



SKRIPSI

HUBUNGAN *QUARTER LIFE CRISIS* DENGAN RISIKO HARGA DIRI RENDAH PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan

Oleh :
Rizki Ghifari Pratama
NIM 21.1101.1091

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2025**

SKRIPSI

HUBUNGAN *QUARTER LIFE CRISIS* DENGAN RISIKO HARGA DIRI RENDAH PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan

Oleh :
Rizki Ghifari Pratama
NIM 21.1101.1091

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2025**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN *QUARTER LIFE CRISIS* DENGAN
RISIKO HARGA DIRI RENDAH PADA MAHASISWA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH JEMBER**

Rizki Ghifari Pratama
NIM 21.1101.1091

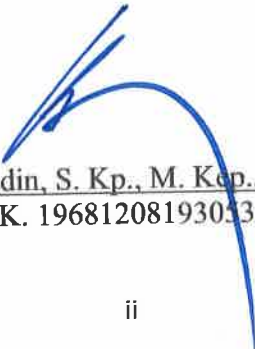
**Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk
melaksanakan penelitian**

Jember, 26 Juli 2025

Pembimbing I


Ns. Yeni Suryaningsih S. Kep., M. Kep.
NPK. 1979030111203734

Pembimbing II


Ns. Komarudin, S. Kp., M. Kep., Sp. Kep. J
NPK. 1968120819301384

LEMBAR PENGUJI SKRIPSI

Dewan penguji sidang skripsi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 26 Juli 2025

Penguji I



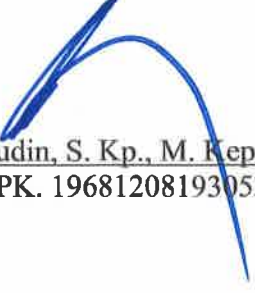
Ns. Mad Zaini, M. Kep., Sp. Kep. J.
NPK. 1987071411003751

Penguji II



Ns. Yeni Suryaningsih S. Kep., M. Kep.
NPK. 1979030111203734

Penguji III



Ns. Komarudin, S. Kp., M. Kep., Sp. Kep. J.
NPK. 1968120819305384

PENGESAHAN

HUBUNGAN *QUARTER LIFE CRISIS* DENGAN RISIKO HARGA DIRI RENDAH PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

Rizki Ghifari Pratama
NIM 21.1101.1091

Dewan Penguji Sidang Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

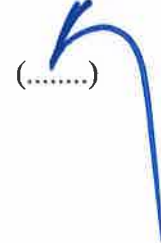
Jember, 26 Juli 2025

Penguji,

1. Penguji I : Ns. Mad Zaini, M. Kep., Sp. Kep. J.
NPK. 1987071411003751
2. Penguji II : Ns. Yeni Suryaningsih S. Kep., M. Kep.
NPK. 1979030111203734
3. Penguji III : Ns. Komarudin, S. Kp., M. Kep., Sp. Kep. J.
NPK. 1968120819305384

(.....)

(.....)

(.....)


Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Sri Wahyuni Adriani, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. Kom.
NPK. 1988030311703821

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim,

Alhamdulillah hirobbil'alamin dengan penuh syukur peneliti memanjakan rasa terimakasih atas limpahan Rahmat dan hidayah-Nya, yang senantiasa memberikan kekuatan, kesabaran, kelancaran, serta kemudahan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati, karya sederhana peneliti persembahkan kepada :

1. Kepada orang tua saya, yaitu Bapak saya Sholihin dan Ibu saya Budi Sugihati, yang senantiasa memberikan dukungan moril, materil, dan spiritual selama proses pendidikan ini. Terimakasih atas doa, kerja keras, dan pengobatan yang tak henti hentinya menjadi fondasi perjalanan hidup saya.
2. Dosen pembimbing saya yang senantiasa meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan proposal penelitian ini.
3. Kepada sahabat sekaligus orang terdekat yang selalu menemani dan membantu saat susah maupun senang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Quarter Life Crisis* Dengan Risiko Harga Diri Rendah Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Jember.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari penulis menyadari bahwa keberhasilan ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Hanafi, M. Pd. Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember
2. Ns. Sri Wahyuni Adriani, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. Kom., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
3. Ns. Siti Kholifah, S. Kep., M. Kep., selaku ketua program studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
4. Ns. Yeni Suryaningsih S. Kep., M. Kep., selaku dosen pembimbing pertama, yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan saran sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Ns. Komarudin, S. Kp., M. Kep., Sp. Kep. J., selaku dosen pembimbing kedua selalu meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Responden yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Jember, 26 Juli 2025

Penulis

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kemampuannya”

-Qs Al Baqarah : 286

“Investasi terbaik yang dapat Anda lakukan adalah pada diri Anda sendiri”

-Warren Buffet

“Penakluk terbesar adalah dia yang mengatasi musuh tanpa pukulan”

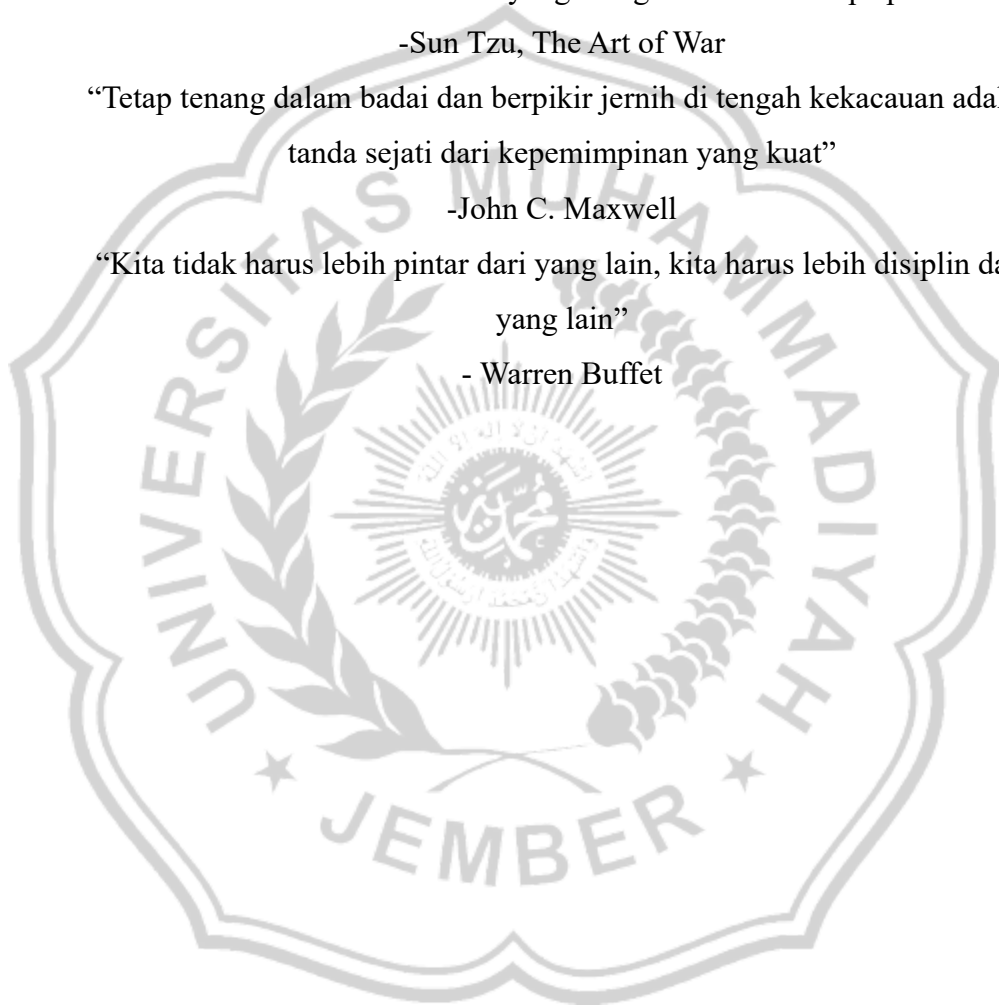
-Sun Tzu, The Art of War

“Tetap tenang dalam badai dan berpikir jernih di tengah kekacauan adalah tanda sejati dari kepemimpinan yang kuat”

-John C. Maxwell

“Kita tidak harus lebih pintar dari yang lain, kita harus lebih disiplin dari yang lain”

- Warren Buffet



PERNYATAAN ORISINALITAS



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Karimata No. 49 Jember 68121 Jawa Timur Indonesia

Kotak Pos 104 Telp. (0331) 336728 Fax 337967

Website : <http://www.unmuhjember.ac.id> email : kantorpusat@unmuhjember.ac.id



SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rizki Ghifari Pratama
NIM : 2111011091
Tempat, tanggal lahir : Tegal, 18 Juni 2003
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Alamat : Jl. Panggung Baru No. 114 RT 007/RW 006,
Kecamatan Tegal Timur, Kota Tegal
Jurusan/Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Universitas : Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah, dengan Judul di bawah ini :

Hubungan *Quarter Life Crisis* Dengan Risiko Harga Diri Rendah Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain** dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 9 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



(Rizki Ghifari Pratama)

NIM. 2111011091

DAFTAR ISI

	Hal.
PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGUJI SKRIPSI.....	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
MOTTO	ix
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Quarter Life Crisis	10
B. Konsep Risiko Harga Diri Rendah.....	17
C. Konsep Teori Keperawatan.....	20
D. Penerapan Teori Adaptasi Callista Roy	21
E. Penelitian Terkait	24
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS.....	31
A. Kerangka Konsep	31
B. Hipotesis.....	32
BAB IV METODE PENELITIAN	33
A. Desain Penelitian.....	33
B. Populasi, Sampel, Besar Sampel dan Teknik Sampling	33
C. Definisi Operasional.....	37

D. Tempat dan Waktu Penelitian	38
E. Alat Pengumpul Data	38
F. Prosedur Pengumpulan Data	38
G. Analisis Data	39
H. Etika Penelitian	43
BAB V HASIL PENELITIAN	45
BAB VI PEMBAHASAN.....	50
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil	50
B. Keterbatasan Penelitian.....	57
C. Implikasi Terhadap Pelayanan Kesehatan	58
BAB VII PENUTUP.....	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	62
LAMPIRAN	



DAFTAR BAGAN

	Hal.
2.1 Bagan 1 Konsep Teori Adaptasi Callista Roy.....	21
3.1 Bagan 2 Kerangka Konsep Keperawatan.....	31



DAFTAR TABEL

	Hal.
2.1 Tabel 1 Penelitian Terkait	30
4.1 Tabel 2 Definisi Operasional.....	37
4.2 Tabel 3 Coding Variabel Independen dan Dependen.....	40
4.3 Tabel 4 Skoring Variabel Independen dan Dependen.....	40
5.1 Tabel 5 Distribusi Frekuensi Usia	45
5.2 Tabel 6 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	46
5.3 Tabel 7 Distribusi Frekuensi Quarter Life Crisis	46
5.4 Tabel 8 Distribusi Frekuensi Risiko Harga Diri Rendah	47
5.5 Tabel 9 Hubungan Quarter Life Crisis Dengan Risiko Harga Diri	48



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Lembar Kuisioner Quarter Life Crisis
- Lampiran 4 Lembar Kuisioner Harga Diri Rendah
- Lampiran 5 Lembar Pengesahan Judul
- Lampiran 6 Surat Izin Pengantar Pendahuluan Universitas
- Lampiran 7 Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 8 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 9 Surat Persetujuan Penelitian
- Lampiran 10 Distribusi Data Quarter Life Crisis
- Lampiran 11 Distribusi Data Harga Diri Rendah
- Lampiran 12 Output SPSS
- Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 14 Dokumentasi
- Lampiran 15 Surat Izin Penelitian Telah Selesai
- Lampiran 16 Lembar Keabsahan
- Lampiran 17 Lembar Konsultasi
- Lampiran 18 Lembar Konsultasi

