

ABSTRAK

Abstrak

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PRODI STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Skripsi, Juli 2025

Rizki Ghifari Pratama

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

XIV + 118 Halaman + 2 Bagan + 9 Tabel + 17 Lampiran

Abstrak

Quarter life crisis (QLC) merupakan fase krisis perkembangan pada usia dewasa awal yang ditandai dengan kecemasan, kebingungan arah hidup, hingga tekanan sosial, yang dapat berkontribusi pada rendahnya harga diri. Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember juga tidak lepas dari fenomena ini, yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikososial dan akademik. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara QLC dengan risiko harga diri rendah pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif sebanyak 553 orang, dengan jumlah sampel 232 responden yang diperoleh melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Quarter Life Crisis Scale* dan *Rosenberg Self Esteem Scale*, kemudian dianalisis dengan uji Spearman Rank (Rho) pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas mahasiswa berada pada kategori QLC rendah (46%) dan risiko harga diri rendah kategori sedang (65%). Namun, terdapat kecenderungan bahwa semakin tinggi tingkat QLC, semakin tinggi pula risiko harga diri rendah. Uji Spearman menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($<0,05$) dengan koefisien korelasi $r = 0,523$ yang menandakan terdapat hubungan yang signifikan dengan kekuatan korelasi kuat dan arah positif antara QLC dan risiko harga diri rendah. Terdapat hubungan yang signifikan antara *quarter life crisis* dengan risiko harga diri rendah pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Hasil penelitian ini merekomendasikan penguatan peran dosen pembimbing akademik dalam memberikan pendampingan psikososial serta keterlibatan aktif orang tua melalui komunikasi dan dukungan emosional guna membantu mahasiswa menghadapi QLC dan mencegah risiko harga diri rendah.

Kata Kunci: *Quarter life Crisis*; Harga diri rendah; Mahasiswa
Daftar pustaka 36 (2019 – 2024)

ABSTRACT

Abstract

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER
UNIVERSITY OF STUDY PROGRAM OF NURSING
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Skripsi, July 2025
Rizki Ghifari Pratama

*The Relationship Between Quarter Life Crisis and Risk of Low Self-Esteem
Among Students of the Faculty of Health Sciences at Muhammadiyah University
of Jember*

XIV + 118 Pages + 2 Charts + 9 Tables + 17 Appendices

Abstract

Quarter life crisis (QLC) is a developmental crisis phase in early adulthood characterized by anxiety, confusion about life direction, and social pressures, all of which can contribute to low self-esteem. Students of the Faculty of Health Sciences at Muhammadiyah University of Jember are also not exempt from this phenomenon, which may impact their psychosocial and academic well-being. This study employed a quantitative design with a cross-sectional approach to analyze the relationship between QLC and the risk of low self-esteem among these students. The study population comprised all active students totaling 553 individuals, with a sample of 232 respondents selected using purposive sampling. Data were collected using the Quarter Life Crisis Scale and Rosenberg Self Esteem Scale questionnaires, and analyzed with the Spearman Rank (Rho) test at a significance level of $\alpha = 0.05$. The study revealed that most students were in the low QLC category (46%) and had moderate levels of low self-esteem risk (65%). There was a tendency for higher levels of QLC to be associated with higher risks of low self-esteem. The Spearman test showed $p = 0.000 (<0.05)$ with a correlation coefficient of $r = 0.523$, indicating a significant, strong, and positive relationship between QLC and the risk of low self-esteem. There is a significant relationship between quarter life crisis and the risk of low self-esteem among students of the Faculty of Health Sciences at Muhammadiyah University of Jember. The findings of this study recommend strengthening the role of academic advisors in providing psychosocial support, as well as encouraging active parental involvement through open communication and emotional support to help students cope with Quarter Life Crisis and prevent the risk of low self-esteem.

Keywords: Quarter Life Crisis; Low Self-Esteem; Students
References 36 (2019–2024).