

## BAB 5

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 5.1. Hasil Penelitian

##### 5.1.1. Uji Asumsi

Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti akan melakukan uji asumsi untuk penelitian ini. Terdapat dua macam uji asumsi, yaitu uji normalitas dan uji linieritas yang dilakukan pada program SPSS. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui sebaran data penelitian ini normal atau tidak dengan menggunakan uji non-parametrik yaitu *Kolmogorov-Smirnov*. Sedangkan uji linieritas bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang linier antara variabel bebas dan variabel terikat yang diteliti.

##### 5.1.1.1. Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* pada program SPSS. Data dapat dikatakan berdistribusi dengan normal apabila nilai  $p > 0,05$ . Berikut penjelasan hasil uji normalitas pada penelitian ini:

- a. Berdasarkan hasil uji normalitas, nilai *kolmogorov-smirnov* pada skala *quarterlife crisis* sebesar 0,2 ( $p > 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi dengan normal.
- b. Berdasarkan hasil uji normalitas, nilai *kolmogorov-smirnov* pada skala dukungan sosial sebesar 0,0 ( $p < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut tidak berdistribusi dengan normal.

### 5.1.1.2. Uji Linieritas

Hasil uji linieritas pada variabel *quarterlife crisis* dan variabel dukungan sosial dengan program SPSS adalah  $F_{\text{linier}} = 41,488$  dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang linier antara *quarterlife crisis* dengan dukungan sosial.

### 5.1.1.3. Uji Statistik Deskriptif

Setelah mendapatkan seluruh data penelitian dengan jumlah total responden adalah 143 orang, peneliti melakukan uji statistik deskriptif terhadap data demografi responden meliputi unsur usia, jenis kelamin, dan status pekerjaan. Berikut gambaran umum yang menjelaskan tentang responden penelitian:

TABEL 5.1.  
Statistik Deskriptif Usia Responden

Umur	Frekuensi	Persen
20	15	10,5%
21	41	28,7%
22	76	53,1%
23	5	3,5%
24	4	2,8%
25	2	1,4%
Jumlah	143	100%

Berdasarkan tabel 5.1., paling banyak responden yang mengisi skala adalah responden dengan usia 22 tahun yaitu sebanyak 76 orang. Kemudian disusul oleh responden dengan usia 21 tahun, 20 tahun, 23 tahun, dan 24 tahun. Jumlah responden yang paling sedikit dalam penelitian ini adalah responden dengan usia 25 tahun yaitu sebanyak 2 orang.

Selanjutnya, terdapat gambaran mengenai jenis kelamin responden pada penelitian ini. Berikut tabel demografi berdasarkan jenis kelamin responden:

TABEL 5.2.  
Statistik Deskriptif Jenis Kelamin Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persen
Laki-laki	50	35%
Perempuan	93	65%
Jumlah	143	100%

Berdasarkan tabel 5.2., paling banyak responden yang mengisi skala adalah responden dengan jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 93 orang dan responden laki-laki berjumlah 50 orang.

Kemudian, peneliti juga memperoleh data demografi responden berdasarkan status pekerjaan, berikut tabel penjelasannya:

TABEL 5.3.  
Statistik Deskriptif Status Pendidikan Responden

Status Pendidikan	Frekuensi	Persen
Kuliah	139	97,2%
Tidak Kuliah	4	2,8%
Jumlah	143	100%

Berdasarkan tabel 5.3., sebagian responden saat ini masih berstatus sebagai seorang mahasiswa. Responden dengan status pendidikan kuliah berjumlah 139 orang dan yang tidak kuliah hanya berjumlah 4 orang.

Setelah melakukan uji statistik deskriptif terhadap demografi data yang di dapatkan, peneliti melakukan uji statistik deskriptif dengan menentukan tingkatan kategorisasi untuk skala *quarterlife crisis* dan dukungan sosial. Menurut Azwar (1993), deskripsi data penelitian mencakup statistik deskriptif tiap-tiap variabel yang memuat jumlah subjek (n), mean (M), standar deviasi (s), skor minimum ( $x_{\min}$ ) dan skor maksimum ( $x_{\max}$ ). Pada penelitian ini, peneliti memilih untuk menggolongkan responden dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Rendah =  $X < M - 1SD$

b. Sedang =  $M-1SD \leq X < M+1SD$

c. Tinggi =  $M+1SD \leq X$

Berdasarkan ketentuan penggolongan tiga kategori, maka di dapatkan hasil sebagai berikut:

TABEL 5.4.  
Kategorisasi *Quarterlife Crisis* dan Dukungan Sosial

Kategori	Skala <i>Quarterlife Crisis</i>		Skala Dukungan Sosial	
	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Rendah	15	10,5%	0	0%
Sedang	121	84,6%	58	40,6%
Tinggi	7	4,9%	85	59,4%
Jumlah	143	100%	143	100%

Dilihat dari hasil kategorisasi tabel 5.4., responden dalam penelitian ini memiliki tingkat *quarterlife crisis* yang berbeda-beda. Terdapat 15 orang yang masuk ke dalam kategori rendah, 121 orang masuk ke dalam kategori sedang, dan 7 orang masuk ke dalam kategori tinggi. Berdasarkan data yang ada, dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini memiliki tingkat *quarterlife crisis* yang sedang.

Kemudian, seluruh responden dalam penelitian ini juga memiliki tingkat dukungan sosial yang berbeda-beda. Terdapat 58 orang yang masuk dalam kategori sedang dan 85 orang lainnya masuk ke dalam kategori tinggi. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi.

### 5.1.2. Uji Hipotesis

Langkah selanjutnya setelah melakukan uji normalitas dan uji linieritas adalah melakukan uji hipotesis dengan program SPSS. Uji hipotesis dilakukan guna mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dukungan sosial dengan *quarterlife crisis* pada masa dewasa awal. Setelah dilakukan uji asumsi klasik,

didapati bahwa data yang diperoleh tidak memenuhi syarat uji korelasi *Product Moment Pearson* dikarenakan salah satu variabel yang diukur yaitu dukungan sosial tidak berdistribusi secara normal. Sehingga, pada penelitian ini peneliti menggunakan uji hipotesis non parametrik *Rank Spearman*. Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan, didapatkan hasil nilai rho = -0,464 dengan nilai p = 0,000 ( $p < 0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima, karena terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *quarterlife crisis*. Semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi *quarterlife crisis* pada individu dewasa awal, begitu pula sebaliknya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah *quarterlife crisis* pada individu dewasa awal.

Selanjutnya, peneliti menambahkan analisis data penelitian dengan melakukan uji korelasi aspek-aspek dukungan sosial dengan *quarterlife crisis*, dengan hasil sebagai berikut:

TABEL 5.5  
Hasil Uji Korelasi Aspek-aspek Dukungan Sosial dengan Quarterlife Crisis

	r (Koefisien Korelasi)	Sig.
<i>Emotional or esteem support – Quarterlife Crisis</i>	-0,440	0,000
<i>Tangible or instrumental support – Quarterlife Crisis</i>	-0,328	0,000
<i>Informational support – Quarterlife Crisis</i>	-0,381	0,000
<i>Companionship support – Quarterlife Crisis</i>	-0,416	0,000
Total	143	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *emotional or esteem support*, *tangible or*

*instrumental support, informational support, dan companionship support* dengan *quarterlife crisis*.

## 5.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *Rank Spearman*, menunjukkan bahwa  $\rho = -0,464$  dengan nilai  $\text{sig} = 0,000$  ( $\text{sig} < 0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima karena terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *quarterlife crisis* pada masa dewasa awal. Kemudian, nilai koefisien determinan ( $R^2$ ) pada penelitian ini adalah sebesar 0,227, yang artinya dukungan sosial berkontribusi sebesar 22,7% terhadap *quarterlife crisis* pada masa dewasa awal. Sedangkan untuk sisanya yang adalah 77,3% merupakan faktor-faktor lain yang berperan bagi *quarterlife crisis* pada masa dewasa awal. Beberapa faktor lain tersebut yaitu *identity exploration, instability, being self-focus, feeling in between, the age of possibilities*, pekerjaan dan karir, serta tantangan dalam bidang akademik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Herawati & Hidayat (2020), dimana terdapat korelasi negatif antara dukungan sosial dengan *quarterlife crisis*. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa sebenarnya *quarterlife crisis* muncul karena adanya banyak tekanan dan juga tuntutan yang diciptakan oleh diri individu masing-masing yang akhirnya membuat kondisi psikis menjadi tidak normal. Adanya hubungan yang baik dengan orang lain dapat membuat individu yang mengalami *quarterlife crisis* menjadi sangat terbantu karena secara tidak langsung orang sekitar akan memberikan dukungan kepada individu tersebut yang akhirnya dapat meningkatkan suasana hati menjadi lebih baik dari yang sebelumnya.



Apabila uji korelasi ditinjau dari aspek-aspek dukungan sosial terhadap *quarterlife crisis* pada individu dewasa awal, maka diperoleh hasil bahwa seluruh aspek dukungan sosial memiliki hubungan negatif dengan *quarterlife crisis*. Pada penelitian ini, terdapat hubungan negatif antara aspek *emotional or esteem support* dan *quarterlife crisis* dengan  $r = -0,440$ . *Emotional or esteem support* merupakan pemberian dukungan dengan cara memberikan rasa empati, kepedulian, perhatian, penghargaan positif, dan dorongan kepada orang yang bersangkutan agar orang tersebut merasa nyaman, merasa dimiliki, dan dicintai saat mengalami keterpurukan (Sarafino & Smith, 2012). Saat mengalami kekhawatiran maupun ketakutan akan masa depan, individu sangatlah membutuhkan perhatian dan juga dorongan dari orang-orang sekitar. Pemberian dukungan emosional dari lingkungan sekitar dapat membantu individu untuk menurunkan tekanan psikologis, menumbuhkan kesehatan emosional, dan mengendalikan emosi negatif saat mengalami *quarterlife crisis* (Wijaya & Saprowi, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rossi & Mebert (2011). Dalam penelitian tersebut ditemukan hasil bahwa kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar dapat mempengaruhi kesejahteraan hidup individu. Dengan adanya dukungan secara emosional seperti memberikan dorongan dan pujian dapat menurunkan tingkat resiko terjadinya kecemasan dan ketakutan pada diri individu yang sedang mengalami *quarterlife crisis*.

Aspek *tangible or instrumental support* juga memiliki hubungan negatif dengan *quarterlife crisis* yang mana  $r = -0,328$ . Menurut Sarafino & Smith (2012), dukungan instrumental merupakan bantuan nyata yang diberikan oleh orang lain sesuai dengan kebutuhan individu yang bersangkutan. Adanya inisiatif dari orang

terdekat untuk memberikan sedikit bantuan terhadap permasalahan yang terjadi pada diri individu *quarterlife crisis* sangatlah berarti bagi mereka karena dapat membuat keadaan hidupnya menjadi lebih tenang dan lebih baik dari yang sebelumnya (Schwarzer et al., 1994).

Selanjutnya, terdapat pula hubungan negatif antara *informational support* dan *quarterlife crisis* dengan  $r = -0,381$ . *Informational support* merupakan dukungan yang diberikan dalam bentuk nasihat, arahan, saran, ataupun umpan balik tentang keadaan diri dari orang yang bersangkutan (Sarafino & Smith, 2012). Individu yang mengalami *quarterlife crisis* akan merasa sangat bingung untuk mengambil sebuah keputusan terutama bagi masa depannya. Menurut Baranczuk dalam (Wijaya & Saprowi, 2022), orang-orang terdekat seperti keluarga, teman, dan juga pasangan adalah sosok yang dapat membantu untuk lebih mengarahkan individu dalam pengambilan keputusan agar tingkat kekhawatiran akan masa depan individu tersebut dapat menurun.

Kemudian, aspek *companionship support* juga memiliki hubungan negatif dengan dukungan sosial yang mana nilai  $r = -0,416$ . Menurut Sarafino & Smith (2012), *companionship support* adalah dukungan yang diberikan pada seseorang dengan cara menyediakan diri untuk menghabiskan waktu bersama agar membuat individu menjadi merasa dianggap. Saat seseorang mengalami *quarterlife crisis*, sebagian besar dari mereka akan mulai untuk menutup diri dari pergaulan karena mereka merasa bahwa dirinya lebih rendah daripada orang lain. Menurut Baranczuk (dalam Wijaya & Saprowi, 2022), menyediakan diri untuk menghabiskan waktu bersama dengan individu yang sedang mengalami *quarterlife crisis* merupakan hal yang sangat berarti bagi mereka. Walaupun individu yang sedang mengalami *quarterlife crisis* cukup menutup diri dari



pergaulan, tetapi mereka tetap membutuhkan adanya kebersamaan dengan orang terdekat untuk melakukan aktivitas bersama.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi *quarterlife crisis* pada individu dewasa awal. Menurut Ningsih et al., (2015), adanya dukungan dari orang terdekat dapat membuat individu yang mengalami *quarterlife crisis* menjadi lebih menerima keadaan dan mulai menyesuaikan diri dalam kehidupan yang penuh dengan kecemasan. Mereka merasa bahwa orang terdekat dapat memberikan arah perubahan yang baik dan tepat akan masa depannya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Praherso, Tear & Cruys, (2017), dimana dukungan sosial memiliki hubungan negatif dengan *quarterlife crisis* pada diri individu. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar dapat menjadi pemicu terjadinya krisis dalam diri seorang individu. Individu akan sangat merasa sendirian saat menghadapi segala situasi yang cukup sulit dan sangat penting dalam dirinya. Tidak adanya dukungan yang diterima dari orang sekitar membuat individu menjadi mengalami kecemasan dan ketakutan yang berlebih. Jika individu tidak mendapatkan yang dibutuhkan yaitu dukungan dari lingkungan sekitar, maka hal tersebut akan memicu terjadinya *quarterlife crisis* pada diri individu. Begitu pula sebaliknya, jika individu bisa mendapatkan dukungan sosial seperti yang dibutuhkan, maka *quarterlife crisis* dalam individu akan rendah.

### **5.3. Keterbatasan Penelitian**

Terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Adapun kelemahan dalam penelitian ini yaitu:

1. Terdapat kecenderungan usia tertentu karena disebarakan melalui media sosial, sehingga sebagian besar responden tidak mengalami *quarterlife crisis* dengan tingkat yang ekstrem.
2. Menggunakan uji coba alat ukur dengan metode tryout terpakai.

