

Quarterlife Crisis in Batak Women Entering the Emerging Adulthood Period: and What is the Role of Self-Concept and Social Support in It?

Quarterlife Crisis Pada Wanita Suku Batak yang Menginjak Masa Emerging Adulthood: Serta Bagaimana Peranan Konsep Diri dan Dukungan Sosial Didalamnya?

Dwi Septi Aryani ¹

¹ Magister Psikologi Profesi
Universitas Sumatera Utara, Indonesia
Email: Dseptiaryani@gmail.com

Raras Sutatminingsih ²

² Magister Psikologi Profesi,
Universitas Sumatera Utara, Indonesia
Email: Rarasiskandar2003@gmail.com

Rahma Fauzia ³

³ Magister Psikologi Profesi,
Universitas Sumatera Utara, Indonesia
Email: Rahma.fauzia@usu.ac.id

Correspondence:

Dwi Septi Aryani

Program Studi Magister Psikologi Profesi Kekhususan Klinis Dewasa, Universitas Sumatera Utara
Email: Dseptiaryani@gmail.com

Abstract

Quarterlife crisis is a phenomenon that makes an individual confused about how to live their life in the future. Confused about fulfilling his developmental duties. A quarterlife crisis can cause a variety of stresses and anxieties including worries about career achievements, financial opportunities, increased competition between members of a group, the rise of psychological issues, and fear of relationships. This causes stress, anxiety, and even depression. There are feelings of anxiety, pessimism, low self-esteem, helplessness. This study aims to determine the influence of self-concept on quarterlife crisis moderated by social support for Batak women entering the emerging adulthood. This research used the quantitative method. This study involved 272 Batak women entering the emerging adulthood. The measuring instruments used in this research are quarterlife crisis, self-concept, and social support scale. Data in this research were analyzed using simple regression analysis and moderated regression analysis methods. The result show that self-concept has a negative and significant effect on the quarterlife crisis among Batak women entering the emerging adulthood the value is -0.572 with significant $.000$. This means that higher the self-concept, than lowest the quarterlife crisis among Batak women entering the emerging adulthood. The second result is social support moderated the effect of self-concept on the quarterlife crisis the significant is $.047$. This means that social support strengthens or weakens the influence of self-concept on quarterlife crisis.

Keyword : Quarterlife Crisis, Self-Concept, Social Support.

Abstrak

Quarterlife crisis adalah fenomena yang membuat seorang individu mengalami kebingungan untuk menjalani kehidupannya ke depan. Bingung untuk memenuhi tugas perkembangannya. Adanya tekanan dan kecemasan meliputi peluang finansial, kebingungan atas pencapaian karier, meningkatnya persaingan antar anggota dalam suatu kelompok, maraknya isu-isu psikologi, serta ketakutan menjalin hubungan merupakan dampak yang akan dirasakan pada saat seorang individu mengalami *quarterlife crisis*. Hal ini menimbulkan respons stres, cemas, bahkan depresi. Pada saat mengalami *quarterlife crisis* akan muncul perasaan gelisah, pesimis, rendah diri dan tak berdaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsep diri terhadap *quarterlife crisis* dimoderasi oleh dukungan sosial pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini melibatkan 272 wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. Skala *quarterlife crisis*, konsep diri dan dukungan sosial merupakan alat ukur yang digunakan pada penelitian ini. Data dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan regresi sederhana dan regresi moderasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* nilainya adalah -0.572 dengan signifikansi $.000$. Ini berarti semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. Hasil kedua adalah dukungan sosial memoderasi pengaruh konsep diri terhadap *quarterlife crisis* dengan nilai signifikansi $.047$. Artinya dukungan sosial memperkuat atau memperlemah pengaruh konsep diri terhadap *quarterlife crisis*.

Kata Kunci : Quarterlife crisis, konsep diri, dukungan sosial.

Copyright © 2023 Dwi Septi Aryani, Raras Sutatminingsih & Rahma Fauzia

Received 2023-09-05

Revised 2023-10-19

Accepted 2023-12-04



LATAR BELAKANG

Tahapan perkembangan yang cukup menyita perhatian adalah tahapan peralihan dari remaja menuju dewasa awal. Tahapan peralihan ini disebut dengan masa *emerging adulthood* (Arnett, 2016). Tahapan peralihan ini membutuhkan adaptasi yang cukup baik pada diri seorang individu. Adapun tugas perkembangan pada masa peralihan dari remaja menuju dewasa awal adalah mulai memilih pendidikan yang tepat dan sesuai untuk dirinya sendiri, memulai bekerja, memilih pasangan hidup, belajar hidup dengan suami/istri, mulai membentuk keluarga, mengasuh anak, berumah tangga, menerima/mengambil tanggung jawab warga negara, menemukan kelompok sosial yang menyenangkan. Menurut (Papalia & Feldman, 2014) Pada titik ini, seseorang mulai mengeksplorasi dirinya sendiri, berpisah dari orang tuanya dan mulai hidup mandiri. Mulailah dengan mengembangkan sistem dan nilai yang sudah didapatkan sebelumnya. Tahapan ini merupakan tahapan ketika individu mulai mengeksplorasi diri dan lingkungannya.

Terdapat fenomena yang terjadi dan membuat seorang individu ketika berada pada masa peralihan ini mengalami kebingungan untuk menjalani kehidupannya kedepan. Bingung untuk memenuhi tugas perkembangannya, kebingungan ini bisa disebut dengan *quarterlife crisis* Robbins & Wilner (dalam Asrar & Taufani, 2022). Biasanya *quarterlife crisis* dialami oleh individu pada rentang usia 20-30 tahun. *Quarterlife crisis* dapat menyebabkan berbagai keraguan akan kesuksesan, peluang ekonomi, meningkatnya persaingan di antara anggota kelompok, munculnya masalah psikologis seperti stress, kecemasan, rendah diri, pesimis, depresi, gambaran yang berlebihan atas kelemahan kondisi dirinya yang belum banyak melakukan sesuatu, serta ketakutan dalam menjalin hubungan.

Peneliti memahami bahwa *quarterlife crisis* berkaitan dengan faktor budaya. Penelitian ini berfokus pada wanita suku Batak yang menginjak usia *emerging adulthood*. Berdasarkan hasil penelitian dari (Firmando, 2021) menyatakan bahwa tujuan hidup pada suku Batak Toba adalah kekayaan (*hamoraon*), banyak keturunan (*hagabeon*), dan kehormatan (*hsangapon*). Tujuan utama perkawinan menurut etnis Batak Toba adalah mendapatkan anak. Seorang perempuan yang telah melahirkan anak laki-laki dianggap sudah menunaikan tugasnya dan mendapat anak laki-laki merupakan suatu anugerah. Masyarakat Batak Toba menganut sistem patrilineal segala sesuatunya diatur berdasarkan garis keturunan bapak ataupun laki-laki. Suami akan berterima kasih kepada perempuan yang melahirkan anak laki-laki dan semakin menghormatinya. Istri yang seperti ini disebut *boru naung gabe* (perempuan yang telah diberkati berketurunan) jika si perempuan tidak berhasil melahirkan anak laki-laki maka wanita tersebut dianggap sebagai wanita yang gagal dan tidak akan mendapatkan penghormatan.

Hal ini sejalan dengan suku Batak Karo, menurut (Nofasari & Ginting, 2019) wanita yang berasal dari Batak Karo memiliki kewajiban untuk menikah dan melahirkan anak laki-laki. Anak laki-laki sangat penting untuk meneruskan garis keturunan keluarga. Nofasari & Ulina (2018)

menyatakan bahwa pembawa status sosial pada keluarga Karo adalah anak laki-laki, anak laki-laki menjadi kebanggaan orang tua. Perempuan dianggap sebagai makhluk lemah, tidak berdaya, emosional dan pekerja rumahan. Pada kelompok masyarakat Batak Toba, anak laki-laki meneruskan marga, sedangkan anak perempuan tidak memiliki hak tersebut. Hal ini tentu menambah tekanan bagi wanita Batak di satu sisi mereka harus menikah karena ingin melanjutkan keturunan serta memenuhi tugas perkembangannya akan tetapi di sisi lain ada peraturan yang sudah diatur dalam adat yang membuat mereka ragu untuk menikah, takut tidak bisa memenuhi keinginan dari keluarga maupun peraturan adat.

Berdasarkan dari hasil penelitian diatas terlihat bahwa pandangan atau penilaian mereka terhadap diri mereka sendiri dan tekanan dari keluarga merupakan faktor yang cukup berpengaruh terhadap krisis yang mereka alami. Faktor yang mempengaruhi *quarterlife crisis* adalah faktor internal (Arnett, 2016) dan faktor eksternal (Chesbrough, 2011). Terdapat lima faktor internal yang mempengaruhi *quarterlife crisis*. Pertama adalah eksplorasi identitas (*identity exploration*). Kedua, ketidakstabilan (*instability*). Ketiga, fokus pada diri sendiri (*self-focused*). Keempat, ketidakseimbangan perasaan (*feeling in between*). Kelima, usia kemungkinan (*the age of possibilities*). Dari lima faktor tersebut, eksplorasi identitas (*identity exploration*) erat kaitannya dengan konsep diri. Individu yang mengalami *quarterlife crisis* biasanya bingung tentang keinginan dirinya, kurang bisa memahami diri sendiri, mengalami kebingungan tentang jati dirinya sehingga membuat kondisi individu tersebut juga semakin terpuruk. Konsep diri tidak lepas dari pemahaman dan pandangan yang positif ataupun negatif terhadap diri sendiri.

Menurut (Chaplin, 2006) konsep diri adalah penilaian atau penaksiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan. Konsep diri terbentuk karena adanya interaksi dengan orang-orang sekitarnya. Kaitan konsep diri terhadap *quarterlife crisis* bisa dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh (Zarqan, I. A., Hendriyani, C. H., Syakarofath, N. A., & Pamungkas, P. D. (2020) menemukan bahwa konsep diri memiliki kontribusi yang besar untuk mengurangi *quarterlife crisis* pada generasi milenial berusia 18-30 tahun. Menurut (Candrawati, 2019), konsep diri yang baik pada remaja dicirikan dengan mampu menghadapi tekanan-tekanan, tidak mudah depresi, mampu menyampaikan aspirasi, bisa menempatkan diri di lingkungan, serta menjadi individu yang bertanggungjawab terhadap tugas yang diberikan.

Kedua adalah faktor eksternal menurut (Chesbrough, 2011) yaitu teman, percintaan, relasi dengan keluarga, kehidupan pekerjaan, karier, serta tantangan di bidang akademis. Setiap manusia memiliki hubungan interpersonal. Hubungan interpersonal adalah suatu hubungan antara satu individu dengan individu yang lainnya. Hal ini terjadi karena manusia sejatinya merupakan makhluk sosial dan pasti membutuhkan orang lain. Manusia membutuhkan bantuan dari lingkungannya, bisa dari keluarga, teman, pacar, dan lain-lain. Bentuk hubungan timbal balik ini disebut dengan dukungan sosial. Bentuk dukungan terdiri dari dukungan secara verbal dan juga nonverbal. Dukungan secara verbal

bisa berupa ungkapan semangat, ungkapan kasih sayang. Dukungan secara nonverbal adalah memberikan sesuatu dalam bentuk benda yang akan membuat orang lain merasa senang, dan merasa bahwa dirinya diperhatikan.

Pada penelitian ini dukungan sosial bertindak sebagai variabel yang memoderasi pengaruh antara konsep diri terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. Hal ini dikarenakan faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri dan *quarterlife crisis* itu salah satunya berkaitan dengan penerimaan dukungan baik secara verbal maupun nonverbal yang bisa meningkatkan atau menurunkan konsep diri terhadap *quarterlife crisis* yang dialami oleh seorang individu. Penelitian ini ingin membuktikan apakah dukungan sosial bisa menjadi variabel yang bisa memperkuat atau memperlemah pengaruh konsep diri terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. Hubungan antara dukungan sosial dan *quarterlife crisis* bisa dilihat dari penelitian yang dilakukan (Fitri & Lukman, 2023) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dan *quarterlife crisis* di kalangan mahasiswa tahun terakhir. Semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi *quarterlife crisis*. Hal yang sama juga berlaku sebaliknya. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin rendah *quarterlife crisis* mahasiswa tingkat akhir.

Menurut Cobb (dalam Maharani & Adriansyah, 2021) dukungan sosial yang diterima oleh seorang individu akan membuatnya merasa dicintai, diperhatikan sehingga meminimalisir stres dan permasalahan psikologis yang akan muncul. Riset yang dilakukan (Putra & Muttaqin, 2020) didapatkan hasil bahwa kualitas dari dukungan sosial secara kualitas lebih dibutuhkan oleh perawat yang sedang *burnout* dibandingkan dengan kuantitasnya. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak perlu dari banyak orang akan tetapi cukup dari beberapa orang saja asalkan dukungan sosial tersebut memiliki kualitas yang baik yang bisa menanggulangi masalah yang sedang dialami oleh individu. Pada penelitian ini adalah pada wanita suku Batak yang sedang menginjak masa *emerging adulthood*.

Berdasarkan penelitian sebelumnya semua sepakat bahwa *quarterlife crisis* merupakan isu yang penting dan harus terus menerus dikaji secara mendalam dengan berbagai metode yang ada. Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Pengaruh antara konsep diri terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. 2) Pengaruh antara konsep diri terhadap *quarterlife crisis* dimoderasi oleh dukungan sosial pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini melibatkan identifikasi variabel, topik penelitian, alat penelitian dan teknik analisis yang digunakan dalam penelitian.

Variabel Penelitian

Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel *dependent* : *Quarterlife Crisis*
2. Variabel *independent* : Konsep Diri
3. Variabel Moderator : Dukungan Sosial

Subjek Penelitian

Wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* menjadi subjek dalam penelitian ini. Populasinya adalah semua wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 272 wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* yaitu *snowball sampling*. Menurut (Sugiyono, 2017) *snowball sampling* merupakan teknik penentuan sampel yang mula-mula jumlahnya kecil, kemudian membesar.

Desain Penelitian

Metode penelitian merupakan elemen utama dalam suatu penelitian yang meliputi Pengumpulan data, analisis data, dan kesimpulan dari temuan penelitian. Metode kuantitatif digunakan dalam penelitian ini dengan *correlational design* atau desain korelasional yaitu desain penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan dan mengukur tingkat atau hubungan antara dua atau lebih variabel (John, 2013).

Metode Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa skala psikologi yang disebut dengan skala likert. Skala Likert ini terdiri dari lima alternatif jawaban: sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), netral (N), setuju (S), dan sangat setuju (SS). Subjek diminta untuk memilih satu dari lima pilihan paling sesuai dengan keadaan subjek penelitian pada saat itu. Metode skala digunakan karena data yang ingin diukur berupa konsep psikologis yang dapat diungkap secara tidak langsung melalui indikator-indikator perilaku yang diterjemahkan dalam bentuk aitem-aitem pernyataan (Azwar, 2012). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala *Quarterlife Crisis* yang terdiri dari 26 Aitem dengan nilai reliabilitas sebesar .733 termasuk dalam kategori tinggi, Skala Konsep Diri terdiri dari 21 Aitem dengan nilai reliabilitas .718 termasuk dalam kategori tinggi, dan Skala Dukungan Sosial terdiri dari 24 Aitem dengan nilai reliabilitas .727 termasuk dalam kategori tinggi.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dipakai ialah uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi meliputi uji normalitas, uji linieritas, uji autokorelasi, uji multikolinieritas, uji heterokedastisitas. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik regresi sederhana dan menggunakan *moderated regression analysis*. Pengujian penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 25.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Pendidikan Subjek

Pendidikan	Jumlah (N)	Persentase (%)
SMA	37	13,6%
Diploma	39	14,3%
S1	183	67,2%
S2	13	4,7%
Total	272	100%

Berdasarkan tabel 1. diatas dapat disimpulkan subjek terbanyak pada riset ini adalah wanita suku Batak dengan pendidikan terbanyak yaitu S1 sebanyak 183 orang (67,2%).

Setelah itu responden yang paling sedikit adalah wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* dengan pendidikan S2 sebanyak 13 orang (4.7%).

Tabel 2. Gambaran Subjek Berdasarkan Suku

Suku	Jumlah (N)	Persentase (%)
Batak Mandailing	105	38,6%
Batak Toba	107	39,3%
Batak Karo	46	46,5%
Batak Pakpak	4	1,4%
Batak Simalungun	10	3,6%
Total	272	100%

Berdasarkan tabel 2. diatas dapat disimpulkan subjek terbanyak pada riset ini adalah wanita suku Batak Toba yang menginjak masa *emerging adulthood* sebanyak 107 orang

(39,3%). Lalu subjek yang paling sedikit adalah wanita suku Batak Pakpak yang menginjak masa *emerging adulthood* sebanyak 4 orang (1.4%).

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

	Sig. Kolmogorov-Smirnov	Status Sebaran Data
<i>Unstandardized Residual</i>	.200	Normal

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data penelitian. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk melakukan uji normalitas, namun peneliti menggunakan program SPSS dan melihat pada nilai

Sig. Kolmogorov-Smirnov, apabila nilai Sig. Kolmogorov-Smirnov menunjukkan hasil lebih besar dari .05 maka data bersifat normal. Nilai yang diperoleh adalah .200 maka sebaran data bersifat normal.

Tabel 4. Uji linieritas

Variabel	Nilai F	Sig. Linearity	Sig. Deviation from Linearity	Keterangan
Konsep Diri*QLC	1,180	.000	.204	Linear
Dukungan Sosial*QLC	1.160	.000	.223	Linear

Uji linearitas dilakukan untuk melihat variabel bebas dan terikat memiliki hubungan yang linear atau tidak. Uji analisis statistik *test for linearity* digunakan untuk menemukan nilai ini. Apabila nilai Sig. Linearity kurang dari .05 maka terdapat hubungan linear antara variabel bebas dengan variabel terikat, sebaliknya jika nilai Sig. Linearity lebih besar dari .05 berarti tidak ada hubungan linear antara variabel bebas dan variabel terikat. Selain itu nilai Sig. Deviation from Linearity juga diperhatikan, apabila nilai yang diperoleh lebih kecil dari .05 maka tidak terdapat hubungan linear antara variabel bebas dengan variabel terikat, sebaliknya Untuk nilai

Sig Deviation from Linearity lebih dari .05 berarti terdapat hubungan linier antara variabel bebas dan variabel terikat.

Nilai sig berdasarkan tabel 4, konsep diri terhadap *quarterlife crisis* sebesar .000 dan nilai Sig Deviation from Linearity sebesar .204 dan nilai F sebesar 1,180 maka variabel konsep diri mempunyai hubungan linier searah *quarterlife crisis*. Selain itu nilai Sig Linearitas yang diperoleh variabel dukungan sosial adalah .000 dan nilai Sig Deviation from Linearity .223 dan nilai F sebesar 1,160 maka variabel dukungan sosial terhadap *quarterlife crisis* mempunyai hubungan linier.

Tabel 5. Uji autokorelasi

Z	Asymp. Sig(2-tailed)	Keterangan
-,243	.808	Tidak terjadi Autokorelasi

Salah satu prasyarat yang harus dipenuhi dalam model regresi adalah tidak adanya autokorelasi di dalamnya. Uji autokorelasi bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi antar residual (*prediction error*) pada satu pengamatan dengan pengamatan lain. Pada model regresi

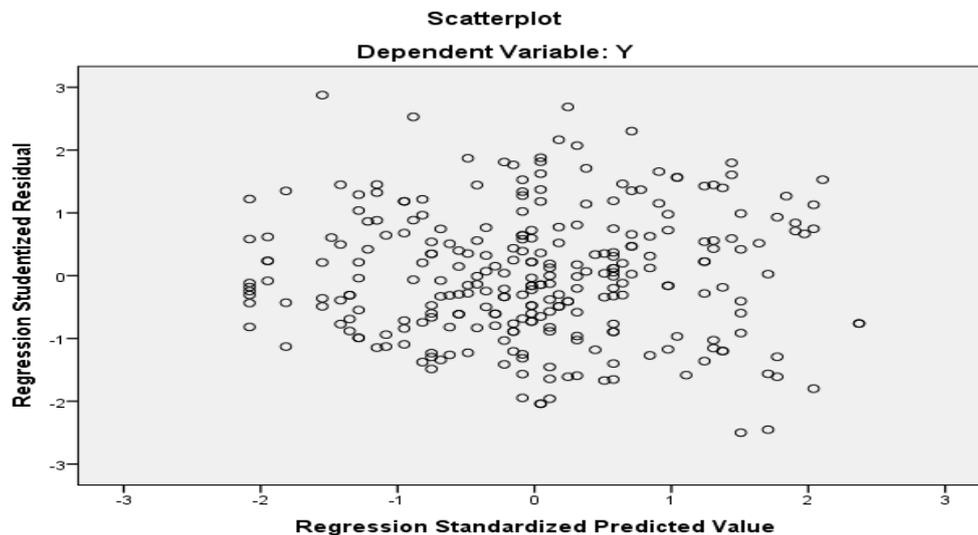
tidak terjadi autokorelasi jika nilai *asyp. Sig (2-tailed)* > .05. Berdasarkan tabel 5, nilai *asyp. Sig (2-tailed)* diperoleh sebesar .808 > .05. maka tidak terjadi autokorelasi pada riset ini.

Tabel 6. Uji multikolinieritas

Variabel	Tolerance	Nilai VIF	Keterangan
Konsep Diri	.832	1.201	Tidak terjadi Multikolinieritas
Dukungan Sosial	.832	1.201	Tidak terjadi Multikolinieritas

Uji multikolinieritas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel bebas berhubungan satu sama lain yang mendekati sempurna atau tidak. Uji multikolinieritas yang dilakukan dalam penelitian ini dengan melihat *tool* uji yang disebut *Variance Inflation Faktor (VIF)*. Pengujian ini terpenuhi jika tidak adanya multikolinieritas yang dapat dilihat dari nilai *tolerance* dan nilai *VIF (variable inflation factor)*. Berdasarkan tabel 6, nilai *tolerance* pada variabel *konsep diri* dan dukungan

sosial diperoleh sebesar .832 yang nilai tersebut lebih dari .10 serta nilai *VIF* yang diperoleh sebesar 1.201, yang nilai tersebut kurang dari 10.00. Dalam model regresi dikatakan tidak terjadi multikolinieritas jika nilai *tolerance* lebih dari .10 dan nilai *VIF* kurang dari 10.00, maka dapat disimpulkan bahwa persamaan regresi dalam penelitian ini tidak terjadi multikolinieritas.



Gambar 1. Uji Heterokedastisitas

Asumsi keterokedastisitas ini berguna untuk mengetahui adanya ketidaksamaan varian dari residual untuk semua observasi pada model regresi. Kondisi ini dapat dipahami dengan mengamati sebaran data dalam *scatter*

plot. Berdasarkan gambar 1 di atas sebaran titik-titik pada grafik didistribusikan secara acak sekitar 0 (tidak ada pola sistematis) maka disimpulkan tidak terjadi gejala heteroskedastisitas.

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis Konsep diri terhadap quarterlife crisis

Uji Hipotesis	Nilai F	Sig.	R	R Square	Koefisien Regresi	Status
Konstanta					124.767	H1 Diterima
Konsep diri	131.068	.000	-.572	.327	-.733	

Berdasarkan tabel 7. diatas diperoleh nilai F hitung sebesar 131.068 dengan nilai Sig. sebesar .000 yang menunjukkan bahwa model regresi linier sederhana dinyatakan sesuai atau *goodness of fit* (Ghozali, 2013) Hal ini menyatakan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh *konsep diri* terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*, yang artinya semakin tinggi tingkat *konsep diri* yang dimiliki pada wanita suku Batak yang menginjak masa

emerging adulthood maka semakin rendah pula *quarterlife crisis* yang dialami begitupun sebaliknya.

Selanjutnya berdasarkan nilai korelasi (R) yang diperoleh sebesar -.572, yang berarti terdapat pengaruh negatif *konsep diri* terhadap *quarterlife crisis*, yang artinya *konsep diri* yang dimiliki akan erat kaitannya dengan *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. Selain itu terdapat nilai koefisien determinan (R²) sebesar .327 yang artinya kontribusi variabel *konsep diri*

terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* sebesar 32,7% sedangkan sisanya (67,3%) disebabkan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Selanjutnya didapatkan nilai konstanta sebesar 124,767 dan nilai koefisien regresi sebesar -.733. Nilai konstanta tersebut memiliki arti jika tidak ada *konsep diri*

maka nilai konsistensi *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* sebesar 124.767. Sedangkan nilai koefisien regresi memiliki arti jika *konsep diri* mengalami peningkatan 1 kali, maka *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* akan menurun sebesar -.733.

Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis Konsep diri terhadap *quarterlife crisis* dimoderasi oleh dukungan sosial

Uji Hipotesis	Nilai F	Sig.	R	R Square	Koefisien Regresi	t _{hitung}	Status
Konstanta		.000			195.682		
Konsep diri(X)		.000			-1.122	-3.625	Terima H2
Dukungan Sosial (M)		.000			-1.021	-3.844	
Moderasi (X*M)	80.538	.047	.689	.474	.007	1.993	

Berdasarkan tabel 8. diatas, diperoleh nilai F hitung sebesar 80.538 dengan nilai Sig. sebesar .047. Hal ini berarti dukungan sosial memoderasi pengaruh konsep diri terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. Selanjutnya berdasarkan nilai korelasi (R) yang diperoleh sebesar .689, yang berarti terdapat pengaruh konsep diri terhadap *quarterlife crisis* dimoderasi oleh dukungan sosial pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* yang artinya pengaruh konsep diri terhadap *quarterlife crisis* dengan moderasi dukungan sosial memiliki hubungan yang erat. Selain itu terdapat nilai koefisien determinan (R²) sebesar .474 yang artinya kontribusi variabel konsep diri terhadap *quarterlife crisis* dengan moderasi dukungan sosial pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* sebesar 47,4% sedangkan sisanya (52,6%) disebabkan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Selanjutnya pada tabel 9 juga didapatkan nilai konstanta sebesar 195.682 dan nilai koefisien regresi konsep diri sebesar -1.122 serta koefisien regresi dukungan sosial sebesar -1.021 serta perkalian antara konsep diri dengan dukungan sosial sebesar .007. Nilai konstanta tersebut memiliki arti jika tidak ada *konsep diri* dengan moderasi dukungan sosial maka nilai konsistensi *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* sebesar 195.682. Sedangkan nilai koefisien regresi pada perkalian konsep diri dengan dukungan sosial sebagai moderasi sebesar .007 yang berarti dukungan sosial akan menyumbang pada variabel konsep diri terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* sebesar .007. Berdasarkan analisa moderasi dan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, yaitu dukungan sosial memoderasi pengaruh konsep diri terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil riset didapatkan hasil yaitu semakin tinggi tingkat konsep diri seorang wanita suku Batak maka akan semakin rendah *quarterlife crisis* yang akan mereka alami, disisi lain semakin rendah tingkat konsep diri seorang wanita suku Batak maka akan semakin tinggi tingkat *quarterlife crisis* tersebut. Hasil penelitian ini sejalan dengan

penelitian yang telah dilakukan oleh (Luluk Masluchah et al., 2022) yang menyebutkan bahwa semakin tinggi tingkat konsep diri seorang individu maka semakin rendah *quarterlife crisis* yang akan ia alami begitu juga sebaliknya. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Zarqan, Hendriyani, Syakarofath, & Pamungkas, 2020) menemukan bahwa konsep diri memiliki kontribusi yang besar untuk mengurangi *quarterlife crisis* pada generasi milenial berusia 18-30 tahun.

Penelitian yang dilakukan oleh (Sawiji et al., 2022) menemukan faktor *circle* pergaulan, pengaruh eksteren, *quarterlife crisis* dan pemecahan masalah individu merupakan faktor yang mempengaruhi konsep diri mahasiswa akhir di Universitas Muhammadiyah Gombong. Penelitian yang dilakukan oleh (Karpika & Segel, 2021) menemukan bahwa Pola asuh dan kebiasaan dengan kekerasan sebagai tindakan disiplin membentuk konsep diri yang kurang baik pada individu. Dampak yang timbul adalah individu tersebut mengalami *quarterlife crisis*, hal ini ditandai dengan perasaan ragu-ragu dalam menentukan pilihan karier, ketakutan dalam mengambil sebuah keputusan, tidak memiliki keyakinan bahwa dirinya memiliki kemampuan yang bisa menunjang pendidikan serta kariernya di masa yang akan datang.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Husniyati, 2022) semakin tinggi tingkat konsep diri dan regulasi diri seorang individu maka akan semakin rendah kecemasan pada masa *quarterlife crisis*. Sejalan dengan hasil penelitian ini, penelitian lain yang dilakukan oleh (Novia, 2023) didapatkan hasil yaitu konsep diri, kelekatan orang tua, dan *quarterlife crisis* memiliki perbedaan signifikan antara generasi Z yang berprofesi sebagai mahasiswa dan karyawan. Konsep diri secara konsisten mempengaruhi *quarterlife crisis* dengan arah hubungan negatif terhadap *quarterlife crisis* artinya semakin tinggi tingkat konsep diri seorang individu maka semakin rendah tingkat *quarterlife crisis*nya dan begitu pula sebaliknya, sementara itu tidak terdapat hubungan antara kelekatan orang tua dengan *quarterlife crisis*. Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian dukungan sosial memoderasi pengaruh antara konsep diri terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*.

Penelitian yang dilakukan oleh (Fitri & Lukman, 2023) menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara

dukungan sosial keluarga dengan *quarterlife crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga yang dimiliki, maka semakin rendah *quarterlife crisis* pada mahasiswa tingkat akhir begitu pula sebaliknya. Sejalan dengan hasil penelitian ini, penelitian yang dilakukan oleh (Khafidza & Andjarsari, 2023) ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dengan arah hubungan negatif dukungan keluarga terhadap *quarterlife crisis* pada mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2020 di Universitas Djuanda Bogor. Artinya semakin kuat dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat *quarterlife crisis* yang dialami mahasiswa. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah dukungan keluarga maka semakin tinggi tingkat *quarterlife crisis* yang dialami mahasiswa. Sejalan dengan hal itu penelitian yang dilakukan oleh (Afifah Primala Wijaya & Sofiyana Noor Saprowi, 2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dan *quarterlife crisis*. Dukungan keluarga menempati persentase tertinggi yaitu 11% Oleh karena itu, dukungan dari keluarga lebih berperan dibandingkan dukungan dari teman dan kekasih.

Penelitian yang dilakukan oleh (Astanu et al., 2022) didapatkan hasil yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap *quarterlife crisis* pada dewasa awal, dukungan sosial dari teman sebaya dapat mengatasi tekanan psikologis pada saat individu mengalami masa-masa sulit. Tekanan ini biasanya didapatkan dari *quarterlife crisis* yang dialami. Teman sebaya dianggap memberikan pengaruh yang cukup kuat dalam kehidupan individu daripada keluarga. Sehingga dalam perkembangannya, individu lebih banyak menghabiskan waktu bersama dengan teman sebayanya. Penelitian yang dilakukan oleh (Astanu et al., 2022), dukungan sosial dan kematangan karir terhadap *quarterlife crisis* yang dialami oleh mahasiswa berpengaruh secara signifikan. Dukungan sosial yang masuk berdasarkan lingkungannya, baik dalam bentuk dorongan, perhatian, menjadikan mahasiswa-mahasiwi menilai dirinya dicintai, diperhatikan serta dihargai oleh orang lain. Selain memberi dukungan berupa materi, keluarga bisa juga menjadi wadah untuk memberikan informasi, nasehat dan tukar pendapat tentang karir serta pekerjaan yang hendak dicapai oleh mahasiswa. Dengan adanya kematangan karir bisa memungkinkan diri mahasiswa untuk mengarahkan dan membuat keputusan karir yang tepat untuk mencapai kesuksesan masa depan.

Penelitian yang dilakukan oleh Salma (2022) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *quarterlife crisis* Pada Seseorang yang berusia 18 – awal 30 tahunan di Kota Surakarta, yang artinya apabila dukungan sosial individu tinggi maka *Quarterlife crisis* yang dialami individu rendah, begitu pula sebaliknya apabila dukungan sosial individu rendah maka *quarterlife crisis* yang dialami individu tinggi. Penelitian yang dilakukan (Oktaviana & Wardani, 2023) didapatkan hasil terdapat hubungan dukungan sosial terhadap tingkat stress pekerja pada masa *quarterlife crisis*, artinya keberadaan dukungan sosial sangat diperlukan terutama pada masa *quarterlife crisis*. Hal ini dikarenakan pada masa ini individu rentan mengalami permasalahan

psikologis yang akan berdampak negatif terhadap dirinya, adanya orang lain yang memberikan perhatian, dukungan informasi, materi dan lain-lain akan meminimalisir dampak yang ditimbulkan oleh *quarterlife crisis*.

Penelitian lain dilakukan oleh (Anggraeni & Hijrianti, 2023) mendapatkan hasil bahwa dukungan sosial memiliki peran penting pada fase *quarterlife crisis* yang dialami dewasa awal dengan disabilitas fisik, pada penelitian ini juga didapatkan hasil wanita cenderung mengalami *quarterlife crisis* lebih tinggi jika dibandingkan dengan pria. Penelitian lainnya dilakukan oleh (Wijaya & Utami, 2021) didapatkan hasil terdapat korelasi dukungan sosial terhadap krisis usia seperempat abad pada aspek tertinggi yaitu pada dukungan keluarga sebesar 7.6% dari 13%. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2021) Hasil penelitian ini menunjukkan variabel dukungan sosial teman sebaya dan *academic self management* memiliki hubungan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengalami *quarterlife crisis* di fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati.

Penelitian yang dilakukan oleh (Sabila, 2022) menunjukkan terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial terhadap *quarterlife crisis* dan arahnya negatif, artinya semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki, semakin kecil kemungkinan mengalami *quarterlife crisis*. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi pula tingkat *quarterlife crisis* pada mahasiswa psikologi tingkat akhir UIN Ar-Raniry. Sejalan dengan hal tersebut (Sinaga, 2023) didapatkan hasil yaitu terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial terhadap *quarterlife crisis*, hal ini berarti semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima maka *quarterlife crisis* pada mahasiswa tingkat akhir cenderung rendah begitu pula sebaliknya. Penelitian yang dilakukan oleh (Wibowo, 2023) didapatkan hasil yaitu terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial keluarga terhadap *quarterlife crisis*, hal ini berarti semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima maka *quarterlife crisis* pada mahasiswa akan rendah begitu pula sebaliknya. Penelitian yang dilakukan oleh (Sunan, 2023) menunjukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin rendah *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir angkatan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Sarafino et al. (2015) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat memberikan manfaat kesehatan mental dan kesejahteraan terlepas dari frustrasi yang dialami. Oleh karena itu, dukungan sosial dapat berfungsi sebagai mekanisme perlindungan eksternal dalam menghadapi perubahan pada masa transisi maupun kekhawatiran yang lebih berkaitan dengan pelaksanaan salah satu tugas perkembangan yang berkaitan dengan membangun hubungan romantis di mana pada masa ini individu memiliki kecenderungan merasakan tekanan psikis yang menyebabkan tingginya *quarter life crisis*.

Penelitian ini menunjukkan jumlah wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* dengan *quarterlife crisis* tinggi sebanyak 130 orang dan yang mengalami

quarterlife crisis rendah adalah sebanyak 142 orang. Berdasarkan sebaran data yang merujuk pada pendidikan subjek, jenjang pendidikan yang paling dominan adalah S1, rata-rata mereka masih menjadi mahasiswa dan belum menamatkan pendidikannya. Beberapa penelitian sebelumnya terkait *quarterlife crisis* banyak dialami oleh mahasiswa tingkat akhir bukan mahasiswa secara keseluruhan. Survei yang dilakukan oleh LinkedIn (2017) menyatakan bahwa 72% profesional muda di Inggris mengalami *quarterlife crisis* pada usia 26 tahun 9 bulan. Proses krisis ini rata-rata berlangsung hingga sekitar 11 bulan lamanya.

Penelitian yang dilakukan oleh (Herawati & Hidayat, 2020), menemukan tingkat *quarterlife crisis* individu dewasa awal di Pekanbaru berada pada tahap sedang yaitu 43,22% dilanjutkan pada kategori tinggi 27,97%. Hasil penelitian ini juga menunjukkan faktor yang mempengaruhi *quarterlife crisis* diantaranya adalah status, pekerjaan dan jenis kelamin. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan individu dewasa awal di Pekanbaru yang mengalami *quarterlife crisis* di dominasi oleh wanita berstatus belum menikah dan belum memiliki pekerjaan. Individu yang memasuki usia dewasa perlu membentuk hubungan tidak hanya dengan kekasih akan tetapi dengan lingkungan sosialnya seperti orang tua, teman, kerabat, tetangga dan lainnya. Terdapat mitos yang berkembang di masyarakat mengenai *quarterlife crisis* bahwa wanita tidak memerlukan pendidikan yang bagus, sehingga pendidikan yang bagus tersebut akan membuat seorang wanita menjadi cemas akan hidupnya (Afifah Primala Wijaya & Sofiyana Noor Saprowi, 2022). Hal ini juga sesuai dengan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 3 Maret 2023 ada responden yang mengenyam pendidikan S2 mereka menyampaikan bahwa banyak yang mengatakan laki-laki akan minder untuk mendekati wanita yang memiliki pendidikan tinggi, sehingga kesulitan dalam mencari pasangan akan menjadi masalah yang harus mereka hadapi dan akan meningkatkan *quarterlife crisis* yang mereka alami.

Hal diatas diperkuat oleh artikel berita yang diterbitkan oleh Kumpran (2023) wanita lebih dominan mengalami *quarterlife crisis* dibandingkan dengan laki-laki hal ini dikarenakan adanya standar umur menikah pada perempuan maksimal umur 25 tahun harus sudah menikah, jika tidak menikah maka perempuan tersebut akan dikatakan sebagai perawan tua. Di sisi lain, perempuan juga ingin memiliki pendidikan yang tinggi sedangkan pendidikan tingkat lanjut akan membuat wanita lebih fokus pada pendidikannya dan melewatkan umur ideal menikah yang sudah menjadi standar masyarakat secara umum. Wanita yang sedang atau ingin mengambil pendidikan tingkat lanjut rentan mengalami *quarterlife crisis* dikarenakan susah dalam mengambil keputusan, ingin segera menikah atau tetap melanjutkan pendidikannya. Dampak yang sering dialami adalah wanita akan rentan stres, pesimis, cemas bahkan sampai depresi. Tekanan yang berasal dari keluarga juga akan membuat kondisi ini semakin memburuk.

Penelitian yang dilakukan (Wijayanti & Jatningsih, 2022), menemukan bahwa keluarga yang ekonominya menengah keatas berpersepsi positif pada pendidikan tinggi

bagi perempuan yaitu perempuan berpendidikan tinggi dapat meningkatkan derajat orang tua dan ibu yang berkualitas melahirkan anak yang berkualitas. Keluarga yang ekonominya menengah kebawah berpersepsi negatif terhadap pendidikan tinggi bagi perempuan yaitu pendidikan tinggi adalah pemborosan, risiko perawan tua dan cenderung fokus pada pekerjaan. Salah satu alasan terbesar terjadinya ketimpangan antara perempuan dan laki-laki dalam bekerja adalah karena kurangnya dukungan lingkungan sekitar. Seorang perempuan yang tidak mendapat dukungan dari lingkungannya memiliki kemungkinan yang kecil untuk berkembang. Dukungan lingkungan sangat mempengaruhi sukses tidaknya seseorang. Perempuan yang tidak mendapatkan dukungan ini biasanya memiliki faktor patriarki yang masih berkembang dilingkungannya, ketakutan bahwa nanti tidak ada laki-laki yang berani untuk menikahinya, serta tidak mendapatkan pendidikan dan keterampilan yang layak. Tidak dapat dipungkiri bahwa masih terjadi ketimpangan perihal pendidikan yang berkembang di masyarakat luas di Indonesia. Beberapa penyebabnya adalah mahalannya pendidikan tinggi, kurangnya akses menuju lokasi tujuan, kurangnya motivasi dan dorongan, serta *male oriented*, (Yovita et al., 2022).

Sistem patriarki menempatkan kaum laki-laki sebagai pemegang kekuasaan utama dan mendominasi dalam berbagai bidang kehidupan. Dominasi budaya patriarki yang sudah mengakar secara kuat di masyarakat menyebabkan posisi kaum perempuan menjadi termarginalkan. Budaya patriarki menekankan pada superioritas kaum laki-laki, dan kaum perempuan hanya ditempatkan dalam wilayah domestik, berhubungan dengan kerumahtanggaan. Gender adalah sebuah konstruksi sosial tentang relasi perempuan dan juga laki-laki yang dibangun oleh sistem dimana keduanya berada. Jika terjadi ketidakadilan gender maka akan muncul diskriminatif gender, dan yang paling banyak dikorbankan adalah kaum perempuan. Oleh karena itu diperlukan perubahan sistem sosial agar tercipta kesetaraan dan keadilan gender, antara lain melalui pemberdayaan perempuan (Halizah et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh (Tjahjono, 2016) menyatakan bahwa terdapat perbedaan antara perawat perempuan dan perawat laki-laki dalam menjalani peran ganda sebagai orang yang bekerja dan memiliki kehidupan personal dirumah. Ada kendala seperti adanya adaptasi lingkungan kerja yang baru, penyesuaian jabatan posisi kerja, tugas pokok, persaingan yang muncul antar rekan kerja, dan konflik peran ganda. Menyikapi kendala-kendala tersebut pada perawat pria *fear of success* cenderung rendah akan tetapi untuk perawat perempuan *fear of successnya* cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Penelitian yang dilakukan oleh (Astuti & Soeharto, 2021) semakin tinggi konflik antara pekerjaan dan keluarga, maka semakin besar pula ketakutan akan kesuksesan dan sebaliknya semakin rendah konflik antara pekerjaan dan keluarga, semakin rendah rasa takut akan kesuksesan. Namun adanya konflik pekerjaan-keluarga dengan dukungan sosial yang tinggi dari keluarga akan mempengaruhi tingkat kecemasan sukses ibu bekerja. Kontribusi aktual konflik pekerjaan-keluarga dan

dukungan sosial keluarga dalam memprediksi kecemasan sukses pada ibu bekerja adalah sebesar 60,7%, sedangkan sisanya sebesar 39,3% disebabkan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Di sisi lain wanita tetap dituntut untuk menikah sebelum usia 30 tahun dikarenakan bangsa Asia, khususnya Indonesia menganut budaya kolektivistik (Arnett, 2016) Budaya kolektivistik cukup mengutamakan kebutuhan untuk meneruskan garis keturunan dan mempertimbangkan tanggapan yang akan diperoleh dari lingkungan. (Agustin, 2012) Sebagai negara yang masih menganut sistem patriarki, budaya Indonesia meyakini bahwa pernikahan masih dianggap sebagai pencapaian terpenting untuk dicapai, terutama bagi perempuan. Jika seorang perempuan tidak menikah pada usia 30 tahun, maka kata "perempuan tua" menjadi stigma yang lekat dengan perempuan. Oleh karena itu, khususnya bagi perempuan, aspek interpersonal menjadi persoalan yang berdampak pada aspek emosional. Disisi lain, perempuan masa kini selain memiliki kewajiban dalam perkawinannya, juga harus mengkhawatirkan keadaan keuangan keluarganya, memiliki pekerjaan yang stabil, dan memiliki pendidikan yang baik.

Pada penelitian ini *quarterlife crisis* yang dialami oleh wanita suku Batak dirasa lebih berat dengan adanya anggapan bahwa wanita yang berhasil adalah wanita yang mampu memberikan keturunan agar garis keturunan dalam keluarga tidak terputus. Dilema terjadi ketika wanita suku Batak harus menaati beberapa peraturan adat yang mengikat mereka. Wanita suku Batak tersebut tidak bisa langsung memilih orang yang ia inginkan, mereka harus tahu terlebih dahulu marga calon suami karena ada beberapa marga yang tidak bisa saling menikah karena ada hubungan kekerabatan dan lain-lain. Jika hal itu dilanggar maka wanita suku Batak tersebut akan mendapatkan masalah secara sosial, secara adat dan dalam keluarga sendiri.

Peneliti memahami bahwa faktor budaya memiliki kaitan erat dengan *quarterlife crisis* yang dirasakan oleh individu. Menurut (Duara et al., 2023), terdapat perbedaan antara *quarterlife crisis* yang dialami oleh orang India dan Inggris. Bagi orang India *quarterlife crisis* yang mereka alami berasal dari standar orang tua, jadi orang tua secara tidak langsung menetapkan suatu standar sukses bagi anak-anak mereka hal ini berbeda dengan orang Inggris *quarterlife crisis* yang mereka alami justru dikarenakan adanya tonggak sejarah atau prestasi rekan-rekannya bukan dikarenakan orang tua maupun keluarga. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Yeler et al., 2021) telah terjadi perubahan di Turki secara kehidupan sosial, ekonomi maupun pekerjaan. *Quarterlife crisis* yang dialami oleh wanita Turki lebih dominan jika dibandingkan dengan Pria Turki. Hal ini dikarenakan konflik yang akan dialami seorang wanita di Negara Turki dengan keluarganya juga lebih besar dibandingkan dengan pria. Banyak Wanita Turki masih menggantungkan kehidupan dan tinggal bersama orang tua di usia yang idealnya ia sudah mampu mandiri dan tidak bergantung secara finansial kepada keluarganya. Wanita yang memiliki umur rentang 20-30 tahun lebih dominan memiliki *quarterlife crisis* dibandingkan dengan pria, pada penelitian ini Pria cenderung akan

mengalami *quarterlife crisis* pada rentang usia 20- 25 tahun. Tidak semua orang yang memasuki fase *quarterlife crisis* dapat mengatasi krisis yang terjadi dalam hidupnya tersebut. Depresi, frustrasi, atau bahkan merasa terjebak dalam kecemasan yang rumit dan merasa tertekan merupakan tanda dari orang yang mengalami *quarterlife crisis*. Tentunya jika hal ini berlangsung secara terus menerus akan berpengaruh terhadap kondisi mental maupun fisiknya.

Berdasarkan berita DIY (2023), mengungkapkan bahwa orang yang mengalami *quarterlife crisis* cenderung merasakan pesimis, memiliki kekhawatiran terhadap percintaan, karier, finansial. Selain itu krisis yang dialami ini diperparah dengan adanya tekanan dari luar, dengan berbagai macam pertanyaan yang tidak bisa mereka jawab. Dampak yang ditimbulkan beragam dari emosional, fisiologis, dan juga fungsi diri. Ada beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mengatasi *quarterlife crisis* ini, diantaranya adalah temukan dukungan dan lingkungan yang sehat, mencoba hal baru, mengembangkan bakat serta minat dalam diri, dan jangan pernah membandingkan diri sendiri dengan orang lain. Hal ini sejalan dengan teori yang ungkapkan oleh Robbins & Wilner (dalam Asrar & Taufani, 2022) Krisis seperempat kehidupan dapat menyebabkan berbagai masalah psikologis seperti stres, kecemasan, pesimis, perasaan gelisah, rendah diri, tak berdaya dan juga gambaran yang berlebihan atas kelemahan kondisi dirinya yang belum banyak melakukan sesuatu.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah Konsep diri berpengaruh negatif terhadap *quarterlife crisis* pada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood* selain itu dukungan sosial memoderasi pengaruh antara konsep diri terhadap *quarterlife crisis*. Saran dalam penelitian ini adalah secara keseluruhan terdapat 130 wanita suku Batak mengalami *quarterlife crisis* cenderung tinggi, sehingga mereka membutuhkan bantuan profesional seperti psikolog untuk membantu mereka menghadapi *quarterlife crisis*, agar dampak negatif dari *quarterlife crisis* segera ditangani dengan baik. Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian dukungan emosional merupakan dukungan yang lebih dominan dibutuhkan, sehingga diharapkan lingkungan terdekat bisa memberikan dukungan ini kepada wanita suku Batak yang menginjak masa *emerging adulthood*. Dukungan emosional merupakan dukungan dalam bentuk kelekatan, kehangatan, kepedulian, dan ungkapan empati sehingga timbul keyakinan bahwa wanita suku Batak dicintai dan diperhatikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah Primala Wijaya, D., & Sofiyana Noor Saprowi, F. (2022). Analisis Dimensi: Dukungan Sosial dan Krisis Usia Seperempat Abad pada Emerging Adulthood Dimensional Analysis: Social Support and Quarter-Life Crisis in Emerging Adulthood. *Jurnal Nasional*, 20.
- Agustin, I. (2012). *Therapy with Solution-Focused Approach for Individuals Who Experienced*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Anggraeni, A. S., & Hijrianti, U. R. (2023). Peran dukungan sosial dalam menghadapi fase quarter life crisis dewasa awal penyandang disabilitas fisik. *Cognicia*, 11(1). <https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i1.26176>

- Arnett, J. J. (2016). College Students as Emerging Adults: The Developmental Implications of the College Context. *Emerging Adulthood*, 4(3). <https://doi.org/10.1177/2167696815587422>
- Asrar, M., & Taufani. (2022). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap quarterlife crisis pada dewasa awal. In *JIVA: Journal of Behavior and Mental Health E* (Vol. 3, Issue 1).
- Astanu, A. W., Asri, D. N., & Triningtyas, D. A. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial dan Kematangan Karir Terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa. *Seminar Nasional Sosial, Sains, Pendidikan, Humaniora (Senasdra)*, 1.
- Astuti, Z., & Soeharto, T. N. E. D. (2021). Konflik Pekerjaan Keluarga dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Fear of Success. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1). <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5456>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2014). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Berita DIY.com.(2023, 16 Maret). Apa itu quarterlife crisis? ciri orang sedang mengalami quarterlife crisis, dampak, fase dan cara atasi QLC. Diakses pada 06 April 2023 dari [https://beritadiy.pikiran-rakyat.com/pendidikan/pr-706433319/apa-itu-quarter-life-crisis-ciri-orang-sedang-mengalami-quarter-life-crisis-dampak-fase-dan-cara-atasi-qlc]
- Candrawati, D. (2019). Persepsi Terhadap Pola Asuh Demokratis Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 8(2). <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v8i2.3048>
- Chaplin, J. (2006). Kamus Lengkap Psikologi (Terjemahan Kartini Kartono). In *Jakarta: PT Raja Grafindo Persada*.
- Chesbrough, R. D. (2011). Helping College Students Find Purpose: The Campus Guide to Meaning-Making. *Journal of College Student Development*, 52(4). <https://doi.org/10.1353/csd.2011.0049>
- Duara, R., Hugh-Jones, S., & Madill, A. (2023). Quarterlife Crisis in the UK and India: Perceived Standards and Unfulfilled Expectations. *Qualitative Report*, 28(2). <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2023.5599>
- Firmando, H. B. (2021). Eksistensi Perempuan Batak Toba Ditengah Kemelut Gender Di Tapanuli Bahagian Utara (Analisis Sosiologis). *Jurnal Kajian Gender Dan Anak*, 5(2).
- Fitri, M. I. N., & Lukman. (2023). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir. *PINISI Journal of Art, Humanity & Social Studies*, 3(3).
- Halizah, L. R., Faralita, E., Negeri, I., & Banjarmasin, A. (2023). Budaya Patriarki Dan Kesenjangan Gender. *Wasaka Hukum*, 11(1).
- Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife Crisis Pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2). <https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.1036>
- Husniyati, S. (2022). Pengaruh konsep diri dan regulasi diri terhadap kecemasan pada masa quarterlife crisis di Yogyakarta (Doctoral dissertation, UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA). Diunduh dari [https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/53485/]
- Imam Ghozali. (2013). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 21 Update PLS Regresi. *Alfabeta Bandung*, April.
- John, W. C. (2013). Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed. In *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Karpika, I. P., & Segel, N. W. W. (2021). Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia. *Widyadari*, 22(2).
- Khafidza, Z., & Andjarsari, F. D. (n.d.). Pengaruh Identitas Diri dan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i3>
- Kumparan.com. (2023, 23 Januari). Quarter Life Crisis Membuat Mahasiswa Sulit Membentuk Keputusan. 06 April 2023. <https://kumparan.com/carissa-arabella/quarter-life-crisis-membuat-mahasiswa-sulit-membentuk-keputusan-12YkZSsmxZ2>
- Luluk Masluchah, Wardatul Mufidah, & Uti Lestari. (2022). Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(1). <https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.688>
- Maharani, D., & Adriansyah, M. A. (2021). Hubungan Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Adaptasi Sosial Pada Anak yang Menjadi Korban Perceraian Orang Tua. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(4). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i4.6872>
- Nofasari, E., & Ginting, S. U. B. (2019). Ketidakadilan Gender Pada Perempuan Karo di Desa Purwobinangun (Kajian Wacana Kritis). *Jurnal Seruni Bahasa Indonesia*, 16(2). <https://doi.org/10.37755/jsbi.v16i2.201>
- Novia, Y. (2023). Pengaruh Konsep Diri dan kelekatan orang tua terhadap quarterlife crisis pada generasi Z. [https://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/122921]
- Oktaviana, D. A., & Wardani, I. Y. (2023). DUKUNGAN SOSIAL BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT STRES PEKERJA PADA MASA QUARTER LIFE CRISIS. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 7(2). <https://doi.org/10.32419/jppni.v7i2.367>
- Papalia, D., & Feldman, R.D. (2014). *Perkembangan manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Putra, A. C. M., & Muttaqin, D. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Burnout Pada Perawat di Rumah Sakit X. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 9(2). <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i2.3901>
- Sawiji, S., Putra, G. A., & Agustin, I. M. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 12(3).
- Sarafino, E.P., Smith T.W. (2015). *Health psychology; biopsychosocial interactions*. USA: John Wiley & Sons, Inc.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods) (9th ed). In *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods) (9th ed)*.
- Sunan, M. A. (2023). Hubungan antara dukungan sosial dengan quarterlife crisis pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi universitas islam sultan agung semarang (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG). Diunduh dari [http://repository.unissula.ac.id/32250/1/Psikologi_30701900112_fu1lpdf.pdf]
- Tjahjono, A. B. (2016). Pengaruh konflik peran ganda terhadap fear of success dengan jenis kelamin sebagai variabel moderasi: studi pada perawat rumah sakit paru dr ario wirawan kota salatiga (Doctoral dissertation, Program Studi Manajemen FEB-UKSW). Diunduh dari [https://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/21221/2/T1_2120121_33_Full%20text.pdf]
- Wibowo, S. S. (2023). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan quarterlife crisis pada mahasiswa (Doctoral dissertation, Universitas Katholik Soegijapranata Semarang). Diunduh dari [http://repository.unika.ac.id/31973/9/16.E1.0137-SEVERINO%20SETO%20WIBOWO-LAMP_a.pdf]
- Wijaya, D. A. P., & Utami, M. S. (2021). Peran Kepribadian Kesungguhan terhadap Krisis Usia Seperempat Abad pada Emerging Adulthood dengan Dukungan Sosial sebagai Mediator. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 7(2). <https://doi.org/10.22146/gamajop.63924>
- Wijayanti, M., & Jatiningih, O. (2022). PERSEPSI MASYARAKAT DESA GUMENG KECAMATAN GONDANG KABUPATEN MOJOKERTO TERHADAP PENDIDIKAN TINGGI BAGI PEREMPUAN. *Journal of Civics and Moral Studies*, 6(2). <https://doi.org/10.26740/jcms.v6n2.p47-63>
- Yeler, Z., Berber, K., Özdoğan, H. K., & Çok, F. (2021). Quarter life crisis among emerging adults in turkey and its relationship with intolerance of uncertainty türkiye'deki beliren yetişkinlerde çeyrek yaşam krizi ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişkisi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11(61).
- Yovita, K., Dwi Angelica, A., & Gabrella Pardede, K. (2022). Stigma Masyarakat Terhadap Perempuan Sebagai Strata Kedua Dalam Negeri. In *Universitas Negeri Surabaya 2022* | (Vol. 401).
- Zarqan, I. A., Hendriyani, C. H., Syakarofath, N. A., & Pamungkas, P. D. (2020). The reducing duration of QLC in order to produce high quality of human resource from millennials generation: Self-concept concerns. *International Journal of Business and Management Sciences*, 1(3), 1-15. (n.d.).