

# **HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA DEWASA AWAL**

**Syahla Nur Akidah  
11520021**

## **ABSTRAK**

Masa dewasa awal merupakan periode penting dalam perjalanan hidup manusia. Pada fase ini, individu dihadapkan pada berbagai tantangan dan transisi yang dapat memicu terjadinya *quarter life crisis*. *Quarter life crisis* merupakan suatu krisis identitas dan makna hidup yang dialami oleh individu dewasa awal. Salah satu faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* adalah kesepian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dan *quarter life crisis* pada dewasa awal. Sampel pada penelitian ini adalah individu dewasa awal yang berdomisili di wilayah Jabodetabek dengan usia 18 – 35 tahun. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *nonprobability sampling*. Kemudian, untuk cara pengambilan data menggunakan *insidental sampling*. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *quarter life crisis* yang di adaptasi dari penelitian Umah (2021) disusun berdasarkan aspek-aspek *quarter life crisis* menurut Robbins dan Wilner (2001) yang terdiri dari tujuh aspek, yaitu kebimbangan dalam pengambilan keputusan, perasaan putus asa, penilaian diri yang negatif, perasaan terjebak dalam situasi sulit, rasa cemas, perasaan tertekan, dan kekhawatiran menjalani hubungan interpersonal. Selain itu, juga menggunakan skala kesepian UCLA *Loneliness Scale (Version 3)* yang disusun oleh Russell (1996) berdasarkan aspek-aspek kesepian yaitu *personality*, *social desirability*, dan *depression*. Kedua skala yang digunakan menggunakan penilaian skala likert dengan 4 pilihan alternatif respon yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan bantuan program IBM *Statistical Product and Service Solutions (SPSS)* versi 25 for Windows.

**Kata Kunci:** kesepian, *quarter life crisis*, dewasa awal

**Dimensi:** ix + 45

**Daftar Pustaka:** 1979 - 2024