hasil Uji Normalitas

No	Variabel	Kolmogrov Smirnov	p	Keterangan
1.	<i>Extraversion</i>	0,119	0,001	Tidak Normal
2.	<i>Agreeableness</i>	0,203	0,000	Tidak Normal
3.	<i>Conscientiousness</i>	0,139	0,000	Tidak Normal
4.	<i>Neuroticism/neuroticism/neuroticism</i>	0,108	0,005	Tidak Normal
5.	<i>Openness/Intellect</i>	0,085	0,067	Normal
6.	<i>Quarter-life crisis</i>	0,088	0,047	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas hanya trait *openness/intellect* yang datanya terdistribusi dengan normal yaitu nilai $p > 0,05$. Trait *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism* sebagai variabel bebas dan *quarter-life crisis* sebagai variabel tergantung datanya tidak terdistribusi dengan normal dengan $p < 0,05$. Dari hasil uji normalitas, maka data penelitian ini bersifat non-parametrik. Oleh karena hal tersebut, pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji korelasi dari Spearman.

5.1.2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk melihat hubungan antar variabel bebas dengan variabel terikat, apakah mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Sebuah data digolongkan atau dikatakan linear jika taraf signifikansi yang dimiliki < 0.05 ($p < 0.05$).

Tabel 5.2. Hasil Uji Linearitas

No	Variabel	F	P	Keterangan
1.	<i>Extraversion* Quarter-life crisis</i>	18,139	0,000	Linear
2.	<i>Agreeableness* Quarter-life crisis</i>	13,521	0,000	Linear
3.	<i>Conscientiousness* Quarter-life crisis</i>	4,620	0,034	Linear
4.	<i>Neuroticism* Quarter-life crisis</i>	44,696	0,000	Linear
5.	<i>Openness/Intellect* Quarter-life crisis</i>	7,497	0,008	Linear

Signifikansi $p < 0,05$ yang diperoleh dari hasil uji linearitas variabel bebas ke variabel terikat, menunjukkan bahwa adanya hubungan yang linear.

5.2. Hasil Analisis Data

5.2.1. Hasil Uji Hipotesis

Pada uji korelasi dari Spearman, kedua variabel dianggap memiliki hubungan signifikan apabila nilai $\text{sig} < 0,05$. Hasil perhitungan uji korelasi antar masing-masing trait *big five personality* dan *quarter-life crisis* didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 5.3. Hasil Uji Korelasi Non Parametrik Spearmen

No	Variabel	r	p	Keterangan
1.	<i>Extraversion*Quarter-life crisis</i>	-0,351	0,000	Terdapat hubungan negatif
2.	<i>Agreeableness*Quarter-life crisis</i>	-0,271	0,003	Terdapat hubungan negatif
3.	<i>Conscientiousness*Quarter-life crisis</i>	-0,220	0,013	Terdapat hubungan negatif
4.	<i>Neuroticism*Quarter-life crisis</i>	-0,543	0,000	Terdapat hubungan negatif
5.	<i>Openness/Intellect*Quarter-life crisis</i>	-0,199	0,022	Terdapat hubungan negatif

- a. Hasil uji hipotesis pertama dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara *extraversion* dengan *quarter-life crisis*. Hasil analisis diperoleh nilai $r = -0,351$, dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara trait *extraversion* dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa akhir Universitas Katolik Soegijapranata. Semakin tinggi *trait extraversion* maka semakin rendah seseorang mengalami *quarter-life crisis*. Berdasarkan hasil tersebut maka **hipotesis pertama diterima**.
- b. Hasil uji hipotesis kedua dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara *agreeableness* dengan *quarter-life crisis*. Hasil analisis diperoleh nilai $r = -0,271$, dengan signifikansi $0,003$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara trait *agreeableness* dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa akhir Universitas Katolik Soegijapranata. Semakin tinggi *trait agreeableness* maka semakin rendah seseorang mengalami *quarter-life crisis*. Berdasarkan hasil tersebut maka **hipotesis kedua diterima**.

- c. Hasil uji hipotesis ketiga dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara *conscientiousness* dengan *quarter-life crisis*. Hasil analisis diperoleh nilai $r = -0,220$, dengan signifikansi $0,013$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara trait *conscientiousness* dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa akhir Universitas Katolik Soegijapranata. Semakin tinggi *trait conscientiousness* maka semakin rendah seseorang mengalami *quarter-life crisis*. Berdasarkan hasil tersebut maka **hipotesis ketiga diterima**.
- d. Hasil uji hipotesis keempat dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara *neuroticism/neuroticism* dengan *quarter-life crisis*. Hasil analisis diperoleh nilai $r = -0,543$, dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara trait *conscientiousness* dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa akhir Universitas Katolik Soegijapranata. Semakin tinggi *trait neuroticism* maka semakin rendah seseorang mengalami *quarter-life crisis*. Berdasarkan hasil tersebut maka **hipotesis keempat ditolak**.
- e. Hasil uji hipotesis kelima dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara *openness/intellect* dengan *quarter-life crisis*. Hasil analisis diperoleh nilai $r = -0,199$, dengan signifikansi $0,022$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara trait *openness/intellect* dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa akhir Universitas Katolik Soegijapranata. Semakin tinggi *trait openness/intellect* maka semakin rendah seseorang mengalami *quarter-life crisis*. Berdasarkan hasil tersebut maka **hipotesis kelima diterima**.

5.2.2. Hasil Analisis Deskriptif

Data penelitian diperoleh dari skala *quarter-life crisis* yang berisi 28 item. Selain itu terdapat skala IPIP-BFM 25 dengan total keseluruhan 25 item untuk mengungkap big five personality traits, 5 item pada masing-masing traits. Seluruh item instrumen memiliki rentang skor 1-5 yang telah direspon sebanyak 103 mahasiswa akhir Universitas Katolik Soegijapranata. Berikut ini adalah hasil tabel analisis deskriptif.

Tabel 5.4. Analisis Deskriptif

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
<i>Quarter-life crisis</i>	103	80,48	18,277	35	119
<i>Extraversion</i>	103	16,05	4,797	7	25
<i>Agreeableness</i>	103	19,97	2,203	15	25
<i>Conscientiousness</i>	103	18,23	3,329	9	25
<i>Neuroticism</i>	103	12,89	4,859	5	24
<i>Trait Openness</i>	103	16,44	4,434	7	25

5.3. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis antara *trait extraversion* dan *quarter-life crisis* didapatkan hasil $r = -0,351$ dengan nilai p sebesar $0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan terdapat hubungan signifikan yang negatif. Hal ini selaras dengan temuan penelitian lain yang menunjukkan bahwa individu dengan *trait extraversion* yang tinggi sukar untuk mengalami *quarter-life crisis*. Pada penelitian Geshica dan Musabic (2017) *trait kepribadian extraversion* berhubungan negatif dan signifikan terhadap distres psikologis. Penelitian Leger, Charles, Turiano, dan Almeida (2016) menunjukkan individu dengan *trait extraversion* yang dominan memiliki tingkat kebahagiaan, kebanggaan, kepuasan diri yang lebih tinggi, dan tingkat stres yang lebih rendah. Sedangkan individu yang mengalami *quarter-life crisis* akan mengalami stress, perasaan mudah putus asa, dan penilaian diri yang negatif. Selain itu terdapat penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini, individu dengan *trait kepribadian extraversion* tinggi menggunakan strategi koping yang cenderung lebih positif yaitu fleksibel, fokus pada masalah, dan mudah beradaptasi dengan keadaan (Karimzade & Besharat, 2011; Mirnics dkk., 2013). Individu dengan *extraversion* yang dominan lebih positif dalam menilai stressor dan lebih rasional dalam memecahkan masalah (Shaheen, Jahan, & Shaheen, 2014). Hal tersebut berlawanan arah dengan *quarter-life crisis* yang menunjukkan sikap yang bimbang dalam mengambil keputusan dan

selalu terjebak pada masalah yang tak kunjung menemukan solusi. Dalam hubungan interpersonal individu dengan *extraversion* yang tinggi mampu membangun situasi yang positif dan mengelola interaksi sosial, sehingga akan terhindar dari perasaan gelisah terhadap relasi interpersonal. Berdasarkan hasil penelitian dan temuan dari penelitian lain mendukung pernyataan bahwa trait kepribadian *extraversion* tinggi akan lebih terlindung dari *quarter-life crisis*. Sehingga *trait extraversion* dinyatakan memiliki hubungan signifikansi yang negatif. Hal tersebut berarti semakin tinggi *extraversion* semakin rendah *quarter-life crisis*, begitu pula sebaliknya.

Terdapat hubungan yang negatif pada trait *agreeableness* dan *quarter-life crisis* hal ini terlihat pada hasil uji korelasi yaitu $r = -0,271$ dengan nilai p sebesar $0,003$ ($p < 0,05$). Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Shaheen dkk. (2014) yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan negatif pada kepribadian *agreeableness* dan distres. Penelitian tersebut menyatakan seseorang dengan *agreeableness* yang dominan mudah untuk mendapatkan dukungan sosial. Pada penelitian Karimzade dan Besharat (2011) saat menghadapi stres menggunakan strategi evaluasi yang positif. Dalam menggunakan strategi koping yang berfokus pada emosi negatif, seperti menghindari kenyataan dan menyalahkan diri sendiri cenderung mengecil. Seseorang yang mengalami *quarter-life crisis* menilai dirinya negatif. Penilaian diri yang memandang bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak disukai dan kehilangan daya tarik terhadap hidup. Menurut Carver dan Connor-Smith (2010) *agreeableness* melibatkan tingkat kepercayaan dan kepedulian yang tinggi terhadap orang lain. Hal tersebut terkait dengan konflik interpersonal yang rendah, sehingga dapat mengurangi stres sosial. Seseorang yang mengalami *quarter-life crisis* akan mengalami perasaan khawatir terhadap hubungan interpersonal. Berdasarkan hasil penelitian dan temuan dari penelitian lain mendukung pernyataan bahwa trait kepribadian *agreeableness* yang tinggi akan lebih terlindung dari *quarter-life crisis*. Sehingga *trait agreeableness* dinyatakan memiliki hubungan signifikansi yang negatif. Hal tersebut berarti semakin tinggi *agreeableness* semakin rendah *quarter-life crisis*, begitu pula sebaliknya.

Pada trait *conscientiousness* dan *quarter-life crisis* terdapat hubungan negatif dengan hasil uji hipotesis nilai $r = 0,220$ dan nilai $p = 0,013$ ($p < 0,05$). Hal ini selaras

dengan penelitian Leger dkk. (2016) yang mengusulkan bahwa bahwa individu dengan trait *conscientiousness* berkontribusi baik dalam perencanaan hidup di masa depan. Terdapat penelitian lain yang menunjukkan bahwa perencanaan dan evaluasi yang positif berhubungan erat dengan *conscientiousness* hal ini berkontribusi dalam kemajuan hidup seseorang (Mirnics dkk., 2013). Seseorang yang mengalami *quarter-life crisis* merasa putus asa dengan menunjukkan sikap merasa gagal meraih cita-cita dan harapan, dan enggan untuk berusaha melanjutkan apa yang diinginkan. Hal tersebut berlawanan arah dengan individu *conscientiousness* yang dominan. Karimzade dan Besharat (2011) menjelaskan individu *conscientiousness* yang baik dalam mengambil keputusan dengan logis. Penelitian lain mengusulkan bahwa *conscientiousness* dapat berkontribusi pada penyesuaian yang lebih baik. Hal tersebut dilakukan melalui penilaian diri yang positif, percaya diri, penekanan emosi negatif secara sadar, serta gangguan diri dari cara-cara maladaptif untuk mengatasi stres (Mirnics dkk., 2013). Menurut Carver dan Connor-Smith (2010) *conscientiousness* mampu memprediksi paparan stres dan menghindari tindakan impulsif yang dapat menyebabkan masalah keuangan, kesehatan mental, atau interpersonal. Hasil penelitian tersebut menunjukkan arah yang berlawanan dengan *quarter life crisis*, individu menilai dirinya negatif, bimbang dalam mengambil suatu keputusan, dan mengalami stres. Berdasarkan hasil penelitian dan temuan dari penelitian lain mendukung pernyataan bahwa trait kepribadian *conscientiousness* yang tinggi akan lebih terlindung dari *quarter-life crisis*. Sehingga *trait conscientiousness* dinyatakan memiliki hubungan signifikansi yang negatif. Hal tersebut berarti semakin tinggi *conscientiousness* semakin rendah *quarter-life crisis*, begitu pula sebaliknya.

Terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara trait *neuroticism* dengan *quarter-life crisis*, hasil uji spearman menunjukkan nilai $r = -0,543$ dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Trait *neuroiticism* merupakan trait kepribadian yang cenderung mengalami perasaan negatif. Seseorang yang memiliki kecenderungan *neuroticism trait* akan mudah merasa stress, cemas, mengasihani dirinya sendiri, dan sangat sadar akan dirinya sendiri (Feist dkk., 2017). Seluruh kriteria mengenai *neuroticism* cenderung mengarah pada *quarter-life crisis*. Penelitian sebelumnya

menunjukkan bahwa trait *neuroticism* tinggi akan cenderung mengalami *quarter-life crisis* (Sumartha, 2020; Lüdtke dkk., 2011; De Vries dkk., 2021). Hal ini dikarenakan tingkat *neuroticism* yang tinggi mengindikasikan penyesuaian diri yang kurang baik terhadap masalah (Sumartha, 2020). *Neuroticism* yang tinggi mencakup disposisi untuk mengalami emosi negatif seperti takut, malu, malu, atau sedih (terutama dalam situasi stres) sehingga akan memperburuk krisis kehidupan (De Vries dkk., 2021). Pada penelitian Lüdtke, dkk (2011) menyatakan perubahan transisi kehidupan dewasa awal pengalaman negatif dalam pekerjaan dan sekolah, gangguan tidur dan makan, ketidakstabilan emosi dikaitkan dengan peningkatan *neuroticism*.

Namun hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara *neuroticism trait* dengan *quarter-life crisis*, yang berarti semakin tinggi *neuroticism* semakin rendah seseorang mengalami *quarter-life crisis*. Bukti pada penelitian menunjukkan bahwa individu dengan *neuroticism* yang dominan akan lebih siap dalam menghadapi permasalahan hidup (Ng, 2012; Tamir, 2005). Individu dengan *neuroticism* yang tinggi lebih suka mengalami lebih banyak kekhawatiran jika mereka mengharapkan untuk melakukan tugas yang menuntut, individu akan tampil lebih baik jika mengalami emosi negatif (Tamir 2005). Individu *neuroticism* cenderung memiliki ketakutan sehingga memiliki rasa antisipatif yang tinggi, untuk dapat memperhatikan kemungkinan buruk yang akan terjadi (Ng, 2015). Hasil penelitian didukung oleh Weston (2017) yang menyatakan bahwa seseorang dengan *neuroticism* akan lebih memperhatikan ancaman dan memiliki energi untuk segera bertindak. Individu yang cemas akan menanggapi ancaman sebelum hal itu terjadi. Hal ini dapat diartikan bahwa seseorang dengan *neuroticism* yang tinggi sadar dengan apa yang dialami dirinya sendiri dan memprediksi kemungkinan-kemungkinan buruk yang terjadi di masa depan. Oleh karena kecemasan tersebut individu termotivasi untuk menghindari situasi negatif atau mengurangi kemungkinan buruk yang lain.

Menurut Pekrun (dalam Weston, 2017) mengungkapkan bahwa seseorang dengan *neuroticism* yang tinggi dapat dikaitkan dengan penghindaran dalam kegagalan. Hal ini dapat dikaitkan ketika individu dengan *neuroticism* yang tinggi mengalami *quarter-life crisis*, individu akan cenderung untuk termotivasi segera menyelesaikan krisis. Individu yang tinggi dalam *neuroticism* lebih cepat dalam proses

evaluatif ketika dalam menghadapi situasi yang sulit dibandingkan dengan individu *neuroticism* yang rendah (Tamir, 2005). Hal ini menunjukkan bahwa manfaat mengalami keadaan suasana hati yang negatif mungkin tidak cocok untuk semua orang, karena setiap individu itu berbeda, unik, dan memiliki caranya masing-masing dalam menyelesaikan masalah (Ng, 2012).

Trait *openness/intellect* dengan *quarter-life crisis* memiliki hubungan yang negatif. Hasil uji korelasi *spearman* menunjukkan nilai $r = -0,199$ dengan nilai p sebesar $0,022$ ($p < 0,05$). Hal ini selaras dengan penelitian Geshica dan Musabic (2017) yang menyatakan terdapat hubungan signifikan negatif antara trait *openness* dengan distress. Menurut Karimzade dan Besharat (2011) individu dengan *openness* yang tinggi menghindari pengalaman yang dapat menimbulkan stres dan segera menyelesaikan masalah. Hal ini berlawanan arah dengan individu yang mengalami *quarter-life crisis* yang merasa terjebak dalam situasi yang sulit karena berkuat dalam situasi negatif yang tak kunjung menemukan solusi. Dalam hubungan interpersonal individu dengan trait O yang dominan lebih mampu menerima dan memahami emosi orang lain dengan baik, sehingga jarang mengalami konflik. Penelitian lain Koorevar dkk. (2013) menyatakan individu dominan O dapat menghadapi *live events* dengan baik, sehingga sukar mengalami krisis kehidupan. *Openness* memiliki keterkaitan dalam memandang suatu peristiwa sebagai tantangan daripada ancaman dan menilai diri sendiri positif (Mirnics dkk., 2013). Berdasarkan hasil penelitian dan temuan dari penelitian lain mendukung pernyataan bahwa trait kepribadian *openness* yang tinggi akan lebih terlindung dari *quarter-life crisis*. Sehingga *trait openness* dinyatakan memiliki hubungan signifikansi yang negatif. Hal tersebut berarti semakin tinggi *openness* semakin rendah *quarter-life crisis*, begitu pula sebaliknya.

5.4. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah. Namun penelitian ini masih memiliki keterbatasan yaitu lemahnya teori terkait fenomena *quarter-life crisis* yang sampai saat ini masih terus dikembangkan oleh para peneliti lain.