

PENGARUH SELF AWARENESS TERHADAP QUARTER LIFE CRISIS PADA DEWASA AWAL

Oleh :

Meyla Azzahra Sutrisno
NIM : 126308201052

ABSTRAK

Proses kehidupan manusia tidak lepas dari tahap perkembangan individu, dimana individu akan melewati salah satu tahap yang dinamakan sebagai masa dewasa awal atau masa peralihan dari masa remaja menuju dewasa awal. Pada masa ini individu seringkali mengalami kekhawatiran yang mendalam terhadap arah hidupnya, namun hal tersebut sudah menjadi hal yang wajar jika muncul pada masa dewasa awal dengan rentang usia 20-30 tahun. Fase ini sering disebut sebagai *quarter life crisis*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh *self awareness* terhadap *quarter life crisis* di Kabupaten Kediri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian kausal komperatif. Populasi penelitian ini adalah individu dewasa awa di Kabupaten Kediri yang berjumlah 243.768. Sample pada penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 348 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan skala pengukuran psikologi yang dikembangkan melalui skala likert. Hasil penelitian diperoleh nilai sig. 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat pengaruh signifikan antara variable X (*self awareness*) terhadap variable Y (*quarter life crisis*). Dilihat dari persamaan regresi linear sederhana dengan rumus ($Y = \alpha + bX$) dimana persamaan ini menunjukkan pengaruh *self awareness* terhadap *quarter life crisis* termasuk pada pengaruh yang negative dengan nilai satu satuan 1,655. Dilihat dari table *r-square* pada penelitian ini diperoleh sebesar 0,329 (32,9%) dimana *self awareness* mempengaruhi *quarter life crisis* sebesar 32,9% sisanya 67,1% dipengaruhi oleh faktor diluar peneltian. terhadap persentase tersebut. Penelitian ini memperoleh hasil semakin tinggi banyak individu yang memiliki *self awareness* yang tinggi, maka semakin rendah pula individu dewasa awal di Kabupaten Kediri yang mengalami *quarter life crisis*.

Kata Kunci : *self awareness, quarter life crisis, dewasa awal*

THE INFLUENCE OF SELF AWARENESS ON QUARTER LIFE CRISIS IN EARLY ADULTHOOD

By :

Meyla Azzahra Sutrisno
NIM : 126308201052

ABSTRACT

The process of human life cannot be separated from the stages of individual development, where individuals will go through one of the stages called early adulthood or the transition period from adolescence to early adulthood. During this period, individuals often experience deep concerns about the direction of their lives, but this is normal if it appears in early adulthood between the ages of 20-30 years. This phase is often referred to as the quarter life crisis. The aim of this research is to determine the influence of self-awareness on the quarter life crisis in Kediri Regency. This research uses a quantitative approach with a type of comparative causal research. The population of this study was 243,768 young adult individuals in Kediri Regency. The sample in this study was selected using a purposive sampling technique of 348 respondents. The data collection technique uses a psychological measurement scale developed through a Likert scale. The research results obtained a sig value. 0.000 ($p < 0.05$) which means there is a significant influence between variable X (self awareness) on variable Y (quarter life crisis). Judging from the simple linear regression equation with the formula ($Y = \alpha + bX$) this equation shows the influence of self-awareness on the quarter life crisis, including negative influences with a percentage of one unit value of 1.655. Judging from the r-square table in this study, it was found to be 0.329 (32.9%) where self-awareness influenced the quarter life crisis by 32.9%, the remaining 67.1% was influenced by factors outside the research. to that percentage. This research found that the higher the number of individuals who have high self-awareness, the lower the number of early adult individuals in Kediri Regency who experience a quarter life crisis..

Keywords : *self awareness, quarter life crisis, emerging adulthood*

تأثير الوعي الذاتي على أزمة ربع الحياة في منطقة كديري.

بواسطة :

ميلا الزهراء سوتريسنو
١٢٦٣٠٨٢٠١٠٥٢

خلاصة

لا يمكن فصل عملية حياة الإنسان عن مراحل نمو الفرد، حيث يمر الأفراد بإحدى المراحل التي تسمى مرحلة البلوغ المبكر أو الفترة الانتقالية من مرحلة المراهقة إلى مرحلة البلوغ المبكر. خلال هذه الفترة، غالباً ما يشعر الأفراد بمخاوف عميقة بشأن اتجاه حياتهم، لكن هذا أمر طبيعي إذا ظهر في مرحلة البلوغ -٣٠-٢٠ عاماً. غالباً ما يشار إلى هذه المرحلة باسم أزمة ربع العمر. يهدف هذا البحث المبكر بين سن ٣٤٨ منطقة كديري. تم اختيار العينة في هذه الدراسة باستخدام تقنية أخذ العينات الهادفة والتي شملت مستجيباً. تستخدم تقنية جمع البيانات مقياس القياس النفسي الذي تم تطويره من خلال مقياس ليكرت. وقد مما يعني أن هناك تأثير معنوي بين المتغير ($P < 0,05$) حصلت نتائج البحث على قيمة كبيرة. ٠.٠٠٠. (أزمة ربع العمر). انطلاقاً من معادلة الانحدار الخطي البسيطة بالصيغة Y (الوعي الذاتي) على المتغير X تظهر هذه المعادلة تأثير الوعي الذاتي على أزمة ربع الحياة، بما في ذلك التأثيرات السلبية $Y = \alpha + bX$ في هذه الدراسة فقد وجد أنها r-square بنسبة مئوية بقيمة وحدة واحدة ١.٦٥٥، .. وبالحكم على جدول ٠,٣٢٩ (٣٢,٩%) حيث تدخل هذه النسبة في الفئة المنخفضة. يمكن أن نستنتج أنه كلما زاد عدد الأفراد الذين لديهم وعي ذاتي عالٍ، انخفض عدد الأفراد البالغين في وقت مبكر في منطقة كديري والذين يعانون من أزمة ربع الحياة.

الكلمات المفتاحية: الوعي الذاتي، أزمة ربع العمر، البلوغ المبكر