

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN
SELF EFFICACY DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS*
PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS
BHAKTI HUSADA INDONESIA
TAHUN 2025**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana
Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia

Oleh:

ABILA SURYAAJI

CKR0210002



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
TAHUN 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN *SELF EFFICACY* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS*
PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS
BHAKTI HUSADA INDONESIA
TAHUN 2025**

Diajukan oleh :
ABILA SURYAAJI
CKR0210002

Kuningan, 6 Mei 2025
Telah Disetujui Oleh,

Pembimbing I



Ns. Khusnul Aini, M.Kep.Sp.Kep..J
NIK. 800305200803014

Pembimbing II



Ns. Nur Wulan, M.Kep
NUPTK. 1633772673230290

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN *SELF EFFICACY* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA TAHUN 2025

Skripsi ini telah di ujikan oleh Tim Penguji Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia Pada Bulan Mei 2025

Mengesahkan,

Penguji 1



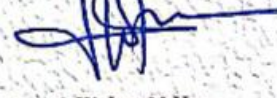
Ns. Evet Hidayat, SPd., M.Kep., Sp.Kep., J
NIP. 196709281991021001

Penguji 2



Ns. Khusnul Anni, M.Kep., Sp.Kep., J
NIK. 800305200803014

Penguji 3



Ns. Nur Wulan, M.Kep
NUPTK. 1633772673230290

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu
Kesehatan UBHI



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM
NIK. 83110220904024

Ketua Program Studi
S1 Keperawatan



Ns. Neneng Aria Ningsih, M.Kep
NIK. 811007 101010 040

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Abila Suryaaji

NIM : CKR0210002

Kelas : Reguler A

Program : S1 Keperawatan

Dengan ini saya menyatakan Skripsi dengan judul “Hubungan antara Dukungan Keluarga dan *Self Efficacy* dengan *Quarter life crisis* pada mahasiswa di Universitas Bhakti Husada Indonesia Tahun 2025” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Kuningan, 6 Mei 2025
Peneliti,



ABILA SURYA AJI
NIM. CKR0210002

LEMBAR PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan segenap rasa syukur dan secangkir kopi dingin yang menemani banyak begadang, karya ini aku persembahkan untuk:

Tuhan Yang Maha Esa, yang selalu menyediakan jalan bahkan saat aku merasa tersesat di tumpukan revisi.

Orang tuaku tercinta, investor sejati dalam pendidikan ini, yang doanya lebih ampuh daripada semua usaha keras.

Diriku sendiri, yang tetap bertahan meski kadang rasanya mau pensiun dini dari skripsi.

Dosen pembimbing dan seluruh dosen, yang sabarnya kadang lebih panjang dari halaman skripsi ini.

And a special one pemilik CKR0210050 a.k.a andien nazwa that my girlfriend, i want to say thank you so much for everything, thank you juga udah selalu support dalam setiap kondisi apapun, yang sabar menghadapi *mood swing* karena revisi, tetap ngedukung walau tiap diajak jalan jawabanku cuma, "Nanti ya, lagi ngerjain bab 5." Terima kasih sudah jadi tempat curhat, tempat ngeluh, dan tempat ngopi (kalau lagi sempat ketemu).

Sahabat seperjuangan, teman begadang dan teman drama, petualangan, *one and only rio seta my brother since childhood*.

Another one, penghuni mawar aje, dan juga balad kelompok penerbang roket, terima kasih sudah memberikan *experience* paling mewah dalam hidup, yang bikin skripsi ini terasa seperti petualangan. Tak lupa kopi, musik metal, snack tengah malam, dan Wi-Fi gratis, partner setia di kala tugas menyerang.

UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
PROGAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SKRIPSI, MEI 2025

ABILA SURYAAJI
NIM : CKR0210002

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN *SELF EFFICACY*
DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS
BHAKTI HUSADA INDONESIA TAHUN 2025

Xiii+89 halaman+11 tabel+3 bagan+ 12 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang : Bentuk krisis emosional pada individu yang berusia 18-25 tahun adalah perasaan tak berdaya, terisolasi, ragu akan kemampuan diri sendiri dan takut akan kegagalan. Onepoll dalam First Direct Bank terhadap 2.000 responden millennial di Inggris menggambarkan 56% individu berada dalam *quarter life crisis*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan *self efficacy* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa di universitas bhakti husada indonesia tahun 2025.

Metode Penelitian : Jenis penelitian yang digunakan yaitu analitik korelasional. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan tingkat 2 dan 3 di Universitas Bhakti Husada Indonesia dengan Populasi sebanyak 274. Sampel penelitian menggunakan metode *purposive random sampling* sebanyak 157 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner. Analisis data yang digunakan yaitu uji *rank spearman*.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 157 orang sebagian besar 80 (51%) memiliki dukungan keluarga cukup. dari 157 orang sebagian besar 100 (63,7%) memiliki *self efficacy* sedang dan sebagian besar 82 (52,2%) memiliki *quarter life crisis* sedang. Berdasarkan hasil uji *rank spearman* menunjukkan P value sebesar 0,000 (<0,05).

Simpulan dan Saran : Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan *self efficacy* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa di Universitas Bhakti Husada Indonesia tahun 2025, Untuk mengatasi *quarter life crisis* diharapkan mahasiswa dapat mengenali diri sendiri dan dukungan keluarga, teman, serta lainnya dan sumber terpercaya akan membantu dalam menyelesaikan masalah kekhawatirannya.

Kata Kunci : Dukungan Keluarga, *Self Efficacy*, *Quarter Life Crisis* Mahasiswa

Daftar Pustaka : 20 Jurnal (2020-2024), 9 Buku (2014-2023), 12 Skripsi (2020-2025).

BHAKTI HUSADA UNIVERSITY INDONESIA
NURSING S1 STUDY PROGRAM
THESIS, MAY 2025

ABILA SURYAAJI
NIM: CKR0210002

THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT AND SELF EFFICACY AND QUARTER LIFE CRISIS IN STUDENTS AT UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA IN 2025

xii+89 pages+11 tables+3 charts+12 appendices

ABSTRACT

Background: Forms of emotional crisis in individuals aged 18-25 years are feelings of helplessness, isolation, doubts about one's own abilities and fear of failure. First Direct Bank's Onepoll of 2,000 millennial respondents in the UK described 56% of individuals as being in a quarter life crisis. This study aims to determine the relationship between family support and self efficacy and quarter life crisis in students at Bhakti Husada University Indonesia in 2025.

Research Method: The type of research used is correlational analytics. The respondents in this study were 2nd and 3rd level nursing students at Bhakti Husada University Indonesia with a population of 274. The research sample used the purposive random sampling method as many as 157 people. The instrument used in this study is a questionnaire. The data analysis used was the spearman rank test.

Results: The results showed that out of 157 people, most 80 (51%) had adequate family support. Of the 157 people, most 100 (63.7%) had moderate self-efficacy, and most 82 (52.2%) had moderate quarter life crisis. Based on the results of the spearman rank test, it showed a P value of 0.000 (<0.05).

Conclusion and Suggestion: There is a relationship between family support and self efficacy and quarter life crisis in students at Bhakti Husada University Indonesia in 2025, To overcome the quarter life crisis, it is hoped that students can recognize themselves and the support of family, friends, and others and trusted sources will help in solving their worries.

Keywords: Family Support, Self Efficacy, Quarter Life Crisis Student

Bibliography: 20 Journals (2020-2024), 9 Books (2014-2023), 12 Theses (2020-2025).

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan memanjatkan puji dan rasa syukur ke khadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Keluarga dan *Self Efficacy* dengan *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa di Universitas Bhakti Husada Indonesia Tahun 2025”.

Adapun dalam penyusunan skripsi ini, peneliti tidak lepas dari bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Maka dalam kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih yang tidak terhingga kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO., selaku Ketua Yayasan Pendidikan Bhakti Husada Kuningan (YPBHK).
2. Dr. Abdal Rohim, S.Kp., M.H., selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia.
3. Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM, selaku Dekan Fakultas Ilmu kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
4. Ns. Neneng Aria Nengsih, M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
5. Ns. Eyet Hidayat, SPd.,M.Kep.,Sp.Kep.J, selaku Dosen Penguji
6. Ns. Khusnul Aini, M.Kep.,Sp.KepJ., selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk selalu memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.

7. Ns. Nur Wulan, S.Kep.,M.Kep selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh Staf Dosen Program Studi S1 Keperawatan yang telah mendidik, membimbing dan membekali ilmu kepada saya.
9. Kepada orangtua saya, Bapak Eman dan Ibu Anah tercinta, saya mengucapkan banyak-banyak terimakasih atas do'a yang tak pernah putus, sehingga skripsi ini selesai dengan tepat waktu.
10. Kepada CKR0210050, terimakasih telah kebersamai saya pada hari-hari yang tidak mudah selama proses pengerjaan skripsi ini
11. Kepada rekan-rekan mahasiswa/i Program Studi S1 Keperawatan angkatan 2021, yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan semangat serta dukungan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan atas jasa yang telah diberikan dan menjadikan ladang pahala bagi kita semua, Aamiin. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat banyak sekali kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi terciptanya perbaikan di masa yang akan datang.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Kuningan, 6 Mei 2025
Peneliti,

ABILA SURYAAJI
CKRO210002

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR IAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.5 Keaslian Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
2.1 <i>Quarter Life Crisis</i>	14
2.1.1 Definisi <i>Quarter Life Crisis</i>	14
2.1.2 Aspek – aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	15
2.1.3 Faktor – faktor <i>Quarter Life Crisis</i>	18
2.1.4 Fase – fase <i>Quarter Life Crisis</i>	22
2.1.5 Gejala <i>Quarter Life Crisis</i>	22
2.2 Dukungan Keluarga	24
2.2.1 Definisi Dukungan Keluarga.....	24
2.2.1 Bentuk – bentuk Dukungan Keluarga	25

2.2.3 Faktor – faktor Dukungan Keluarga	29
2.3 <i>Self Efficacy</i>	31
2.3.1 Definisi <i>Self Efficacy</i>	31
2.3.2 Aspek - aspek <i>Self Efficacy</i>	32
2.3.3 Faktor – faktor <i>Self efficacy</i>	33
2.4 Hubungan antara Dukungan Keluarga dan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Quarter Life Criris</i>	35
2.5 Kerangka Teori	36
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, DAN HIPOTESIS	37
3.1 Kerangka Konseptual.....	37
3.2 Definisi Operasional	38
3.3 Hipotesis	40
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....	41
4.1 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	41
4.2 Variabel Penelitian.....	42
4.3 Populasi dan Sampel.....	42
4.3.1 Populasi	42
4.3.2 Sampel.....	43
4.3.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	44
4.4 Instrumen Penelitian	46
4.4.1 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	49
4.5 Teknik dan Pengumpulan Data.....	50
4.5.1 Sifat dan Sumber Data	50
4.5.2 Teknik Pengumpulan Data	51
4.5.3 Diagram Alir Penelitian	53
4.6 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data	54
4.6.1 Teknik Pengolahan Data	54
4.6.2 Analisa Data	55

4.6.3 Interpretasi Data	57
4.7 Etika Penelitian	58
4.7.1 Uji Etik	58
4.8 Waktu dan Lokasi Penelitian	59
4.9 Jadwal Penelitian	59
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	60
5.1 Hasil Penelitian	60
5.1.1 Analisa Univariat	60
5.1.2 Analisa Bivariat.....	63
5.2 Pembahasan	66
5.2.1 Analisa Univariat	66
5.2.2 Analisa Bivariat.....	74
5.3 Keterbatasan Penelitian	81
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	84
6.1 Kesimpulan	84
6.2 Saran	85
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	92

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	10
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	38
Tabel 4. 1 Perhitungan Sampel Penelitian Masing-Masing kelas.....	45
Tabel 4. 2 Kisi – kisi Kuisisioner	47
Tabel 4. 3 Nilai Parameter	57
Tabel 4. 4 Interpretasi Data	58
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden.....	60
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Usia Responden.....	61
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga pada Mahasiswa di Universitas Bhakti Husada Indonesia.....	61
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi <i>Self efficacy</i> pada Mahasiswa di Universitas Bhakti Husada Indonesia.....	62
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi <i>Quarter life crisis</i> pada Mahasiswa di Universitas Bhakti Husada Indonesia.....	62
Tabel 5.6 Hubungan antara Dukungan keluarga dengan <i>Quarter life crisis</i> pada Mahasiswa di Universitas Bhakti Husada Indonesia.....	63
Tabel 5.7 Hubungan antara <i>Self efficacy</i> dengan <i>Quarter life crisis</i> pada Mahasiswa di Universitas Bhakti Husada Indonesia.....	64
Tabel 5.8 hubungan antara Dukungan keluarga dan <i>Self efficacy</i> dengan <i>quarter life crisis</i> pada Mahasiswa di Universitas Bhakti Husada Indonesia.....	65

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori	36
Bagan 3. 1 Kerangka Konseptual.....	37
Bagan 4. 1 Diagram Alir Penelitian	53

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 5. Lampiran Pembimbing 1
- Lampiran 6. Lampiran Pembimbing 2
- Lampiran 7. Kuisisioner Dukungan Keluarga
- Lampiran 8. Kuisisioner *Self efficacy*
- Lampiran 9. Kuisisioner *Quarter life crisis*
- Lampiran 10. Hasil Uji Univariat dan Bivariat
- Lampiran 11. Permohonan Responden
- Lampiran 12. Lembar Persetujuan Responden