

***ENVY* SEBAGAI MEDIATOR PADA PERAN *SOCIAL COMPARISON*
TERHADAP *QUARTERLIFE CRISIS* PADA MAHASISWA DI KOTA
MAKASSAR**



DIAJUKAN OLEH :

RINI FEBRIYANTI

4518091015

SKRIPSI

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

2022



**ENVY SEBAGAI MEDIATOR PADA PERAN *SOCIAL COMPARISON*
TERHADAP *QUARTERLIFE CRISIS* PADA MAHASISWA DI KOTA
MAKASSAR**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Sebagai
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

Oleh:

RINI FEBRIYANTI

4518091015

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

2022

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**ENVY SEBAGAI MEDIATOR PADA PERAN *SOCIAL COMPARISON*
TERHADAP *QUARTERLIFE CRISIS* PADA MAHASISWA DI KOTA
MAKASSAR**

Disusun dan diajukan oleh:

**RINI FEBRIYANTI
NIM: 4518091015**

**Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi
Pada Agustus 2022**

Menyetujui:

Pembimbing I

Pembimbing II

Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.
NIDN: 0921018302

Arie Gunawan HZ, M.Psi., Psikolog
NIDN: 0931108003

Mengetahui:

**Dekan
Fakultas Psikologi,**

**Ketua Program Studi
Fakultas Psikologi**

Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.
NIDN: 0921018302

Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si.
NIDN: 0908119001

**HALAMAN PERSETUJUAN
UJIAN SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI**

**ENVY SEBAGAI MEDIATOR PADA PERAN *SOCIAL COMPARISON*
TERHADAP *QUARTERLIFE CRISIS* PADA MAHASISWA DI KOTA
MAKASSAR**

Disusun dan diajukan oleh:

**RINI FEBRIYANTI
4518091015**

Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan
dihadapan tim Penguji Ujian Proposal Skripsi Pada
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar
Pada Maret tahun 2022

Pembimbing I

Pembimbing II

**Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph, D
NIDN: 0921018302**

**Arie Gunawan HZ, M.Psi., Psikolog
NIDN: 0931108003**

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Bosowa Makassar

**Musawwir, S.Psi., M.Pd
NIDN: 0927128501**

HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN

***ENVY SEBAGAI MEDIATOR PADA PERAN SOCIAL COMPARISON
TERHADAP QUARTERLIFE CRISIS PADA MAHASISWA DI KOTA
MAKASSAR***

Disusun dan diajukan oleh:

**RINI FEBRIYANTI
4518091015**

Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan
dihadapan tim Penguji Ujian Hasil Penelitian Pada
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar
Pada Agustus tahun 2022

Pembimbing I

Pembimbing II

Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.
NIDN: 0921018302

Arie Gunawan HZ, M.Psi., Psikolog
NIDN: 0931108003

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Bosowa Makassar

Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.
NIDN: 0921018302

**HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI
HASIL PENELITIAN**

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar untuk dilaksanakan seminar ujian Hasil Penelitian sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi program strata 1 (S1) terhadap atas nama:

Nama : Rini Febriyanti
NIM : 4518091015
Program Studi : Psikologi
Judul : *Envy* Sebagai Mediator Pada Peran *Social Comparison* Terhadap *Quarterlife Crisis* Pada Mahasiswa Di Kota Makassar.

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph, D (.....)
2. Arie Gunawan HZ, M.Psi., Psikolog (.....)
3. Sri Hayati, S.Psi., M.Psi., Psikolog (.....)
4. A. Muh. Aditya., S.Psi., M.Psi., Psikolog (.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Bosowa Makassar

Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph, D.
NIDN: 0921018302

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “*Envy* Sebagai Mediator Pada Peran *Social Comparison* Terhadap *Quarterlife Crisis* Pada Mahasiswa Di Kota Makassar” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya dari peneliti sendiri, bukan hasil plagiat. Peneliti siap menanggung resiko/sanksi apabila ternyata adanya perbuatan tercela yang melanggar etika keilmuan dalam karya yang telah peneliti buat, termasuk adanya klaim dari pihak keaslian penelitian ini.

Makassar, 13 Agustus 2022
Peneliti

Rini Febriyanti

PERSEMBAHAN

Puji syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan kesehatan yang diberikan kepada saya sehingga dapat menyelesaikan perkuliahan dengan baik.

Karya sederhana ini saya persembahkan untuk :

Diri saya sendiri yang telah berjuang menghadapi segala kesulitan selama perkuliahan.

Orang tua saya yang sangat saya cintai dan sayangi.

Satu-satunya saudari perempuan saya yang sangat saya cintai dan sayangi.

Kedua pembimbing saya yang saya hormati dan sayangi.

Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar.

Dan Teman-Teman Seperjuangan Psynthing Angkatan 2018.

MOTTO

“Do Good and Good Will Come To You”
(Rini Febriyanti)

“Always Be Thankful Everything I Have”
(Rini Febriyanti)

ROSOOWA
“Boleh jadi kamu membenci sesuatu hal padahal ia amat baik bagimu dan boleh jadi pula kamu menyukai sesuatu padahal ia amat buruk bagimu. Allah mengetahui sedang kamu tidak mengetahui”
(QS. Al-Baqarah : 216)

“Lelah, sulit dan sakitmu sekarang akan engkau tertawai balik dimasa mendatang. Jadi tetep semangat”
(Mufik Pakbal)

ABSTRAK

ENVY SEBAGAI MEDIATOR PADA PERAN *SOCIAL COMPARISON* TERHADAP *QUARTERLIFE CRISIS* PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR

Rini Febriyanti

4518091015

Fakultas Psikologi Universitas Bosowa

rinifebriyantt@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan *envy* memediasi *social comparison* terhadap *quarterlife crisis*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 528 subjek. Pengumpulan data dilakukan menggunakan alat ukur *Quarterlife Crisis* diadaptasi oleh Fadillah (2021) untuk mengukur *Quarterlife Crisis*, *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure* (Gibbons & Buunk, dalam Buunk, dkk, 2020) untuk mengukur perilaku membandingkan diri dengan orang lain dan Alat ukur *Envy* yang dikonstruksi oleh peneliti untuk mengukur *Envy*. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah *Path Analysis* dengan bantuan program *Proces By Hayes* pada aplikasi SPSS 22.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dari *Social Comparison* terhadap *Envy* ($B=0.711$, $p<0.05$), terdapat pengaruh positif dari *Envy* terhadap *Quarterlife Crisis* ($B=1.732$, $p<0.05$), terdapat pengaruh positif dari *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis* ($B=1.571$, $p<0.05$) dan *Envy* mampu memediasi peran *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis* (LLCI=1.005, ULCI=1.469).

Kata kunci : *Quarterlife Crisis, Social Comparison, Envy.*

ABSTRACT

ENVY AS A MEDIATOR IN THE ROLE OF SOCIAL COMPARISON IN QUARTERLIFE CRISIS AMONG STUDENTS IN MAKASSAR

Rini Febriyanti

4518091015

Faculty of Psychology, University of Bosowa Makassar

rinifebriyantt@gmail.com

The present study was aimed to determine the ability of envy in mediating social comparison with quarterlife crisis. The number of sample in the present study was 528 subjects. The data collection used Quarterlife Crisis adapted by Fadillah (2021) to measure Quarterlife Crisis, Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (Gibbons & Buunk, in Buunk, et al., 2020) to measure self-comparison with others and an Envy measurement constructed by the author to measure Envy. The data analysis technique in the present study was Path Analysis using Procees By Hayes on SPSS 22.0. The research result showed that Social Comparison had a positive effect on Envy($B=0.711$, $p<0.05$), Envy had a positive effect on Quarterlife Crisis ($B=1.732$, $p<0.05$), Social Comparison had a positive effect on Quarterlife Crisis ($B=1.571$, $p<0.05$) and Envy was able to mediate the role of Social Comparison in Quarterlife Crisis ($LLCI=1.005$, $ULCI=1.469$).

Keywords : Quarterlife Crisis, Social Comparison, Envy.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT karena berkat, rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “*Envy Sebagai Mediator Pada Peran Social Comparison Terhadap Quarterlife Crisis Pada Mahasiswa Di Kota Makassar*”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana psikologi di Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar. Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik atas kerja keras peneliti dan juga tidak lepas dari bantuan orang-orang di sekitar peneliti. Maka dari itu, pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah SWT yang senantiasa memberi kekuatan dan kesehatan selama proses pengerjaan skripsi.
2. Kedua Orangtua peneliti yang selalu memberikan dukungan berupa materi maupun spiritual serta pengorbanannya yang tak terhingga dari awal perkuliahan peneliti sampai sampai selesainya skripsi peneliti.
3. Satu-satunya saudari peneliti yang tak pernah berhenti memberikan dukungan terbaiknya dan selalu mengkhawatirkan peneliti.
4. Kepada Dosen pembimbing akademik peneliti, Bapak Musawwir, S.Psi., M.Pd yang membimbing peneliti dari awal perkuliahan sampai penyusunan skripsi sehingga peneliti menyelesaikan setiap mata kuliah sesuai dengan waktunya.

5. Kepada Ibu Patmawaty Taibe, S.Psi., MA., M.Sc., P.hD selaku pembimbing satu peneliti yang memberikan banyak *insight* tentang proses-proses dalam penelitian.
6. Kepada Bapak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing kedua peneliti yang juga memberikan banyak *insight* akademis serta pembelajaran hidup yang bermakna.
7. Kepada Ibu Minarni, S.Psi., M.A selaku penguji satu peneliti yang telah memberikan saran dan masukan sehingga skripsi peneliti lebih baik dari sebelumnya.
8. Kepada Bapak Andi Muh. Aditya, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku penguji dua peneliti yang juga memberikan saran yang bermanfaat untuk skripsi peneliti.
9. Kepada Ibu Sri Hayati, S.Psi., M.Psi., Psikolog juga selaku dosen penguji satu peneliti sekaligus Wakil Dekan Fakultas Psikologi yang memberikan banyak saran dan pengetahuan juga memberikan solusi untuk setiap permasalahan teknis peneliti selama peneliti berada di Fakultas Psikologi Universitas Bosowa.
10. Kepada Ibu Hasniar AR, S.Psi., M.Si yang saat ini tengah melanjutkan studi Ph.D di Jepang yang senantiasa membimbing peneliti meskipun dari kejauhan dari awal penyusunan proposal, analisis data dan interpretasi hasil analisis.
11. Kepada seluruh dosen Fakultas Psikologi Ibu Flo, Kak Aul, Ibu Syawaliyah, Kak Hikmah, Kak Fitrah, Pak Termidzi, Pak Budi, Ibu Ami, yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama peneliti berada di Fakultas Psikologi Unibos.

12. Kepada staf tata usaha Fakultas Psikologi yang telah memperlancar pengurusan administrasi peneliti.
13. Kepada biro skripsi Fakultas Psikologi yang senantiasa mengkoordinir progres pengerjaan skripsi peneliti sehingga skripsi ini dapat diselesaikan sesuai dengan waktunya.
14. Kepada Meili Sintia, S.Psi, sahabat baik peneliti sekaligus teman seperjuangan peneliti dari zaman-zaman Maba hingga penyelesaian skripsi. Banyak hal yang telah dilewati selama 4 tahun yang membuat kita lekat dan bersahabat. Banyak ketawanya, banyak kekonyolannya, banyak mengeluhnya, banyak sedihnya dan banyak capeknya. Tapi ternyata semua terlewati, sukseski selalu Mei.
15. Kepada Frida, Inra, Ai, Dinda, Acha, Nadia, Adel, Lely, Ode, Ika, Ragil, Mufik, Lauren, Ari dan masih banyak lagi, teman-teman seperbimbingan, seperjuangan skripsi, teman bimbingan setiap malam yang amat sangat mendukung peneliti, memberikan lingkungan yang positif untuk peneliti hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
16. Kepada teman-teman seperjuangan di Fakultas Psikologi (*Psynthing*) Angkatan 2018.
17. Kepada teman-teman KKN-KWU Posko 2 TABSEL Kabupaten Pangkep yang selalu mendukung dan memfasilitasi peneliti untuk menyelesaikan skripsi saat proses KKN berlangsung dan tidak marah-marah saat peneliti meninggalkan lokasi KKN selama 2 minggu untuk pengurusan pendaftaran ujian hasil. Heavenki.

18. Kepada orang-orang baik yang turut serta membantu mengisi dan menyebarkan skala penelitian peneliti sehingga terkumpul responden penelitian yang sesuai dengan sampel dalam penelitian ini.

19. *Last but not least, I wanna thank me for believing in me, for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, for just being me at all times.*

Makassar, 13 Agustus 2022

Penulis

Rini Febriyanti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN PROPOSAL	iv
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN HASIL PENELITIAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI HASIL PENELITIAN	vi
PERNYATAAN	vii
PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
ABSTRAK	x
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian	11
1.4 Manfaat Penelitian	11
1.4.1 Manfaat Teoritis	11
1.4.2 Manfaat Praktis	12
BAB II TINJAUAN TEORITIS	14
2.1 <i>Quarterlife crisis</i>	14
2.1.1 Definisi <i>Quarterlife Crisis</i>	14
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Quarterlife Crisis</i>	15
2.1.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Quarterlife Crisis</i>	26
2.1.4 Dampak <i>Quarterlife Crisis</i>	33
2.1.5 Alat Ukur <i>Quarterlife Crisis</i>	38
2.2 <i>Social Comparison</i>	41
2.2.1 Definisi <i>Social Comparison</i>	41
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Social Comparison</i>	44

2.2.3	Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Social Comparison</i>	45
2.2.4	Dampak dari <i>Social Comparison</i>	48
2.2.5	Alat Ukur <i>Social Comparison</i>	50
2.3	<i>Envy</i>	52
2.3.1	Definisi <i>Envy</i>	52
2.3.2	Aspek-Aspek <i>Envy</i>	54
2.3.3	Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Envy</i>	55
2.3.4	Dampak dari <i>Envy</i>	57
2.3.5	Alat Ukur <i>Envy</i>	59
2.4	Mahasiswa	61
2.4.1	Definisi Mahasiswa	61
2.4.2	Mahasiswa dalam Tinjauan Psikologi	62
2.5	<i>Envy</i> Sebagai Mediator pada Peran <i>Social Comparison</i> Terhadap <i>Quarterlife Crisis</i> Pada Mahasiswa Di Kota Makassar	63
2.6	Hipotesis Penelitian	66
BAB III	METODE PENELITIAN	67
3.1	Pendekatan Penelitian	67
3.2	Variabel Penelitian	67
3.3	Definisi Variabel	68
3.4	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	70
3.5	Teknik Pengumpulan Data	72
3.6	Uji Instrumen.....	75
3.7	Teknik Analisis Data	87
3.8	Jadwal Penelitian	92
BAB IV	HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....	93
4.1	Hasil Analisis.....	93
4.1.1	Hasil Analisis Deskriptif Berdasarkan Tingkat Skor	93
4.1.2	Hasil Analisis Deskriptif Berdasarkan Demografi	97
4.1.3	Hasil Analisis Uji Hipotesis	99
4.2	Pembahasan	102
4.2.1	<i>Envy</i> Sebagai Mediator Pada Peran <i>Social Comparison</i> Terhadap <i>Quarterlife Crisis</i> Pada Mahasiswa Dikota Makassar	102
4.2.2	Limitasi Penelitian.....	106
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	108
5. 1	Kesimpulan.....	108

5.2 Saran.....	109
DAFTAR PUSTAKA.....	111
LAMPIRAN.....	119



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Deskriptif Demografi Responden	70
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala QLC	72
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala <i>Social Comparison</i> Sebelum Uji Coba.....	74
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Skala <i>Envy</i> Sebelum Uji Coba.....	74
Tabel 3.5 <i>Blue Print</i> Skala <i>Social Comparison</i> Setelah dilakukan Uji CFA	82
Tabel 3.6 <i>Blue Print</i> Skala <i>Envy</i> Setelah dilakukan Uji CFA	86
Tabel 3.7 Reliabilitas Skala Penelitian.....	86
Tabel 3.8 Hasil Uji Normalitas	87
Tabel 3.9 Hasil Uji Linearitas	88
Tabel 3.10 Hasil Uji Multikolinearitas.....	89
Tabel 3.11 Jadwal Penelitian	92
Tabel 4.1 Kategorisasi Skor	93
Tabel 4.2 Distribusi Skor <i>Quarterlife Crisis</i>	94
Tabel 4.3 Kategorisasi Penormaan <i>Quarterlife Crisis</i>	94
Tabel 4.4 Distribusi Skor <i>Social Comparison</i>	95
Tabel 4.5 Kategorisasi Penormaan <i>Social Comparison</i>	95
Tabel 4.6 Distribusi Skor <i>Envy</i>	96
Tabel 4.7 Kategorisasi Penormaan <i>Envy</i>	96
Tabel 4.8 Deskriptif <i>Quarterlife Crisis</i> Berdasarkan Demografi.....	97
Tabel 4.9 Deskriptif <i>Social Comparison</i> Berdasarkan Demografi	98
Tabel 4.10 Deskriptif <i>Envy</i> Berdasarkan Demografi	99
Tabel 4.11 Pengaruh Langsung dan Tidak langsung	101

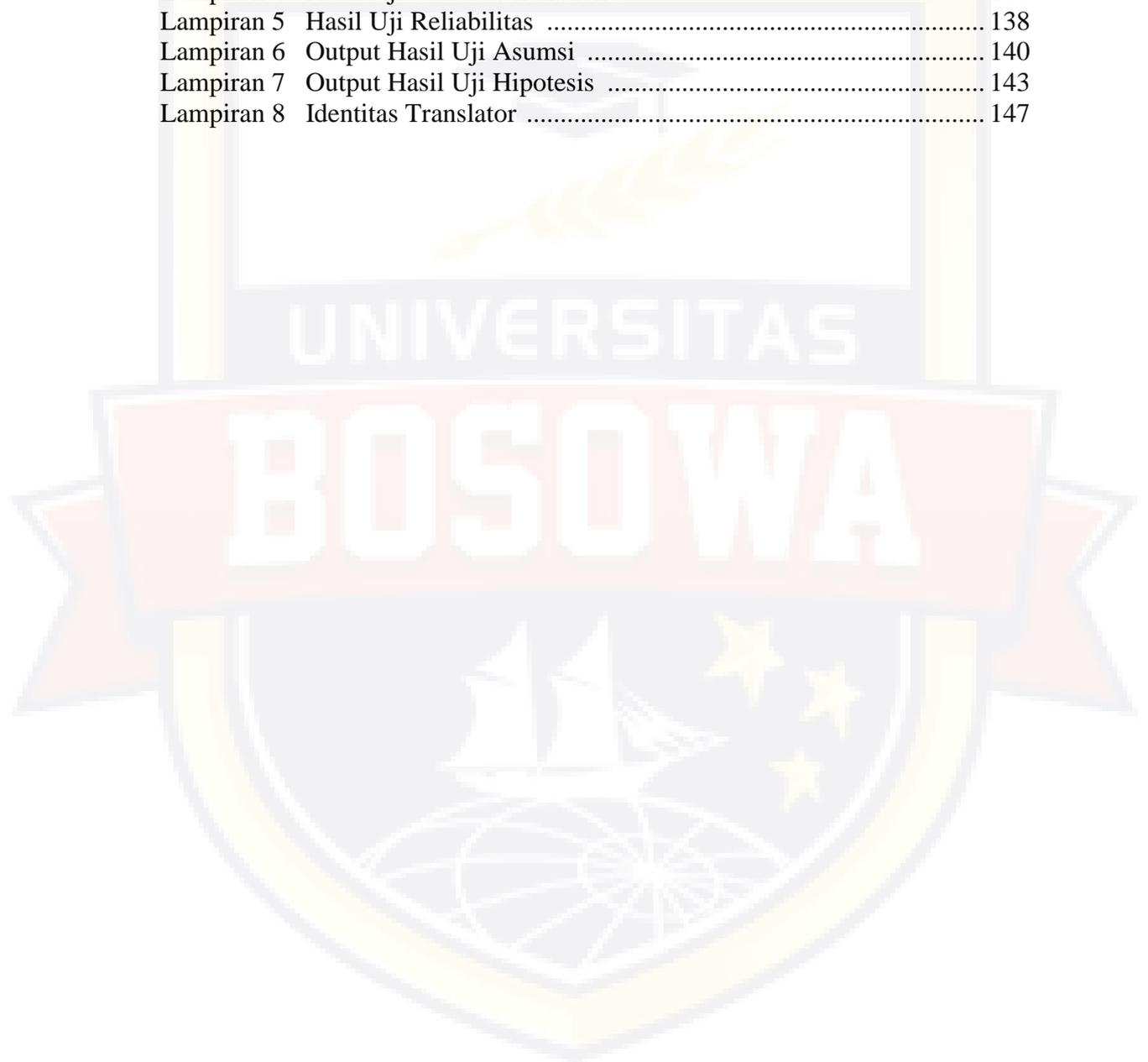
DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Hasil Uji Heteroskedastisitas	90
Gambar 4.2 Model 4 Hayes	100
Gambar 4.3 Diagram Hasil Uji Hipotesis	100



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Skala Penelitian	120
Lampiran 2	Tabulasi Data	125
Lampiran 3	Hasil Uji Validitas isi	130
Lampiran 4	Hasil Uji Validitas konstruk	133
Lampiran 5	Hasil Uji Reliabilitas	138
Lampiran 6	Output Hasil Uji Asumsi	140
Lampiran 7	Output Hasil Uji Hipotesis	143
Lampiran 8	Identitas Translator	147



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Quarterlife crisis adalah krisis yang terjadi pada masa transisi akademis ke dunia nyata atau dengan kata lain krisis yang terjadi pada usia 20 hingga 30 tahun saat seorang berada pada masa transisi remaja menuju pada masa dewasa awal (Robbins & Wilner, 2001). Fase usia dewasa awal mengalami perubahan pada aspek fisik, intelektual dan sosial sehingga fase ini merupakan fase yang rentan terjadi krisis kehidupan (Santrock, 2012). Fase dewasa awal juga ditandai dengan individu mulai bekerja atau melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi seperti halnya dengan mahasiswa (Papalia & Feldman, 2014).

Mahasiswa merupakan tingkat tertinggi dari seluruh struktur pendidikan sehingga mahasiswa seyogianya memiliki ilmu yang memadai untuk diterapkan dalam kehidupan. Mahasiswa mengalami *quarterlife crisis* ketika ia merasa dilema untuk menentukan pilihan karir, relasi, pola hidup serta keuangannya (Robbins & Wilner, 2001). Fase *quarterlife crisis* ini merupakan fase yang tidak menyenangkan karena memicu stres, kecemasan dan perasaan ragu (Robbins & Wilner, 2001).

Quarterlife crisis terdiri atas tujuh aspek, yakni kebimbangan dalam pengambilan keputusan, putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi sulit, cemas, tertekan dan khawatir terhadap relasi interpersonal (Robbins & Wilner, 2001). Kebimbangan dalam pengambilan keputusan

mengacu pada kesulitan individu dalam mengambil keputusan dan mempertanyakan kembali keputusannya. Putus asa mengacu pada perasaan sia-sia dan gagal atas apa yang dilakukan.

Penilaian diri yang negatif berkenaan dengan evaluasi diri yang berlebihan dan merasa tidak puas dengan kehidupan. Terjebak dalam situasi sulit berkaitan dengan berada dalam situasi sulit dan kesulitan menentukan tujuan. Cemas mengacu pada memiliki ketakutan untuk gagal dan khawatir yang berlebihan. Tertekan berkenaan dengan kesadaran bahwa tekanan hidup semakin berat. Serta khawatir terhadap relasi interpersonal berkenaan dengan kekhawatiran terhadap hubungan dengan teman, keluarga dan pasangan.

Mahasiswa sebagai individu yang memasuki usia dewasa awal mengalami perubahan dalam aspek intelektual dan identitas diri sebagai hasil dari interaksi sosial (Kail & Cavanaugh, 2015). Pada tahap perkembangan dewasa awal, individu seyogianya memiliki kemampuan pemecahan masalah yang baik karena dewasa awal ditandai dengan perkembangan *postformal*. Perkembangan *postformal* ini dicirikan dengan kemampuan berpikir yang realistis dan mampu memikirkan solusi serta kebenaran yang bervariasi tergantung pada kondisi (Santrock, 2012).

Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang berada pada masa dewasa awal seharusnya memiliki pemahaman tentang kondisi krisis yang sedang dialami merupakan suatu hal yang harus dipecahkan dan dilewati. Dewasa awal ditandai pula dengan kemampuan manajerial emosi yang baik sehingga respon yang diberikan akan tepat terhadap suatu pilihan ataupun tantangan

(Santrock, 2012). Dewasa awal juga ditandai dengan kemampuan pengambilan keputusan, menyelidiki ataupun menjelajahi karirnya serta mengetahui arah masa depannya (Nelson & Barry, 2005).

Mahasiswa sebagai individu yang berada pada usia dewasa awal juga seharusnya memiliki kemampuan intelektual yang telah memadai karena pada usia dewasa awal, individu telah mencapai tahap kemampuan intelektual kelima, yakni tahap operasi dialektis. Tahap ini menjelaskan bahwa individu akan menghadapi masalah dengan bijak dan mampu menemukan solusi dari permasalahan yang sedang dihadapinya (Riegel, 1976)

Namun, paparan di atas berbeda dengan kenyataan yang terjadi di lapangan. Ketidaksesuaian antara paparan di atas dengan kejadian di lapangan terlihat pada hasil penelitian deskriptif dan wawancara yang telah dilakukan. Hasil penelitian deskriptif menunjukkan bahwa terdapat 86% dari 115 mahasiswa yang mengalami *quarterlife crisis* di Universitas Katolik Musi Charitas (Riyanto & Arini, 2021). *Quarterlife crisis* pada tingkat sedang juga banyak dijumpai pada dewasa awal di Pekanbaru, yakni berkisar 43,22% dan juga terdapat individu yang berada dalam *quarterlife crisis* tingkat tinggi yang mencapai 27,9% (Herawati & Hidayat, 2020). Kondisi *quarterlife crisis* pada mahasiswa juga dijumpai pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Nicole dan Carolyn (2011).

Mahasiswa yang berada pada fase dewasa awal lebih rentan mengalami *quarterlife crisis* karena dihadapkan pada banyaknya tuntutan, termasuk tuntutan orang tua tentang langkah yang akan diambil untuk menuju masa

depan (Arnet, 2004). Individu yang berpendidikan tinggi memiliki banyak pilihan, sehingga sering kali sulit menentukan pilihannya. Pilihan yang berlebihan dapat berdampak pada terjadinya *quarterlife crisis* pada individu (Launspach, et. al., 2016). Berhadapan dengan pilihan yang sulit menyebabkan individu mengalami tekanan psikologis, perasaan ragu dan bahkan mengalami krisis pribadi (Lestegas, 2003; Robbins & Wilner 2001).

Wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti pada 30 orang mahasiswa di Kota Makassar menunjukkan hasil bahwa 27 dari 30 responden seringkali mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan. Hal ini dikarenakan responden merasa takut salah, tidak percaya diri, takut menyesal dan merasa rendah diri karena melihat pencapaian orang lain. Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa 20 dari 30 responden kerap kali melakukan sesuatu tidak sesuai dengan keinginan sendiri melainkan berdasar pada keinginan orang tua, merasa tidak memiliki kemampuan layaknya orang lain yang memiliki minat dan bakat, tidak memiliki pengalaman dan merasa menjadi beban orang tua. Hal ini menyebabkan responden merasa putus asa dengan kehidupannya pada usia dewasa awal.

Selain itu, hasil wawancara juga menunjukkan bahwa 21 dari 30 responden seringkali membandingkan diri dengan teman sebayanya, memberikan penilaian diri, selalu merasa kurang karena memiliki banyak keinginan serta merasa iri dengan orang lain. Hal ini mengindikasikan bahwa individu tersebut memberikan penilaian yang negatif terhadap dirinya. 28 dari 30 responden juga merasa gagal dalam menggapai cita-cita, merasa kesulitan

untuk menentukan pilihan karir, kesulitan karena tuntutan orang tua yang harus dipenuhi keinginannya, kesulitan karena tuntutan untuk mandiri serta menanggung sendiri konsekuensi dari keputusan dan tindakan yang dilakukan. Hal ini menunjukkan bahwa responden sedang terjebak dalam situasi sulit.

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa 25 dari 30 responden merasa tidak percaya diri, takut mengecewakan orang tua, takut masa depan yang suram, takut gagal serta takut tidak memiliki pekerjaan. Hal ini menunjukkan bahwa responden memiliki kecemasan akan masa depannya. Terdapat 23 dari 30 responden yang juga merasa berat menjalani semester akhir perkuliahan, tuntutan tugas yang semakin banyak, merasa takut dan terbebani melihat temannya sulit mencari pekerjaan setelah lulus dari bangku perkuliahan. Responden juga merasa tertekan dan terbebani atas permasalahan yang semakin bertambah banyak. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa sedang tertekan pada masa dewasa awal.

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa 23 dari 30 responden memiliki ketakutan terbesar akan pertikaian dan konflik yang bisa saja terjadi pada hubungannya dengan orang-orang terdekatnya, merasa bahwa lingkup pertemanannya semakin mengecil sehingga takut tidak memiliki seseorang yang menerimanya, takut menyakiti orang lain, takut akan perpisahan dan takut tidak berjudoh dengan orang yang sedang bersamanya saat ini. Hal ini menunjukkan bahwa responden merasa khawatir dengan relasi interpersonalnya. Uraian wawancara memunculkan gejala bahwa responden

mengalami kebimbangan dalam pengambilan keputusan, merasa putus asa, memiliki penilaian negatif terhadap dirinya, merasa terjebak dalam situasi sulit, merasa cemas, tertekan dan memiliki kekhawatiran terhadap relasi interpersonalnya.

Penjabaran hasil penelitian deskriptif dan hasil wawancara menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa dewasa awal mengalami *quarterlife crisis*. Padahal usia dewasa awal merupakan fase dimana individu akan mengalami puncak intelektual tertinggi sehingga individu dapat memberdayakan diri dan potensinya. Sehingga kondisi *quarterlife crisis* ini tidak bisa diabaikan. Krisis pribadi atau disebut dengan *quarterlife crisis* ini menyebabkan mahasiswa menjadi cemas, bimbang, gelisah dan frustrasi tentang kelanjutan masa depannya (Black, 2010). *Quarterlife crisis* memberikan efek negatif terhadap individu. *Quarterlife crisis* menjadi kondisi yang sangat melelahkan bagi individu karena banyaknya tuntutan-tuntutan pada masa tersebut. Kelelahan untuk memenuhi tuntutan tersebut memicu psikopatologi pada individu seperti penggunaan dan penyalahgunaan zat terlarang, perilaku antisosial bahkan depresi (Schulenberg, & Zarrett, 2006).

Quarterlife crisis juga berdampak pada stres, cemas dan perasaan ragu (Robbins & Wilner, 2001). *Quarterlife crisis* sebagai suatu krisis yang disebabkan karena adanya beban terkait dengan kehidupan di masa mendatang seperti pemilihan karir, kehidupan sosial dan relasi yang terjalin pada usia dewasa awal. Hal ini menyebabkan individu mempertanyakan segala sesuatu yang ada dalam dirinya. Seperti mempertanyakan mimpi dan

harapannya, tantangan akademis, spiritual, kehidupan pekerjaan dan karir, relasi romantis, relasi dengan teman serta keluarga (Nash & Murray, 2010).

Quarterlife crisis yang terjadi pada masa dewasa awal menjadi sulit untuk dikendalikan oleh individu, karena pada masa ini merupakan masa terjadinya perubahan pada aspek fisik, intelektual dan sosial (Santrock, 2012). Faktor yang menyebabkan individu mengalami *quarterlife crisis* adalah faktor internal (Arnet, dalam Santrock, 2012) dan eksternal (Nash & Murray, 2010). Kedua faktor tersebut menyebabkan terjadinya perubahan tanggung jawab pada individu dari masa perkembangan remaja menuju dewasa awal. Kurangnya dukungan sosial (Rahmania & Tasaufi, 2020; Duara, et al., 2021), religiusitas (Habibie, dkk., 2019), tantangan akademik (Nash & Murray, 2010) menyebabkan individu kerap kali mengalami *quarterlife crisis*.

Namun jika ditinjau dari kejadian yang ditemukan di lapangan dan berdasarkan hasil penelitian deskriptif dan wawancara menunjukkan bahwa individu seringkali melakukan perbandingan diri. Penelitian yang dilakukan oleh Syifa'ussurur, dkk (2021) menuai hasil bahwa strategi utama untuk mengatasi kondisi *quarterlife crisis* adalah dengan berhenti membandingkan diri dengan orang lain. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Rahmania (2020) menyatakan bahwa dengan meningkatkan spiritualitas seperti kebersyukuran dan tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain dapat mengatasi *quarterlife crisis* secara perlahan.

Aspek putus asa dan penilaian diri yang negatif pada *quarterlife crisis* merupakan hasil dari perilaku individu yang membandingkan dirinya sendiri

dengan individu lain seusianya. Perbandingan diri ini akan mengakibatkan individu membentuk gambaran yang negatif terhadap dirinya sendiri dan akan merasa putus asa sehingga terjadilah *quarterlife crisis* pada individu (Robbins dan Wilner, 2001). Perilaku membandingkan diri dengan orang lain disebut dengan *social comparison*. Sehingga pengurangan perilaku *social comparison* dapat menjadi alternatif untuk mengatasi *quarterlife crisis*.

Social comparison adalah suatu proses dimana individu melakukan penilaian dengan mengevaluasi dan mencari informasi terkait diri sendiri dan menjadikan orang lain sebagai standar penilaian diri (Festinger, 1954). Perilaku membandingkan diri (*social comparison*) seringkali tidak diakui oleh individu karena perilaku ini terjadi secara otomatis sehingga individu tersebut tidak menyadarinya (Brickman & Bulman, 1977).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, ditemukan bahwa individu seringkali merasa putus asa dikarenakan merasa bahwa orang lain memiliki kemampuan, minat dan bakat sedangkan dirinya sendiri tidak. Hal ini merupakan salah satu indikasi dari *social comparison*. Responden juga melaporkan bahwa orang lain jauh lebih baik sehingga ia merasa bahwa dirinya lebih buruk dari orang lain. Hal ini juga merupakan indikasi seseorang mengalami *social comparison*.

Perilaku *social comparison* yang dilakukan oleh individu dapat berbentuk *downward comparison* (perbandingan ke bawah) dan *upward comparison* (perbandingan ke atas). *Downward comparison* (perbandingan ke bawah) adalah perilaku *social comparison* dengan orang yang lebih buruk dari

dirinya. Sedangkan, *upward comparison* (perbandingan ke atas) adalah perilaku *social comparison* yang dilakukan oleh individu terhadap orang yang lebih baik dari dirinya (Wood, 1989). *Upward comparison* memberikan dua kemungkinan pada individu yang melakukannya, yakni dapat menjadi sebuah motivasi untuk membuat perubahan yang lebih baik, serta dapat pula menjadi ancaman bagi individu tersebut (Wood, 1989). *Upward comparison* dapat mengakibatkan individu mengalami *envy* (Buunk, et al., 1990).

Envy dalam bahasa Indonesia diartikan sebagai iri hati. *Envy* adalah suatu bentuk emosional yang tidak menyenangkan dan menyakitkan ditandai dengan inferioritas atau perasaan rendah diri, menimbulkan permusuhan dan kebencian (Kim & Smith, dalam Thompson, et. al., 2015). *Envy* juga diartikan sebagai suatu perasaan tidak senang terhadap keunggulan ataupun keberhasilan orang lain, kebahagiaan, reputasi, kesuksesan atau hal-hal yang diinginkannya namun dimiliki oleh orang lain (Schoeck, 1969).

Envy kerap kali memberikan dampak yang tidak menyenangkan berupa perasaan rendah diri yang berujung pada pembentukan hasil evaluasi diri yang negatif (Faturachman, 2005). Evaluasi diri yang negatif menyebabkan individu mengalami *quarterlife crisis* (Robbins dan Wilner, 2001). Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa responden mengalami penilaian diri yang negatif karena seringkali membandingkan diri sendiri dan merasa iri terhadap pencapaian orang lain.

Selain itu, *envy* ditemukan berkorelasi dengan kecemasan (Parks, et al., 2002; Gold, 1996). *Envy* cenderung terjadi pada pekerjaan, pendidikan,

kehidupan sosial dan relasi romantis (Aderka, et. al., 2012). *Envy* menyebabkan individu memiliki kecenderungan untuk menjatuhkan orang lain dikarenakan merasa tertekan atas apa yang dimiliki oleh orang lain (Wu & Srite, 2021). Tekanan psikologis yang ditimbulkan oleh *envy* seperti evaluasi diri yang negatif, kecemasan, tertekan dan merambah pada relasi sosial dan romantis merupakan indikator terjadinya *quarterlife crisis*.

Berdasarkan dari paparan di atas, peneliti berasumsi bahwa *social comparison* dan *quarterlife crisis* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kondisi psikologis mahasiswa. Selain itu, peneliti juga melihat *envy* (iri hati) dapat menjadi variabel mediator pada peran *social comparison* terhadap *quarterlife crisis*. Dikarenakan fenomena penelitian tersebut ditemukan pada mahasiswa di Kota Makassar, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “*Envy* Sebagai Mediator Pada Peran *Social Comparison* Terhadap *Quarterlife Crisis* Pada Mahasiswa Di Kota Makassar.”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat pengaruh positif pada *Social Comparison* terhadap *Envy*?
2. Apakah terdapat pengaruh positif pada *Envy* terhadap *Quarterlife Crisis*?
3. Apakah terdapat pengaruh positif pada *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis*?

4. Apakah *Envy* dapat menjadi mediator pada peran *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis*?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh positif pada *social comparison* terhadap *envy*.
2. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh positif pada *envy* terhadap *quarterlife crisis*.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh positif pada *social comparison* terhadap *quarterlife crisis*.
4. Untuk mengetahui kemampuan *envy* memediasi *social comparison* terhadap *quarterlife crisis*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Menambah pengetahuan khususnya dalam bidang kajian psikologi perkembangan dan psikologi sosial terkait dengan *envy* sebagai mediator pada peran *social comparison* terhadap *quarterlife crisis* pada mahasiswa.
2. Dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya terkait dengan pentingnya variabel *envy* untuk diperhatikan sebagai dampak dari *social comparison* yang menyebabkan terjadinya *quarterlife crisis* pada mahasiswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa, diharapkan penelitian ini dapat menjadi temuan yang bermanfaat untuk mahasiswa sebagai individu yang rentan mengalami kondisi *quarterlife crisis* agar lebih mengontrol perilaku *social comparison*, guna mencegah terjadinya *envy* yang berdampak pada *quarterlife crisis*.
2. Bagi masyarakat, diharapkan penelitian ini dapat menjadi temuan yang bermanfaat terkait pentingnya kondisi *quarterlife crisis* untuk menjadi perhatian beserta dengan faktor - faktor yang menimbulkannya, sehingga individu dapat mengoptimalkan dirinya pada masa dewasa awal.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan agar dapat menjadi acuan ataupun pertimbangan jika melakukan penelitian serupa.

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 *Quarterlife crisis*

2.1.1 Definisi *Quarterlife Crisis*

Teori *quarterlife crisis* yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori *quarterlife crisis* yang dikemukakan oleh Robbins dan Wilner (2001). Konsep yang dikemukakan oleh Robbins dan Wilner (2001) merupakan cikal bakal teori *quarterlife crisis*. Konsep *quarterlife crisis* yang diperkenalkan oleh Robbins dan Wilner (2001) menjelaskan secara kompleks terkait dengan indikator yang menunjukkan terjadinya *quarterlife crisis* serta sesuai dengan fenomena dalam penelitian ini. Sedangkan konsep teoritis lainnya seperti yang dikemukakan oleh (Attwood & Schultz, 2008) tidak sesuai dengan fenomena dimana teori tersebut tidak menjabarkan penilaian diri yang negatif serta terjebak dalam situasi sulit dan fenomena menunjukkan adanya unsur penilaian negatif terhadap diri sendiri.

Quarterlife crisis pada mulanya diperkenalkan oleh Robbins dan Wilner pada tahun 2001 melalui sebuah buku yang ditulisnya dengan judul “*Quarterlife Crisis : The Unique Challenge of life in your Twenties*”. Robbins dan Wilner (2001) mendasarkan pandangannya dari teori Jeffrey Arnet pada tahun 2000 terkait dengan *emerging adulthood*. Robbins dan Wilner (2001) menyatakan bahwa selain

krisis yang dialami pada masa paruh baya atau yang sering disebut *midlife crisis*, terdapat juga suatu krisis yang menjadi masalah utama dalam fase kehidupan. Krisis tersebut adalah *quarterlife crisis*.

Quarterlife crisis adalah krisis yang terjadi pada masa transisi akademis ke dunia nyata atau dengan kata lain krisis yang terjadi pada usia 20 hingga 30 tahun saat seorang berada pada masa transisi remaja menuju pada masa dewasa awal. Santrock (2012) menyatakan bahwa krisis yang dialami pada masa dewasa merupakan suatu hal yang umum terjadi karena masa ini merupakan perkembangan yang memberikan perubahan pada aspek fisik, intelektual dan sosial.

Robbins dan Wilner (2001) juga menjelaskan dalam buku *quarterlife crisis* yang dipublikasikannya tentang tantangan dan dilema yang akan dirasakan oleh individu saat hendak memutuskan pilihan karirnya, relasi, pola hidup serta keuangannya. Robbins dan Wilner (2001) pada buku tersebut memberikan gambaran tentang fase yang akan dialami oleh individu saat setelah menyelesaikan pendidikan di universitas. Fase tersebut merupakan suatu hal yang tidak menyenangkan dan memicu stres, kecemasan, dan perasaan ragu. Fischer (2008) mengemukakan bahwa bahwa *quarterlife crisis* adalah suatu masa krisis karena adanya beban terkait dengan kehidupan di masa mendatang seperti pemilihan karir, kehidupan sosial dan relasi yang terjadi pada awal hingga pertengahan usia dua puluh tahun.

Attwood dan Schultz (2008) menyatakan bahwa *quarterlife crisis* merupakan suatu fase yang terjadi pada usia 20 tahun ke atas yang ditandai dengan sebuah kondisi krisis yang memicu perasaan ragu atau tidak yakin terhadap kemampuan diri sendiri, merasa terasing dan selalu berpikir bahwa dirinya akan gagal. Fase *quarterlife crisis* sangat rentang menimbulkan stres pada individu karena dipicu oleh beberapa variabel lainnya. Seperti efikasi diri yang memiliki korelasi negatif dengan stres pada mahasiswa tingkat akhir. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Afnan, Fauzia, dan Tanau, (2020) yang menuai hasil bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri maka semakin rendah tingkat stres yang dirasakan dan begitupun sebaliknya.

2.1.2 Aspek-Aspek *Quarterlife Crisis*

Robbins dan Wilner (2001) menjelaskan bahwa terdapat 7 aspek *quarterlife crisis* yakni sebagai berikut:

1. Kebimbangan dalam pengambilan keputusan

Siagian (2008) menyatakan bahwa pengambilan keputusan merupakan sebuah pendekatan sistematis yang ditempuh untuk menghadapi suatu masalah. Pendekatan sistematis tersebut meliputi pengetahuan dan pengalaman terkait dengan masalah yang dihadapi serta memiliki kemampuan untuk menganalisis masalah dan menggunakan pengetahuan yang relevan untuk menyelesaikannya.

Robbins dan Wilner (2001) menjelaskan bahwa memasuki usia dewasa berarti individu akan dihadapkan pada beberapa pilihan

yang harus diputuskan. Manusia dengan usia dewasa akan dituntut untuk mandiri dalam mengambil keputusan untuk dirinya sendiri. Kadangkala suatu keputusan yang ditetapkan untuk diri sendiri menentukan perjalanan hidupnya ataupun memberikan perubahan pada hidupnya. Sehingga, manusia dewasa menyadari bahwa pengambilan keputusan memerlukan beberapa pertimbangan untuk meminimalisir resiko akibat dari pilihan yang telah diputuskan. Hal ini membuat individu merasa bimbang dalam mengambil keputusan karena merasa takut jika keputusan yang diambil tidak tepat.

Selain keyakinan bahwa keputusan yang ditetapkan memberikan andil dalam perubahan kehidupan, individu juga seringkali mengalami kebimbangan dalam mengambil keputusan dikarenakan tidak memiliki pengetahuan ataupun pengalaman terkait dengan suatu hal yang harus diputuskan. Individu dalam masa dewasa juga seringkali masih belum memahami bahwa keputusan yang akan diambil akan bersifat jangka panjang atau jangka pendek. Orang yang sedang bimbang dalam mengambil keputusan memiliki perilaku khawatir akan salah dalam mengambil keputusan, resiko dari keputusan yang dipilih dapat berjangka panjang atau pendek serta tidak memiliki pengalaman dan pengetahuan terkait masalah sehingga bingung untuk memutuskan.

2. Putus asa

Dalam psikologi, putus asa dikenal dengan istilah *hopelessness*. Davison, dkk (2013) menyatakan bahwa putus asa (*hopelessness*) adalah kondisi yang menunjukkan individu merasa tertekan dan tidak sanggup menghadapi masa depannya, tidak mampu melakukan hal yang bermakna dalam hidupnya dan tidak sanggup memberdayakan dirinya. Davison, dkk (2013) lebih lanjut menyatakan bahwa individu yang sedang putus asa memperlihatkan beberapa perilaku, seperti ketidakmampuan berpikir secara objektif terhadap segala hal termasuk tentang impian dan masa depannya.

Robbins dan Wilner (2001) menyatakan bahwa putus asa dapat terjadi karena individu tersebut membandingkan dirinya dengan individu lain yang seusianya. Putus asa juga dapat terjadi karena individu merasa bahwa usaha yang telah dikerahkan tidak mendapatkan hasil yang memuaskan atau bahkan berujung pada kegagalan. Putus asa juga dapat terjadi karena minimnya wadah atau fasilitas yang mendukung individu untuk terus maju atau dengan kata lain individu tidak memiliki tempat untuk mendorongnya agar terus maju.

Keputusasaan dapat menyebabkan rencana yang telah disusun dengan baik menjadi tidak dilakukan karena efek dari kegagalan pada masa sebelumnya. Keputusasaan membuat individu berpikir

bahwa apapun yang akan dilakukan maka semua itu akan berujung pada kegagalan seperti kegagalan yang telah dialami sebelumnya. Keputusan menimbulkan perilaku seperti beranggapan bahwa apapun yang dilakukan akan sia-sia, ketidakpercayaan terhadap diri sendiri atau hilangnya rasa percaya diri, merasa tidak puas terhadap hal-hal yang telah dilakukan, membandingkan diri sendiri dengan pencapaian individu seusianya dan kurangnya dukungan serta dorongan individu untuk berkembang.

3. Penilaian diri yang negatif

Penilaian diri yang negatif dikenal dengan istilah konsep diri yang negatif dalam psikologi. Chaplin (2000) menyatakan bahwa konsep diri dalam psikologi adalah hasil evaluasi dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Konsep diri terbentuk karena adanya interaksi individu dengan orang-orang di sekitarnya.

Usia transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal cukup memberikan banyak pengalaman dan gambaran diri individu terhadap dirinya. Banyaknya kegagalan, ketakutan, ketidakmampuan dalam mengambil keputusan dan menyelesaikan permasalahan dan mengalami masalah identitas seringkali membuat individu tertekan karena semua hal yang terjadi itu adalah hal yang tidak pernah diharapkan. Individu akan mempertanyakan tentang siapa dirinya dan apa saja yang menjadi

kemampuannya sebenarnya. Apakah ia mampu melewati tantangan-tantangan dalam hidup dengan kemampuan yang dimilikinya. Banyaknya pengalaman buruk dan kegagalan membuat individu merasa ragu dengan dirinya dan kemampuan yang dimilikinya. Individu seringkali merasa bahwa hanya dirinyalah yang merasakan situasi sulit tanpa mengetahui bahwa banyak orang yang seusianya juga mengalami hal yang sama. Hal inilah yang menyebabkan individu yang mengalami quarterlife crisis seringkali membandingkan dirinya dengan orang-orang yang usia dengannya.

Penilaian negatif terhadap diri sendiri dapat berdampak pada timbulnya perasaan khawatir dan takut untuk gagal. Penilaian negatif pada diri sendiri memicu perasaan ragu terhadap kemampuan yang dimiliki dan merasa tidak yakin bahwa dirinya mampu melewati suatu tantangan yang ada dalam hidupnya. Penilaian diri yang negatif juga menimbulkan perasaan inferioritas atau rendah diri dibandingkan dengan orang lain yang telah mencapai kehidupan yang luar biasa. Penilaian negatif terhadap diri sendiri menyebabkan individu berada dalam situasi sulit sehingga seringkali merasa sendirian. Individu yang menilai negatif terhadap dirinya akan menampilkan perilaku melakukan menganalisis diri secara berlebihan dan merasa hidup tidak memuaskan.

4. Terjebak dalam situasi sulit

Terjebak dalam situasi sulit merupakan kondisi di mana individu kehilangan arah saat mengalami suatu kejadian yang sulit. Individu menjadi tidak mengetahui jalan keluar dari permasalahan yang ada pada dirinya. Situasi yang sulit memberikan rasa tidak nyaman pada individu dan jika berlangsung secara terus menerus dikarenakan individu tidak dapat menemukan jalan keluar dan tidak dapat menyelesaikannya, maka individu tersebut akan merasa lelah dan semakin bingung.

Individu dalam menjalani kehidupannya tentunya dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Lingkungan seringkali menyajikan situasi-situasi yang menyulitkan bagi individu, umumnya dalam hal pengambilan keputusan. Individu cenderung mengalami kebingungan untuk menentukan keputusan dikarenakan juga ia ingin meninggalkan keputusan yang telah dijalankan sebelumnya. Semakin besarnya ketakutan dan tuntutan untuk memutuskan sesuatu, individu kerap kali memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan dengan cepat dan sanggup serta siap menghadapi situasi sulit. Meskipun begitu, individu selalu saja terjebak dan tidak tahu cara mulai mengambil keputusan sendiri.

Sama halnya apabila individu berada dalam suatu permasalahan atau situasi sulit, seringkali individu tahu dan memiliki kemampuan serta pengetahuan untuk menyelesaikan

permasalahan tersebut, tetapi tidak dapat keluar dari permasalahan tersebut dan mulai menyelesaikannya. Individu seharusnya memiliki kemampuan untuk mempertanyakan siapa dirinya, mengapa situasi sulit ini dapat terjadi agar individu dapat memahami dengan baik apa yang sebenarnya sedang menimpanya dan apa solusi yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan permasalahan ini. Namun situasi tersebut tidak mudah bagi individu yang berada dalam kondisi quarterlife crisis. Justru hal itu hanya akan semakin membuatnya bingung terhadap situasi sulit yang sedang terjadi. Perilaku individu yang muncul saat terjebak dalam situasi sulit adalah merasa berada pada situasi yang berat dan merasa kesulitan dalam menentukan tujuan.

5. Cemas

Kaplan, Saddock, dan Grebb (2010) menyatakan bahwa cemas atau kecemasan adalah suatu hal normal terjadi sebagai respon yang diberikan pada suatu situasi seperti perkembangan, perubahan, pengalaman baru serta dalam menemukan identitas diri dan hidup. Individu akan merasa tidak nyaman apabila sedang merasa cemas, seringkali juga merasa takut dan berpikir bahwa ia akan dihadapkan pada suatu kejadian buruk padahal individu itu sendiri tidak memahami dengan baik emosi yang mengancam itu terjadi.

Masa perkembangan ini ditandai dengan individu yang memiliki impian dan harapan untuk diwujudkan. Namun, perasaan cemas seringkali muncul karena individu tersebut merasa tidak yakin untuk mencapai ataupun merasa tidak puas dengan hasil yang akan didapatkan. Fase ini ditandai dengan keinginan individu untuk melakukan banyak hal dengan baik dan terhindar dari kegagalan serta menuntut dirinya untuk selalu sempurna terhadap hal apapun yang dilakukan. Hal ini menyebabkan individu merasa tidak nyaman dalam melakukan sesuatu karena terus merasa cemas akibat selalu terpikirkan dibenaknya tentang kegagalan yang memungkinkan untuk menimpanya. Perasaan ini menyebabkan individu menjadi cemas dan takut karena berpikir bahwa kegagalan selalu mengikutinya.

Individu yang mengalami kecemasan pada masa transisi usia remaja akhir menuju usia dewasa awal khususnya pada individu yang berada dalam kondisi quarterlife crisis paling tidak akan memiliki dua perilaku yang tidak menyenangkan. Perilaku itu adalah merasa takut gagal dan merasa khawatir yang berlebihan. Meskipun keduanya belum pasti berujung pada kegagalan dan mendapatkan hasil yang sia-sia terhadap apa yang dilakukannya, namun individu yang mengalami kondisi quarterlife crisis akan merasa bahwa masa depannya bisa saja berujung pada kegagalan.

6. Tertekan

Tertekan merupakan suatu perasaan tidak berdaya yang dapat berasal dari diri sendiri maupun dari lingkungan yang berdampak pada banyaknya emosi negatif yang dirasakan oleh individu, seperti marah, merasa berduka hingga frustrasi berat. Perasaan tertekan dalam psikologi seringkali disebut juga sebagai stres yang merupakan suatu kondisi tertekan yang terjadi pada organisme untuk melakukan adaptasi atau menyesuaikan diri (Nevid, Rathus & Greene, 2014). Tertekan seringkali disebabkan karena tuntutan adaptasi. Adaptasi perlu dilakukan karena individu akan terus mengalami perkembangan dan setiap fase perkembangan memiliki kapasitasnya sendiri untuk dipenuhi.

Masa transisi remaja menuju dewasa merupakan sebuah perubahan pola hidup yang membutuhkan kemampuan adaptasi bagi individu. hal inilah yang sering memicu terjadinya perasaan tertekan apabila individu belum siap atau bahkan tidak mampu untuk menyesuaikan perubahan hidup (Nevid, Rathus & Greene, 2014).

Tertekan menjadi salah satu tanda yang sudah pasti dirasakan oleh individu ketika memasuki fase quarterlife crisis. Individu akan merasa bahwa permasalahan yang dihadapinya semakin berat dari hari ke hari sehingga selalu merasa tertekan setiap harinya. Inilah yang menyebabkan individu menjadi tidak

maksimal dalam melakukan suatu aktivitas karena merasa bahwa masalah yang sedang dihadapinya terus membebani dirinya.

Individu menjadi tidak dapat berfokus pada banyak aktivitas dikarenakan satu hal yang membuatnya terganggu atau tertekan.

Individu memiliki keyakinan dalam dirinya bahwa permasalahan dalam hidupnya selalu ada dimanapun ia berada dan apapun yang ia lakukan.

Kegagalan-kegagalan yang dialami oleh individu dalam menjalani kehidupan membuatnya semakin tersiksa, khususnya dipengaruhi oleh pandangan masyarakat yang menuntut masa dewasa sebagai masa yang sukses karena harus mencapai target. Perilaku yang seringkali dimunculkan oleh individu yang berada pada masa transisi usia remaja akhir menuju usia dewasa saat merasa tertekan adalah merasa bahwa tekanan hidup yang semakin berat.

7. Khawatir terhadap relasi interpersonal

Dariyo (2004) menyatakan bahwa relasi interpersonal atau hubungan antar pribadi yang terjalin oleh individu akan menyadarkan individu bahwa manusia sebagai makhluk sosial tidak akan pernah terlepas dari hubungan dengan individu lain. Hubungan interpersonal adalah hubungan yang terjalin antar individu. Populernya budaya masyarakat yang memberikan standar sosial bahwa idealnya suatu pernikahan dilakukan

sebelum usia 30 tahun. Salah satu kekhawatiran terbesar yang dialami oleh individu yang berada dalam masa transisi dari usia remaja menuju dewasa awal adalah hubungannya dengan lawan jenisnya.

Fase quarterlife crisis yang terjadi pada masa dewasa awal yakni pada usia 20-an tahun memberikan tekanan pada individu untuk menjalin relasi romantis. Hal ini memicu kekhawatiran individu dan menimbulkan ragam pertanyaan pada dirinya sendiri terkait dengan kesiapannya untuk menikah, seperti sudah siapkah ia menikah, kapan ia akan menikah, siapakah jodohnya, bagaimana cara agar ia bertemu dengan jodohnya, apakah jodohnya adalah orang yang selama ini bersama dengannya atau bahkan orang lain yang belum pernah ia temui hingga saat ini dan pertanyaan-pertanyaan lainnya.

Selain dengan relasi romantis dengan lawan jenis, individu kerap kali juga cemas terhadap bagaimana ia dapat menyeimbangkan relasinya dengan keluarga, teman, pasangan dan karirnya, bagaimana ia tahu bahwa pasangannya saat ini adalah orang yang sudah tepat dan dilematisasi pada masa lajangnya bahwa di lain sisi ia juga ingin menjalin kedekatan interpersonal. Individu cenderung cemas tentang apakah ia bisa merasakan kelekatan persahabatan, apakah ia bisa mendapatkan teman yang selalu ada. Bagaimana agar ia bisa mendapatkan

teman yang dapat diandalkan, dipercaya dan membantu saat susah. Individu juga mencemaskan relasinya dengan keluarga, seperti mempertanyakan kemandirian serta keinginan untuk bebas dari tanggung jawab orang tua. Indikator berperilaku yang menandai aspek ini adalah memikirkan hubungan dengan teman, keluarga, dan pasangan.

2.1.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Quarterlife Crisis*

Quarterlife crisis dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yakni faktor internal dan faktor eksternal diri individu. Berikut ini adalah faktor yang memengaruhi *quarterlife crisis* :

1. Faktor internal

Arnet (dalam Santrock, 2012) menyatakan bahwa terdapat lima faktor dari dalam diri individu yang memengaruhi *quarterlife crisis* sebagai akibat perkembangan psikologis pada masa dewasa awal yang berusia 18 hingga 25 tahun. Faktor-faktor tersebut adalah :

a. *Identity exploration*

Identity exploration atau eksplorasi identitas merupakan salah satu tanda bahwa individu memasuki usia dewasa. Pada usia dewasa, individu akan mengalami perubahan penting terkait dengan identitasnya. Perubahan identitas sering terjadi pada relasi romantis dan pekerjaan. Pada masa ini individu akan mencoba mengeksplorasi dirinya dengan mengambil semua peluang dan mengumpulkan banyak pengalaman.

Individu akan mencoba banyak hal untuk dilakukan sebagai bentuk persiapan untuk masa depannya. Proses eksplorasi atau pencarian identitas diri seringkali memicu kebingungan dan kecemasan pada individu karena individu belum mampu memperkirakan masa depannya dan kondisi seperti inilah yang memungkinkan untuk individu berada dalam masa *quarterlif crisis*.

b. Instability

Instability atau ketidakstabilan sering terjadi pada usia transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal karena pada usia ini individu cenderung berpindah-pindah tempat tinggal. *Instability* atau ketidakstabilan juga sering terjadi pada relasi romantis yang dijalani oleh individu, pekerjaan atau karir serta pendidikan individu. Sebagian besar individu merasa bahwa ia tidak memiliki minat terhadap pekerjaan yang dijalankan saat ini sehingga individu sering berpindah-pindah pekerjaan.

Selain itu, juga sering muncul perasaan tidak cocok lagi dengan pasangan yang terjalin dalam relasi romantis. Sebagian individu juga merasa bahwa pilihan bidang studi yang sedang ia tekuni saat ini merupakan hal yang tidak ia sukai atau minati. Hal inilah yang menyebabkan individu rentang berada dalam kondisi *quarterlife crisis*.

c. *Self-Focused*

Self-focused atau berfokus pada diri sendiri merupakan salah satu hal yang terjadi pada masa transisi usia remaja akhir menuju usia dewasa awal yang menyebabkan terjadinya *quarterlife crisis*. Pada usia ini, beberapa individu akan kurang bersosialisasi dengan lingkungan sosial, merasa tidak ingin berkomitmen dengan orang lain dan memiliki wewenang penuh untuk mengatur dirinya sendiri. Selain itu, beberapa individu juga akan dihadapkan pada pengambilan keputusan secara mandiri, bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukannya serta mempersiapkan masa depannya sendiri, seperti memilih pendidikan dan memutuskan pilihan karir sendiri. Meskipun begitu, orang lain juga seringkali memengaruhi dalam pengambilan keputusannya, menentukan pilihan dan menyelesaikan permasalahan, namun individu memiliki otoritas atau kekuasaan penuh terhadap dirinya sendiri.

d. *Feeling in-between*

Feeling in-between atau suatu perasaan berada dalam peralihan atau masa transisi merupakan suatu fase yang dialami oleh beberapa individu ketika beranjak dewasa. Pada masa ini individu mengalami kebingungan karena merasakan bahwa ia bukan lagi seorang remaja namun di lain sisi ia juga

merasa bahwa ia belum menjadi orang dewasa sepenuhnya yang kaya akan pengalaman. Pada masa ini individu akan merasa bahwa dirinya belum memenuhi kriteria untuk dikatakan sebagai seorang dewasa dan belum layak atau siap untuk menjadi orang dewasa secara penuh. Individu merasa bahwa dirinya belum mampu melakukan hal-hal yang seharusnya orang dewasa dapat lakukan, seperti, kemampuan untuk bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri dan apa yang telah dilakukannya, menentukan pilihan karir secara mandiri untuk masa depannya serta kemandirian secara finansial yang harus dicapainya.

e. *The age possibilities*

The age possibilities atau diartikan sebagai usia dengan berbagai kemungkinan merupakan suatu kesempatan untuk memberikan perubahan dalam hidup individu. Pada masa ini, beberapa individu memiliki optimisme yang tinggi terhadap masa depannya. Masa ini juga merupakan kesempatan untuk mengarahkan hidup ke arah yang lebih baik dari sebelumnya bagi individu yang mengalami hambatan ataupun kesulitan pada masa perkembangannya. Meskipun beberapa individu merasa optimis terhadap masa depannya, namun di lain sisi individu juga mempertanyakan apakah ekspektasinya akan tercapai. Individu juga akan mempertanyakan apakah mimpi

dan harapannya dapat terwujud. Sehingga hal inilah yang menimbulkan kekhawatiran dan kecemasan pada individu yang mengalami *quarterlife crisis* pada usia transisi remaja akhir menuju dewasa awal.

2. Faktor eksternal

Nash dan Murray (2010) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor eksternal yang memengaruhi *quarterlife crisis*, yaitu :

a. Relasi romantis, keluarga dan pertemanan

Pada masa ini individu kerap kali dihadapkan pada perasaan ragu terhadap hubungan yang sedang dijalin dengan lawan jenisnya. Individu kerap kali merasa sangat takut merasa kesepian namun di lain sisi individu juga sering mempertimbangkan banyak hal untuk mempertahankan hubungannya dengan pasangannya. Sering kali individu berupaya memahami perasaannya sendiri untuk menghindari bertahan bersama dengan orang yang tidak tepat. Keluarga juga memiliki pengaruh yang sangat kuat pada tahap perkembangan ini, di mana individu dituntut untuk dapat hidup secara mandiri dan bebas dari tanggung jawab penuh keluarga. Sedangkan pada pertemanan, individu sering merasa bahwa ia tidak memiliki teman dekat yang dapat diandalkan, dipercaya, tulus dan akan selalu ada menemani saat sedang berduka.

b. Tantangan akademik

Pada fase ini, individu masihlah dipenuhi dengan perasaan ragu karena ketidakpastian masa depan. Meskipun telah memasuki dunia akademik tingkat tinggi, individu seringkali bertanya-tanya apakah pilihan jurusan yang sedang ia tekuni saat ini sudah tepat dan dapat memberikan dampak baik untuk masa depannya, apakah pilihannya saat ini dapat menambah keterampilannya untuk menunjang karirnya di masa depan, apakah yang ia pelajari memiliki efek yang positif untuk masa depannya. Beberapa individu juga melanjutkan studi hingga ke jenjang yang sangat tinggi namun masih sering merasa ragu dan khawatir dengan masa depannya. Hal ini dikarenakan individu merasa tidak yakin bahwa pengalaman dan pembelajaran yang diperoleh selama berkuliah tidak dapat membantunya untuk mencapai impiannya di masa depan.

c. Kehidupan pekerjaan

Kehidupan pekerjaan yang sering kali tidak mendukung dan tidak memberikan kenyamanan seringkali menjadi penyebab individu berada dalam kondisi quarterlife crisis. Pada masa ini individu dihadapkan pada dua pilihan, yaitu bekerja pada pekerjaan yang sesuai dengan minat atau bekerja pada pekerjaan yang menghasilkan uang banyak.

Namun, individu umumnya memilih untuk pekerjaan yang sesuai dengan minatnya dan memberikan kenyamanan untuk dirinya selama bekerja. Meskipun begitu, individu masih sangat rentan untuk berada dalam kondisi *quarterlife crisis* karena masih memiliki perasaan tidak yakin dan khawatir. Individu masih memikirkan bahwa perubahan karir yang sangat mungkin terjadi di masa depan serta berupaya memikirkan cara agar bisa menjaga keseimbangan saat pekerjaan sedang menumpuk.

3. *Social Comparison*

Social comparison adalah suatu proses individu melakukan penilaian dengan mengevaluasi dan mencari informasi terkait diri sendiri dan menjadikan orang lain sebagai standar penilaian diri. *Social comparison* menjadi salah satu alternatif solusi untuk mengatasi *quarterlife crisis*, hal ini dikarenakan terlalu seringnya individu melakukan *social comparison* maka hal itu menyebabkan individu putus asa dan memiliki penilaian diri yang negatif (Robbins & Wilner, 2001).

Penelitian yang dilakukan oleh Syifa'ussurur, dkk (2021) menuai hasil bahwa strategi utama untuk mengatasi kondisi *quarterlife crisis* adalah dengan berhenti membandingkan diri dengan orang lain. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmania (2020) juga menunjukkan bahwa dengan meningkatkan

spiritualitas seperti kebersyukuran dan tidak membandingkan diri dengan orang lain maka kondisi *quarterlife crisis* akan teratasi secara perlahan.

2.1.4 Dampak *Quarterlife Crisis*

Nash dan Murray (2010) mengemukakan bahwa individu yang sedang mengalami *quarterlife crisis* akan mempertanyakan berbagai hal yang terjadi dalam kehidupannya. Aspek-aspek yang dipertanyakan dalam diri individu sebagai akibat *quarterlife crisis* adalah sebagai berikut :

1. Mimpi dan harapan

Individu yang beranjak usia dewasa awal umumnya mulai mempertanyakan tentang mimpi dan harapannya untuk masa depan. Masa ini merupakan masa di mana individu dipenuhi dengan mimpi dan rencana untuk masa depan. Banyak harapan yang membutuhkan upaya agar dapat diwujudkan. Ketidakpastian masa depan menyebabkan individu mempertanyakan tentang mimpi dan harapannya di masa depan. Individu mulai mempertanyakan apakah ia mampu mencapai mimpinya pada usia yang telah ia targetkan. Bagaimana jika impian dan harapannya tidak ia capai pada usia yang telah ia tetapkan. Mempertanyakan tentang kejadian apa yang akan menimpanya jika harapan dan impiannya tidak dapat terwujud. Apakah ia sudah menemukan dan menjalani hal-hal sesuai dengan minatnya. Apakah ia tidak terlambat untuk mengejar impiannya dan

menemukan hal apa yang menjadi minatnya. Apakah ia harus mengatur ulang impian dan harapannya.

2. Tantangan di bidang akademis

Individu akan mempertanyakan banyak hal terkait dengan tantangan di bidang akademis apabila ia mengalami *quarterlife crisis*. Banyaknya tantangan yang harus diselesaikan dalam bidang akademis, khususnya pada pendidikan tingkat tinggi atau perkuliahan menimbulkan banyak tanya dalam diri individu. Seperti, mempertanyakan mengapa ia harus kuliah. Apakah perkuliahan yang dijalannya dapat menunjang cita-citanya di masa depan. Apakah pilihan bidang studinya sudah sesuai dengan minatnya. Mengapa ia harus menjalani perkuliahan dengan banyak tantangan dan bukannya menjalani apa yang telah menjadi minatnya selama ini. Apakah pembelajaran dalam perkuliahan dapat menjadi jaminan bahwa ia akan sukses dan mendapatkan karir yang cemerlang. Individu juga memikirkan dan mempertanyakan kehidupan setelah menyelesaikan pendidikan tinggi atau pasca kuliah. Terlebih jika ilmu dan pengalaman yang diperoleh selama kuliah tidak memiliki efek yang baik terhadap masa depannya.

3. Agama dan spiritual

Agama dan spiritual berkaitan dengan kepercayaan dan rohani manusia. Masa transisi dari usia remaja akhir menuju usia dewasa

awal menimbulkan banyak pertanyaan terhadap spiritualitas atau kepercayaan yang dianutnya sejak lahir di dunia. Khususnya pada individu yang sedang mengalami kondisi *quarterlife crisis* maka akan mempertanyakan spiritualitasnya mulai dari apakah agama atau kepercayaan yang ia anut selama ini merupakan agama atau kepercayaan yang paling tepat. Bagaimana jika ia pindah agama atau kepercayaan. Bagaimana reaksi orang terdekat seperti keluarga dan kerabat jika ia memutuskan untuk pindah agama dan kepercayaan. Apakah orang tua, teman ataupun keluarga akan kecewa ataupun marah jika ia memutuskan untuk pindah agama atau kepercayaan. Bahkan ia mempertanyakan tentang agama pasangan dan agama untuk anak-anaknya nantinya. Bagaimana jika ia menikah dengan orang yang berbeda agama dan kepercayaan. Hingga agama apa yang akan ia terapkan pada anak-anaknya nantinya.

4. Kehidupan pekerjaan dan karir

Kehidupan pekerjaan dan karir tentunya juga sangat terdampak dengan kondisi *quarterlife crisis* yang dialami oleh individu. Beberapa individu yang berada dalam transisi masa remaja akhir ke masa dewasa awal sering kali mulai memikirkan masa depannya. Selain itu, individu juga mulai mempertanyakan apa saja persiapan yang telah ataupun sedang ia lakukan untuk mendapatkan karir atau pekerjaan yang cemerlang. Apakah

individu harus memilih jika ia dihadapkan pada dua pilihan antara pekerjaan yang diminatinya atau pekerjaan yang menghasilkan uang untuk mengantarkan dirinya pada masa bebas secara finansial. Akankah ia bekerja pada suatu pekerjaan yang sangat ia minati sekaligus mendapatkan penghasilan yang cukup banyak agar ia cepat kaya dan terbebas secara finansial. Individu juga akan mempertanyakan bagaimana tekanan orang-orang yang telah bekerja. Selain itu dampaknya individu menjadi takut untuk mengekspresikan dirinya karena merasa ragu untuk menunjukkan kemampuannya.

5. Teman, percintaan dan relasi orang tua

Individu pada masa transisi remaja akhir menuju dewasa awal yang mengalami *quarterlife crisis* juga mengalami banyak keraguan dengan teman, relasi romantis dan relasi dengan orang tua atau keluarga. Individu mulai mempertanyakan apakah ia dapat memiliki teman yang dapat dipercaya dan ingin berbagi suka dan duka. Bagaimana jika temannya berkhianat kedepannya. Apakah temannya akan setia dan selalu ada saat ia mengalami kesulitan. Pada relasi romantis atau percintaan, individu akan mempertanyakan bahwa akankah ia memiliki seorang pasangan. Apakah pasangannya saat ini adalah orang yang tepat dan setia. Bagaimana jika pasangannya tertarik pada orang lain dan mengacuhkannya. Apakah saya sudah siap untuk pacaran. Di lain

sisi individu menolak untuk memiliki pasangan, namun di sisi lain individu juga ingin memiliki hubungan interpersonal dengan lawan jenisnya. Pada relasi dengan orang tua, individu akan mempertanyakan apakah ia mampu segera terbebas dari tanggung jawab orang tua. Apakah ia akan mampu untuk mandiri secara finansial dan mempertanggung jawabkan dirinya.

6. Identitas diri

Identitas diri menjadi salah satu dampak yang sudah pasti akan terjadi saat individu yang berada dalam transisi usia remaja akhir menuju usia dewasa awal mengalami kondisi *quarterlife crisis*. Individu menyadari akan kebebasan yang bisa dirasakan oleh orang yang beranjak dewasa sehingga merasa sangat antusias untuk memasuki usia dewasa namun di lain sisi juga menyadari bahwa masa ini adalah masa yang penuh dengan tekanan dan merasa terancam. Identitas diri pada usia ini akan membuat individu memberikan perhatian khusus pada penampilan, pembawaan diri hingga ekspresi yang akan ia tampilkan pada orang-orang yang ada disekitarnya. Individu mulai mempertanyakan apakah yang ia tampilkan akan membentuk identitas dirinya dengan baik. Bagaimana jika ia melakukan kesalahan dan membuat identitasnya menjadi buruk. selain itu, individu juga menjadi mudah merasa khawatir atau cemas terhadap hal-hal yang membentuk identitas dirinya.

2.1.5 Alat Ukur *Quarterlife Crisis*

1. *Quarterlife crisis diagnosis quiz*

Quarterlife crisis diagnosis quiz merupakan suatu instrumen yang disusun oleh Christine Hassler (2009). Instrumen *quarterlife crisis diagnosis quiz* yang disusun oleh Hasler (2009) berangkat dari pengalaman yang dialaminya saat berusia 25 tahun. Pada usianya yang ke-25 tahun, Hasler mempertanyakan banyak hal tentang dirinya sendiri yang dipenuhi dengan rasa keraguan, kecemasan serta kebingungan tentang siapa, kenapa dan apa yang diinginkan oleh dirinya sebenarnya. Hasler pernah menemui dirinya sedang berada dalam fase *quarterlife crisis* sehingga ia membuat suatu pertanyaan untuk membantu individu mendiagnosis apakah dirinya sedang berada dalam fase *quarterlife crisis*.

Hasler melakukan penelitian selama 8 tahun untuk menyusun pertanyaan dalam instrumen ini. Instrumen *quarterlife crisis diagnosis quiz* terdiri atas 25 pertanyaan dengan pilihan jawaban hanya ada dua, yakni jawaban “ya” atau “tidak”. Aturan untuk menjawab pertanyaan tersebut haruslah spontanitas dan segera dijawab dengan cepat tanpa berpikir lama-lama. Interpretasi hasil *quiz* menggunakan instrumen ini dilakukan dengan cara menghitung jumlah jawaban “ya”. Apabila jawaban “ya” lebih dari 12 dari 25 pertanyaan, maka Hasler menetapkan bahwa

individu tersebut sedang berada dalam fase *quarterlife crisis*.

Instrumen *quarterlife crisis diagnosis quiz* oleh Hasler (2009) telah banyak digunakan dalam penelitian-penelitian untuk mendiagnosis *quarterlife crisis* individu. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Roslinda (2019) untuk melihat pengaruh harga diri terhadap preferensi pemilihan pasangan hidup pada wanita dewasa awal yang mengalami *quarterlife crisis*. Instrumen ini juga digunakan dalam penelitian Rahmania dan Tasaufi (2020) dengan judul terapi kelompok suportif untuk menurunkan *quarterlife crisis* pada individu dewasa awal di masa pandemi covid-19 untuk menyeleksi populasi yang sedang mengalami *quarterlife crisis*.

2. *Quarterlife crisis scale*

Instrumen *quarterlife crisis scale* disusun oleh Agustin (2012) untuk digunakan dalam tesisnya yang berjudul “terapi dengan pendekatan *solution-focused* pada individu yang mengalami *quarterlife crisis*”. Instrumen ini merupakan hasil modifikasi dari *quarterlife crisis diagnosis quiz* yang dikembangkan oleh Hassler (2009) dalam bukunya yang berjudul “*Twenty-Something Manifesto : Quarter Lifers Speak Out About Who They Are, What They Want and How to Get It*”. Agustin (2012) melakukan proses translasi dari item-item pada *quarterlife crisis diagnosis quiz* ke dalam bahasa Indonesia. Agustin (2012) juga mengganti pilihan

respon dari “ya” dan “tidak” menjadi pilihan respon yang berbentuk skala likert yang memiliki rentang skor dari 1 yang dimaknai “Sangat Tidak Sesuai” hingga skor 6 yang dimaknai “Sangat Sesuai”.

Perubahan pilihan respon yang dilakukan oleh Agustin (2012) dikarenakan pertimbangan aspek yang hendak diukur merupakan suatu bentuk penilaian terhadap kondisi pada saat tes itu diberikan yang sifatnya tidak mutlak atau kontinum. Berdasarkan hasil pengukuran Habibie, Syakarofath, Anwar (2019) diperoleh nilai koefisien skala reliabilitas sebesar 0.924. Penelitian yang pernah menggunakan instrumen ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Riyanto dan Arini (2021) dengan judul penelitian “Analisis deskriptif *quarterlife crisis* pada lulusan perguruan tinggi Universitas Katolik Musi Charitas”. Instrumen ini juga pernah digunakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Afnan, Fauzia dan Tanau (2020) dengan judul penelitian “Hubungan efikasi diri dengan stres pada mahasiswa yang berada dalam fase *quarterlife crisis*”.

3. Skala *quarterlife crisis* oleh Sumartha (2020)

Sumartha (2020) melakukan penelitian untuk meneliti terkait *quarterlife crisis*. Penelitiannya berjudul “Pengaruh *trait* kepribadian *neuroticism* terhadap *quarterlife crisis* dimediasi oleh harapan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Negeri

Maulana Malik Ibrahim Malang”. Pada penelitian ini, Sumartha (2020) melakukan konstruksi alat ukur psikologi untuk mengukur variabel *quarterlife crisis*. Sumartha (2020) melakukan konstruksi alat ukur dengan berdasar tujuh aspek dari teori *quarterlife crisis* oleh Robbins dan Wilner (2001). Aspek tersebut adalah bimbang dalam mengambil keputusan, putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi sulit, cemas, tertekan dan khawatir terhadap relasi interpersonal.

Skala yang dikonstruksi ini terdiri atas 24 item dan berbentuk skala likert dengan lima pilihan jawaban, yakni sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Uji validitas terhadap skala ini dilakukan sebanyak dua kali dan terdapat 4 item yang gugur dari jumlah keseluruhan item sebanyak 28 item. Sehingga terdapat 24 item yang valid untuk digunakan sebagai alat ukur variabel *quarterlife crisis* dan memperoleh nilai reliabilitas alat ukur sebesar 0,856 yang bermakna sangat tinggi. Instrumen atau alat ukur ini digunakan dalam penelitian Sumartha (2020).

2.2 Social Comparison

2.2.1 Definisi Social Comparison

Social comparison pertama kali diperkenalkan oleh Festinger pada tahun 1954 melalui tulisannya yang berjudul “*A Theory of Social Comparison Process*”. Festinger (1954) mendefinisikan *social*

comparison sebagai suatu proses individu melakukan penilaian dengan mengevaluasi dan mencari informasi terkait diri sendiri dan menjadikan orang lain sebagai standar penilaian diri. Menurut Festinger, individu secara alamiah memiliki keinginan untuk mengevaluasi kemampuan dan pendapatnya melalui proses perbandingan dengan orang lain jika objek yang sifatnya objektif tidak tersedia.

Konsep *social comparison* yang dikemukakan oleh Festinger (1954) mencakup dua komponen yang secara umum akan menggambarkan perilaku *social comparison* pada individu. Sehingga konsep ini tepat digunakan untuk menjelaskan fenomena dalam penelitian ini karena konteks penelitian ini adalah untuk melihat atribut psikis yakni terkait dengan *quarterlife crisis*. Sedangkan, konsep *social comparison* yang sifatnya kontemporer umumnya digunakan pada konteks penelitian perbandingan atribut-atribut fisik untuk melihat *body dissatisfaction* pada individu.

Gobbins & Buunk (1999) menyatakan bahwa *social comparison* merupakan suatu variabel psikologis dikarenakan frekuensi individu dalam melakukan perbandingan sosial berbeda-beda. Jones (2001) menyatakan bahwa *social comparison* adalah suatu aktivitas kognitif yang dilakukan oleh seseorang dengan melihat atribut-atribut dirinya yang kemudian dibandingkan dengan atribut-atribut yang dimiliki oleh orang lain. Tylka & Sabik (2010) mengemukakan bahwa *social*

comparison merupakan suatu aktivitas membandingkan diri dengan orang lain yang bertujuan untuk memperoleh penilaian diri yang lebih akurat.

Merys dan Cowther (2009) menjelaskan bahwa *social comparison* adalah suatu aktivitas perbandingan diri yang dilakukan oleh individu dengan orang lain yang ada disekitarnya. Merys (2012) mengemukakan bahwa individu yang terlibat dalam proses sosial akan melakukan *social comparison* yakni perilaku membandingkan diri dengan orang lain yang ada di lingkungannya. Baron dan Byrne (2005) juga menjelaskan bahwa *social comparison* adalah suatu proses subjektif yang dilakukan oleh individu saat membandingkan kemampuannya dengan orang lain yang ada di lingkungannya.

Social comparison terdiri atas dua jenis, yakni *downward comparison* (perbandingan sosial ke bawah) dan *upward comparison* (perbandingan sosial ke atas). *Downward comparison* merupakan perilaku perbandingan sosial dengan membandingkan diri dengan orang yang lebih inferior. Sehingga menyebabkan individu menjadi nyaman dengan citra dirinya (Eddleston, 2009). Sedangkan *upward comparison* merupakan bentuk perbandingan sosial dengan membandingkan diri dengan orang yang memiliki pengetahuan, kemampuan, karir atau sesuatu yang lebih unggul dari kita. Hal ini biasanya menyebabkan individu terpacu untuk meningkatkan kualitas diri (Eddleston, 2009).

2.2.2 Aspek-Aspek *Social Comparison*

Aspek-Aspek *Social Comparison* oleh Festinger (1954) :

1. Aspek Pendapat (*Opinion*)

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, pendapat diartikan sebagai buah pikiran ataupun perkiraan tentang suatu hal. Individu yang mengalami *social comparison* menjadikan pendapatnya sebagai tolak ukur perbandingan. Individu seringkali membandingkan pendapatnya dengan pendapat individu lain. Apabila pendapat individu lain menarik dan citra dirinya berbeda dengan pendapat individu tersebut, maka hal ini menimbulkan kecenderungan pada individu untuk merubah pendapatnya agar mendekati pendapat individu lain. Perbandingan pendapat bersifat dua arah, dimana bukan hanya individu tersebut yang dapat merubah pendapatnya, namun individu lain juga dapat merubah pendapatnya mengikuti individu tersebut.

2. Aspek Kemampuan (*Ability*)

Kemampuan (*ability*) berasal dari kata mampu yang berarti bisa dan sanggup dalam melakukan sesuatu. Kemampuan merupakan kesanggupan, kecakapan dan kekuatan. Robbins dan Judge (2011) menjelaskan bahwa kemampuan (*ability*) merupakan kesanggupan individu untuk melakukan beragam tugas ataupun pekerjaan.

Aspek kemampuan (*ability*) menjelaskan bahwa individu yang mengalami *social comparison* akan membandingkan

kemampuannya dengan individu lain. Apabila kemampuan individu memiliki perbedaan dengan kemampuan individu lain, maka ia akan terdorong untuk meningkatkan kemampuannya hingga mendekati kemampuan individu lain. Dorongan ini sifatnya hanya satu arah, sehingga perubahan pendapat lebih mudah terjadi dibandingkan perubahan kemampuan.

2.2.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Social Comparison*

1. Evaluasi diri

Evaluasi diri adalah suatu proses penentuan derajat perubahan tingkah laku yang terjadi pada individu (Stufflebeam, dalam Nuchron, dkk., 2013). Evaluasi diri adalah evaluasi yang dilakukan dengan berdasar pada intuisi individu itu sendiri untuk mengumpulkan data, menganalisis data dan interpretasi hasil yang hendak digunakan untuk perencanaan, pengembangan ataupun perbaikan.

Evaluasi diri memiliki pengaruh terhadap *social comparison*. Festinger (1954) menyatakan bahwa setiap individu dalam proses sosial dan perilaku kompetitif berasal dari evaluasi diri yang dalam hal ini terkait evaluasi pendapat dan kemampuan individu itu sendiri yang berdasar pada perbandingan dengan orang lain. Festinger (1954) menyatakan bahwa evaluasi diri yang akurat terjadi ketika individu melakukan perbandingan sosial atas pendapat dan kemampuannya terhadap orang lain.

2. Perbaikan diri

Buunk dan Gibbons (2006) menyatakan bahwa salah satu motif individu melakukan *social comparison* dengan orang lain adalah untuk mempelajari lebih jauh tentang kemampuan mereka sehingga mereka dapat menjadi pribadi yang lebih baik. Perbaikan diri dilakukan guna mempelajari tentang cara melakukan perbaikan terhadap suatu karakteristik internal atau untuk memecahkan suatu permasalahan. Festinger (1954) mengemukakan bahwa motif perbaikan diri ini hampir menyerupai evaluasi diri, namun perbaikan diri lebih ditujukan pada aspek kemampuan (*ability*) dalam *social comparison*.

3. Motivasi Berprestasi

Wahosumidjo (dalam Uno, (2020) menyatakan bahwa motivasi adalah suatu bentuk dorongan dalam diri individu untuk bergerak mencapai tujuan tertentu. Firmansyah (2009) mengemukakan bahwa motivasi berprestasi adalah kecenderungan individu untuk memberikan respon terhadap situasi untuk mencapai sebuah prestasi yang ditunjukkan dalam bentuk perilaku. Motivasi berprestasi merupakan dorongan untuk berpacu dengan kelebihan ataupun keunggulan orang lain dan keunggulan diri sendiri.

Motivasi berprestasi menjadi salah satu faktor pemicu terjadinya *social comparison*. Gonzalez dan Area (2013)

menjelaskan bahwa *social comparison* akan berujung pada persaingan karena *social comparison* menyebabkan individu menjadi sadar terhadap kurangnya keterampilan, status dan posisi mereka terhadap orang lain. Dengan melihat orang lain lebih unggul maka hal tersebut akan mendorong individu untuk menetapkan standar evaluasi diri. Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Mulawarman (2021) juga membuktikan bahwa motivasi berprestasi juga berkontribusi terhadap terjadinya perilaku *social comparison*.

4. Rendahnya Harga Diri

Harga diri (*self esteem*) adalah suatu bentuk evaluasi yang dilakukan oleh individu untuk melakukan perubahan atau perkembangan keterampilan sosial, fisik dan akademik (Lawrence, 2006). Salah satu penyebab individu melakukan *social comparison* baik di media sosial maupun di dunia nyata adalah rendahnya harga diri (Sari & Mulawarman, 2021). Individu yang memiliki tingkat harga diri yang rendah akan cenderung mencemaskan postingan orang lain di media sosial, sedangkan individu dengan tingkat harga diri yang tinggi akan membangun citra dirinya di media sosial (Fazriyati, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Bergagna dan Tartaglia (2018) menuai hasil bahwa individu dengan tingkat harga diri yang rendah memiliki ketertarikan untuk melakukan perbandingan

sosial serta penelitian tersebut membuktikan bahwa harga diri dan *social comparison* memiliki hubungan yang negatif, dimana semakin rendah harga diri maka semakin tinggi kecenderungan individu untuk melakukan *social comparison*.

2.2.4 Dampak dari *Social Comparison*

1. *Quarterlife crisis*

Quarterlife crisis adalah krisis yang terjadi pada masa transisi akademis ke dunia nyata atau dengan kata lain krisis yang terjadi pada usia 20 hingga 30 tahun saat seorang berada pada masa transisi remaja menuju pada masa dewasa awal. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmania (2020) menuai hasil bahwa dengan meningkatkan spiritualitas seperti kebersyukuran dan tidak membandingkan diri dengan orang lain maka kondisi *quarterlife crisis* akan teratasi secara perlahan. Dengan demikian dapat dipahami bahwa ketika individu melakukan *social comparison* maka individu tersebut berpotensi untuk mengalami *quarterlife crisis*.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Syifa'ussurur, dkk (2021) menunjukkan bahwa strategi utama untuk mengatasi kondisi *quarterlife crisis* adalah dengan berhenti membandingkan diri dengan orang lain. Sehingga *social comparison* menjadi salah satu alternatif solusi untuk mengatasi *quarterlife crisis*, hal ini dikarenakan terlalu seringnya individu melakukan *social*

comparison maka hal itu menyebabkan individu putus asa dan memiliki penilaian diri yang negatif yang merujuk pada terjadinya kondisi *quarterlife crisis* (Robbins & Wilner, 2001).

2. *Envy*

Envy dalam bahasa Indonesia diartikan sebagai iri hati. *Envy* adalah perpaduan perasaan tidak menyenangkan dengan perasaan yang menimbulkan kecenderungan untuk merasa inferioritas atau rendah diri, permusuhan serta dendam sebagai akibat dari perilaku membandingkan diri dengan orang lain yang memiliki sesuatu yang diinginkan oleh individu yang merasa iri hati (Smith & Kim, 2007). *Social comparison* merupakan penyebab individu merasa iri hati (*envy*). *Envy* terjadi karena adanya *upward comparison* (perbandingan sosial ke atas) yang merupakan salah satu bentuk *social comparison* dimana individu melakukan perbandingan dengan orang lain yang lebih unggul dari dirinya. Smith (2000) mengemukakan bahwa *envy* merupakan suatu bentuk perasaan negatif yang dihasilkan oleh perilaku perbandingan sosial.

3. *Body Dissatisfaction*

Body dissatisfaction dapat dipicu oleh perilaku membandingkan diri (*social comparison*). Individu akan mengalami *body dissatisfaction* apabila individu tersebut membandingkan dirinya dengan orang lain yang dianggap lebih menarik (Sunartio,

Sukanto, & Dianovinina, 2012). Penelitian yang dilakukan oleh Alifa dan Rizal (2020) menuai hasil bahwa *social comparison* berkorelasi secara positif dengan *body dissatisfaction* yang artinya tingginya kecenderungan individu untuk melakukan suatu perbandingan sosial maka semakin besar pula potensi individu untuk tidak puas dengan tubuhnya.

2.2.5 Alat Ukur *Social Comparison*

1. *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)*

Alat ukur INCOM merupakan suatu alat ukur yang telah disusun berdasarkan dua aspek dari teori Festinger, yakni kemampuan dan pendapat. Alat ukur tersebut *Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* yang disusun oleh Gibbons dan Buunk (dalam Buunk, et. al., 2020). Alat ukur ini memiliki 11 item yang berbentuk skala likert yang terdiri atas 5 pilihan jawaban. Mulai dari 1 = sangat tidak setuju hingga 5 = sangat setuju. Validitas dan reliabilitas alat ukur INCOM diperiksa dalam 22 studi Belanda dan Amerika Serikat dan terbukti bahwa INCOM efektif untuk mengukur *social comparison* dengan tingkat reliabilitas sebesar 0,77 hingga 0,85. Alat ukur INCOM pernah digunakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Fauziah, dkk (2020) dengan judul penelitian “*Kontribusi Penggunaan Media Sosial Dalam Perbandingan Sosial Pada Anak-Anak Akhir*”.

2. *Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R)*

Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R) adalah alat ukur *social comparison* khususnya perbandingan fisik yang dikembangkan oleh Schaefer dan Thompson (2014). Alat ukur ini disusun dengan berdasar pada empat aspek *social comparison* menurut Schaefer dan Thompson (2014), yakni penampilan fisik (*physical appearance*), berat tubuh (*weight*), bentuk tubuh (*body shape*), ukuran tubuh (*body size*) dan lemak tubuh (*body fat*). Alat ukur ini merupakan hasil revisi dari PASC karena ditemukan beberapa permasalahan psikometrik serta beberapa item dalam skala asli berorientasi hanya pada perempuan.

Alat ukur PASC-R terdiri atas 11 item yang berbentuk skala likert dengan mengevaluasi frekuensi perilaku. Pilihan jawaban dimulai dari “tidak pernah” diberi skor 0 sampai dengan jawaban “selalu” diberi skor 4. Alat ukur ini memiliki tingkat konsistensi internal (*reliability*) sebesar 0,97 (*Cronbach's 0,97*) dan validitas konvergen dengan ukuran kepuasan tubuh, patologi makan dan pengaruh sosiokultural dalam penampilan dan harga diri (Senin-Calderon, et al., 2020). Alat ukur ini pernah digunakan dalam penelitian Alifah dan Rizal (2020) dengan judul penelitian “*Hubungan Social Comparison Dan Body Dissatisfaction Pada Wanita Yang Memiliki Kelebihan Berat Badan (Overweight)*”.

2.3 *Envy*

2.3.1 Definisi *Envy*

Envy dalam Bahasa Indonesia diterjemahkan sebagai iri hati.

Envy adalah perpaduan emosi yang tidak menyenangkan yang juga disertai dengan perasaan yang menyakitkan dan ditandai dengan perasaan rendah diri, permusuhan dan kebencian terhadap seseorang (Smith & Kim, 2007). *Envy* adalah salah satu bentuk emosi negatif yang dihasilkan dari perilaku *social comparison* yang spesifik (Cohen-Charash, 2009). Faturachman (2005) menjelaskan bahwa *envy* merupakan suatu perasaan atau emosi yang terjadi akibat kelebihan orang lain. *Envy* terjadi karena adanya unsur perbandingan sosial (Faturachman, 2005).

Konsep *envy* yang digunakan dalam penelitian ini adalah konsep *envy* yang dikemukakan oleh Faturachman (2005). Hal ini dikarenakan konsep *envy* yang dijelaskan oleh Faturachman (2005) merupakan *envy* yang diakibatkan oleh perilaku perbandingan sosial, perasaan inferioritas dan keinginan untuk memiliki sesuatu yang dimiliki oleh orang lain. Konsep tersebut selaras dengan fenomena dan permasalahan yang dimaksudkan untuk dikaji dalam penelitian ini.

Envy juga didefinisikan sebagai suatu perasaan tidak menyenangkan sekaligus menyakitkan yang disebabkan karena orang lain merasa senang akan sesuatu sedangkan ia juga menginginkannya (Vecchio, 2005). *Envy* muncul tidak secara

otomatis dengan berdasar pada hasil negatif atau positif, melainkan hadir karena adanya unsur keadilan dan *social comparison*. Dalam hal ini, ketika individu merasa tidak senang karena orang lain mendapatkan suatu hal yang menyenangkan maka hal ini merupakan bentuk perbandingan sosial yang menimbulkan *envy* (Feather, dalam Faturochman, 2005).

Crusius, *et al.*, (2020) menyatakan bahwa *envy* adalah suatu bentuk emosi negatif yang timbul sebagai respon atas kualitas, kuantitas, pencapaian dan kepemilikan orang lain yang dianggap lebih unggul atau menginginkan hal yang sama dari orang lain. Smallets, *et al.*, (2016) juga menyatakan bahwa *envy* terdiri atas dua jenis, yakni *malicious envy* (iri yang jahat) dan *benign envy* (iri yang baik). Iri yang jahat merupakan bentuk iri yang bersifat destruktif yang bertujuan untuk menjatuhkan orang lain (Smith & Kim, 2007). Hal ini terjadi karena individu melakukan perbandingan sosial ke atas (*upward comparison*) yang memicu perasaan rendah diri pada individu. Sedangkan iri hati yang baik adalah iri hati yang mendorong individu untuk melakukan perbaikan diri. Ketika individu menyadari akan kekurangan dan perasaan rendah dirinya, maka individu tersebut akan terinspirasi untuk melakukan perbaikan diri (Graf, 2010).

2.3.2 Aspek-Aspek *Envy*

Faturochman (2005) mengemukakan 3 aspek *envy*, yakni

1. Perbandingan dengan orang lain

Perbandingan dengan orang lain dalam psikologi disebut dengan *social comparison*. Tylka dan Sabik (2010) mengemukakan bahwa *social comparison* merupakan suatu aktivitas membandingkan diri dengan orang lain yang bertujuan untuk memperoleh penilaian diri yang lebih akurat. Pada aspek perbandingan dengan orang lain menjelaskan bahwa *envy* dapat terjadi karena adanya unsur perbandingan sosial yang dilakukan oleh individu. Hal ini berkenaan dengan bagaimana individu memandang orang lain dan kemudian memandang dirinya sendiri untuk melakukan perbandingan.

2. Keinginan untuk memperoleh objek yang diirikan

Keinginan untuk memperoleh objek yang diirikan merupakan suatu perasaan menginginkan apa yang dimiliki oleh orang lain. Pada aspek keinginan untuk memperoleh objek yang diirikan menjelaskan bahwa *envy* terjadi apabila individu memiliki keinginan untuk memiliki apa yang dimiliki oleh orang lain. Hal ini dapat berupa materi, prestasi, status dan sebagainya yang dimiliki oleh orang lain namun tidak dimiliki olehnya.

3. Perasaan rendah diri

Perasaan rendah diri dalam psikologi disebut dengan inferioritas. Adler (dalam Alwisol, 2005) menyatakan bahwa perasaan rendah diri (inferioritas) merupakan suatu perasaan yang menyebabkan individu merasa bahwa dirinya lebih rendah dibandingkan dengan orang dalam suatu hal atau beberapa hal. Aspek perasaan rendah diri menjelaskan bahwa *envy* dapat terjadi apabila individu merasa inferior atau rendah diri dibandingkan dengan orang lain setelah melakukan perbandingan sosial yang negatif dan tidak menyenangkan. Perasaan rendah diri akibat perbandingan sosial negatif menyebabkan individu melakukan evaluasi diri secara negatif.

2.3.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Envy*

1. *Social Comparison*

Tylka dan Sabik (2010) mengemukakan bahwa *social comparison* merupakan suatu aktivitas membandingkan diri dengan orang lain yang bertujuan untuk memperoleh penilaian diri yang lebih akurat. *Social comparison* terdiri atas 2 jenis, yakni *downward comparison* dan *upward comparison*. *Envy* terjadi karena adanya perilaku *social comparison* berbentuk *upward comparison*. *Upward comparison* adalah bentuk perbandingan sosial ke atas, yang berarti bahwa individu melakukan perbandingan dengan orang lain yang lebih unggul dari dirinya. Buunk *et al.*, (1990) melakukan penelitian dan menuai hasil bahwa

upward comparison dapat mengakibatkan *envy*. Schoeck (1969) menyatakan bahwa *upward comparison* merupakan prasyarat terjadinya *envy*.

2. *Loneliness*

Loneliness adalah suatu perasaan subjektif yang menakutkan, tidak diinginkan yang berdampak pada perasaan lelah dan gangguan kesehatan psikis, seperti stres berkepanjangan, kecemasan, depresi dan bahkan berpotensi untuk bunuh diri (Bruce *et al.*, 2019). *Loneliness* memiliki peran terhadap terjadinya *envy*. Individu yang sedang merasa kesepian akan sensitif dengan lingkungannya, berpikir negatif dan cenderung bertindak secara negatif pula (Bruce, *et al.*, 2019).

Individu yang merasa kesepian juga akan mudah merasa cemas dan pesimis, sulit untuk percaya dengan orang lain, melihat orang lain dari sisi negatif, merasa tidak percaya diri, bersifat defensif saat berinteraksi dan permusuhan (Matthews, *et al.*, 2016). Sehingga, disimpulkan bahwa *loneliness* dapat menyebabkan terjadinya *envy*. Hal ini dikarenakan ketika individu merasa kesepian, itu berarti individu tersebut memiliki kekurangan yang tidak terpenuhi sehingga ia membandingkan dirinya dengan orang lain yang memiliki hal tersebut. Hal ini menyebabkan individu merasa takut, terancam serta melihat orang lain secara negatif yang hal ini akan berujung pada kebencian dan permusuhan. Penelitian

yang dilakukan oleh Khatami, dkk (2021) membuktikan bahwa *loneliness* dapat memengaruhi terjadinya *envy*.

3. *Emotional Intimacy*

Emotional intimacy diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia yang berarti kedekatan emosional. Keintiman adalah pengungkapan diri, pernyataan saling menyukai dan mencintai atau suatu bentuk demonstrasi kasih sayang. (Gaia, dalam Khatami, dkk., 2021). Penelitian Tesser, *et al.*, (1988) menunjukkan bahwa semakin dekat hubungan yang dimiliki oleh individu maka semakin baik pula performa individu tersebut pada bidang yang relevan, sehingga individu akan mulai membandingkan dirinya dengan orang tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Khatami, dkk (2021) juga menunjukkan bahwa *emotional intimacy* adalah salah satu faktor yang memprediksi *malicious envy* yang merupakan salah satu jenis dari *envy*.

2.3.4 Dampak dari *Envy*

1. *Quarterlife crisis*

Quarterlife crisis adalah krisis yang terjadi pada masa transisi akademis ke dunia nyata atau dengan kata lain krisis yang terjadi pada usia 20 hingga 30 tahun saat seorang berada pada masa transisi remaja menuju pada masa dewasa awal (Robbins & Wilner, 2001). *Envy* menyebabkan individu memiliki perasaan rendah diri yang akan berujung pada pembentukan hasil evaluasi negatif (Faturocman, 2005). Evaluasi diri yang negatif menyebabkan

individu mengalami *quarterlife crisis* (Robbins & Wilner, 2001).

Selain itu ditemukan pula *envy* berkorelasi dengan kecemasan (Parks, *et al.*, 2002; Gold, 1996). *Envy* cenderung terjadi pada kehidupan sosial, pekerjaan dan relasi romantis (Aderka, *et al.*, 2012). *Envy* juga menimbulkan perasaan tertekan pada individu sehingga memiliki keinginan untuk menjatuhkan orang lain (Wu & Srite, 2021). Evaluasi diri, cemas dan tertekan merupakan aspek pembentuk *quarterlife crisis*.

2. Inferioritas

Adler (1973) mengemukakan bahwa inferioritas merupakan suatu perasaan kurang baik secara psikologis maupun sosial sebagai akibat dari cacat fisik atau mengaitkan dengan jenis kelamin, yakni inferioritas diartikan sebagai kurangnya kejantanan atau maskulinitas. Fitriana (2018) menjabarkan definisi dari pengertian tersebut bahwa inferioritas merupakan suatu perasaan yang diakibatkan karena adanya kekurangan dalam diri atau ketidak sempurnaan hidup.

Ketika individu melakukan perbandingan diri yang kemudian merasa bahwa orang lain lebih baik maka itu akan menimbulkan perasaan inferioritas. Inferioritas dapat berdampak pada dua hal, yakni penurunan kepercayaan diri, menutup diri dan tidak memiliki motivasi (Kalaviani, 2017) serta inferioritas juga berdampak pada kecenderungan individu untuk memperbaiki diri (Graf, 2010).

3. Emosi Negatif dan Positif

Envy dapat berdampak pada dua hal, yakni dapat berdampak negatif maupun positif, tergantung pada jenis *envy* yang sedang dialami oleh individu. Wu dan Srite (2021) menjelaskan bahwa ketika individu mengalami *envy* yang jahat (*malicious envy*) maka hal ini akan berdampak pada perasaan permusuhan dan rendah diri (Parrot & Smith, 1993), cemas, marah dan dendam (Salovey & Rodin, 1984), menjadikan individu tidak kompak dengan orang lain dalam kelompoknya, serta menurunkan kepuasan hidup (Krasnova *et al.*, 2013).

Envy dapat pula berdampak positif yakni ketika individu mengalami *benign envy*. *Benign envy* merupakan *envy* yang jinak yang dapat memacu individu untuk melakukan perbaikan diri. *Benign envy* memotivasi individu untuk terlibat dalam perilaku yang lebih bermoral (Polman & Ruttan, 2012).

2.3.5 Alat Ukur *Envy*

1. *Benign and Malicious Envy Scale (BeMaS)*

Benign and Malicious Envy Scale (BeMaS) adalah alat ukur yang digunakan untuk mengukur kedua jenis *envy*, yakni *benign envy* dan *malicious envy*. Alat ukur ini dikembangkan oleh Van de Vend dan koleganya serta juga dikembangkan oleh Lange dan Crusius (2015).

Alat ukur ini terdiri atas 10 item yang mengharuskan responden untuk menilai perasaan iri mereka. Alat ukur ini berbentuk skala

likert dengan skor yang membentang dari skor 1 yang berarti “sangat tidak setuju” hingga skor 6 yang berarti “sangat setuju”. Tingkat reliabilitas dari item ini mencapai 0,774 untuk sub skala *benign envy* (Cronbach's 0,774) dan 0,839 untuk sub skala *malicious envy* (Cronbach's 0,839). Hal ini menunjukkan bahwa item dalam setiap sub skala memiliki konsistensi yang baik.

Alat ukur ini pernah digunakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Khatami, dkk (2021) dengan judul penelitian “*About Closeness and Malicious Intent: Role of Loneliness with Emotional intimacy to Malicious envy*”.

2. *Dispositional Envy Scale*

Dispositional Envy Scale (DES) adalah alat ukur *envy* yang disusun berdasarkan satu faktor untuk mengukur perbedaan individu untuk kecenderungan merasakan *envy*. Alat ukur ini dikembangkan oleh Smith, *et al.*, (1999). Alat ukur ini berbentuk skala likert yang terdiri atas 8 item. Item ini memiliki tingkat reliabilitas sebesar 0,83 hingga 0,86. Pilihan respon pada alat ukur ini dimulai dari angka 1 yang berarti “sangat tidak setuju” hingga angka 5 yang berarti “sangat setuju”. Alat ukur ini pernah digunakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Milfont dan Gouveia (2009) dengan judul penelitian “*A Capital Sin: Dispositional Envy and its Relations to Wellbeing.*”

3. *Islamic Envy Scale (IES)*

Islamic Envy Scale (IES) merupakan salah satu alat ukur untuk mengukur variabel *envy*. Alat ukur ini dikembangkan oleh Hidayat dan Gamayanti (2020) untuk mengukur dengki dengan berdasar pada konsep dengangki (*hasad*) pada teori yang dikemukakan oleh Al-ghazali (2016). Alat ukur ini terdiri atas 10 item untuk mengukur 5 dimensi dari dengki (*iri hati*). Tingkat validitas dari item ini sebesar 0,367 hingga 0,767 dengan tingkat reliabilitas sebesar 0,686. Alat ukur ini pernah digunakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Hidayat dan Gamayanti (2020) dengan judul penelitian “*Dengki, Bersyukur dan Kualitas Hidup Orang yang Mengalami Psikosomatik*”.

2.4 Mahasiswa

2.4.1 Definisi Mahasiswa

Mahasiswa dalam KBBI (2020) diartikan sebagai seseorang yang sedang belajar di perguruan tinggi dan tercatat sebagai peserta didik di administrasi perguruan tinggi. UU No.12 tahun 2012 menuliskan bahwa mahasiswa merupakan peserta didik pada jenjang pendidikan perguruan tinggi. Papilaya dan Huliselan (2016) mengemukakan bahwa mahasiswa adalah manusia yang dipandang sebagai individu yang memiliki kemampuan intelektual yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir, merencanakan dan bertindak.

Hartaji (2012) menyatakan bahwa mahasiswa merupakan individu yang tengah berproses untuk memperoleh ilmu pengetahuan dan sedang terdaftar sebagai mahasiswa aktif di perguruan tinggi, baik itu universitas, politeknik, akademik, institut dan sekolah tinggi. Siswoyo (2007) menjelaskan bahwa mahasiswa adalah individu yang sedang mengenyam pendidikan di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta atau lembaga yang setingkat dengan perguruan tinggi untuk memperoleh pengetahuan.

2.4.2 Mahasiswa dalam Tinjauan Psikologi

Santrock (2012) menyatakan bahwa mahasiswa sebagai individu yang memasuki tahap perkembangan dewasa awal atau transisi antara remaja akhir menuju dewasa dan umumnya memiliki usia 18 – 25 tahun jika ditinjau dari teori perkembangan. Kail dan Canaugh (2015) mengemukakan bahwa mahasiswa sebagai individu yang berada pada usia dewasa awal mengalami perubahan dalam aspek intelektual dan identitas diri sebagai hasil dari interaksi sosial.

Tahap dewasa awal ditandai dengan tahap perkembangan penalaran *postformal*. Tahap perkembangan penalaran *postformal* dicirikan dengan kemampuan berpikir realistis, kemampuan menghadapi permasalahan dengan bijak serta mampu melihat suatu permasalahan dari berbagai perspektif (Santrock, 2012). Tahap dewasa awal juga ditandai dengan kemampuan untuk mengambil keputusan, menyelidiki ataupun menjelajahi karir serta mengetahui arah masa depan (Nelson & Barry, 2005).

Mahasiswa sebagai individu yang berada pada usia dewasa awal juga identik dengan kemampuan intelektual yang tinggi karena masa ini mencapai tahap kemampuan yang kelima yakni tahap operasi dialektis. Tahap ini memungkinkan individu untuk bijak dalam menghadapi permasalahan dan kemampuan untuk menemukan solusi (Riegel, 1976).

2.5 Envy Sebagai Mediator pada Peran *Social Comparison* Terhadap *Quarterlife Crisis* Pada Mahasiswa Di Kota Makassar

Mahasiswa sebagai individu yang berada pada usia dewasa awal telah mencapai tahap penalaran *postformal*, dimana tahap ini ditandai dengan kemampuan untuk melihat permasalahan dari berbagai perspektif, kemampuan berpikir realistis, menghadapi permasalahan dengan bijak dan kemampuan untuk mencari solusi (Santrock, 2012). Namun pada kenyataannya, mahasiswa sebagai individu dewasa awal masih mengalami kebingungan dalam pengambilan keputusan, individu kerap kali merasa putus asa, melakukan evaluasi diri yang berlebihan sehingga menimbulkan penilaian diri yang negatif, seringkali terjebak dalam situasi sulit, merasa cemas, merasa tertekan dan memiliki kekhawatiran terhadap hubungannya dengan keluarga, teman dan pasangan.

Hal ini menimbulkan ketidakselarasan antara keadaan ideal yang seharusnya dimiliki oleh mahasiswa sebagai dewasa awal dengan kejadian faktual dari lapangan. Kejadian faktual di lapangan menunjukkan ciri dari kondisi *quarterlife crisis* yang sedang melanda mahasiswa sebagai dewasa awal. *Quarterlife crisis* adalah krisis yang terjadi pada masa transisi

akademis ke dunia nyata atau dengan kata lain krisis yang terjadi pada usia 20 hingga 30 tahun saat seorang berada pada masa transisi remaja menuju pada masa dewasa awal (Robbins & Wilner, 2021).

Kondisi krisis ini memang sedang melanda mayoritas mahasiswa karena dalam hasil penelitian ditemukan bahwa mayoritas mahasiswa di Universitas Katolik Musi Charitas sedang mengalami *quarterlife crisis* (Riyanto & Arini, 2011). Mahasiswa di pekanbaru juga ditemukan mengalami kondisi *quartelife crisis* (Herawati & Hidayat, 2020). Mahasiswa lebih rentan mengalami kondisi *quarterlife crisis* dikarenakan mahasiswa lebih banyak dihadapkan pada tuntutan termasuk tuntutan dari orang tua tentang langkah kedepannya setelah menyelesaikan studi S1.

Kondisi *quarterlife crisis* merupakan hal yang tidak boleh diabaikan agar mahasiswa dapat berfungsi secara optimal sesuai dengan kondisi ideal di masa dewasa awal. Dampak dari *quarterlife crisis* ini jika dibiarkan adalah timbulnya perasaan terbebani akan masa depan, seperti pemilihan karir, kehidupan sosial dan relasi yang telah terjalin pada usia dewasa awal. Individu juga kerap kali mempertanyakan segala sesuatu yang ada dalam dirinya seperti mempertanyakan mimpi dan harapannya, pekerjaan, relasi romantis, relasi dengan teman serta keluarga (Nash & Murray, 2010).

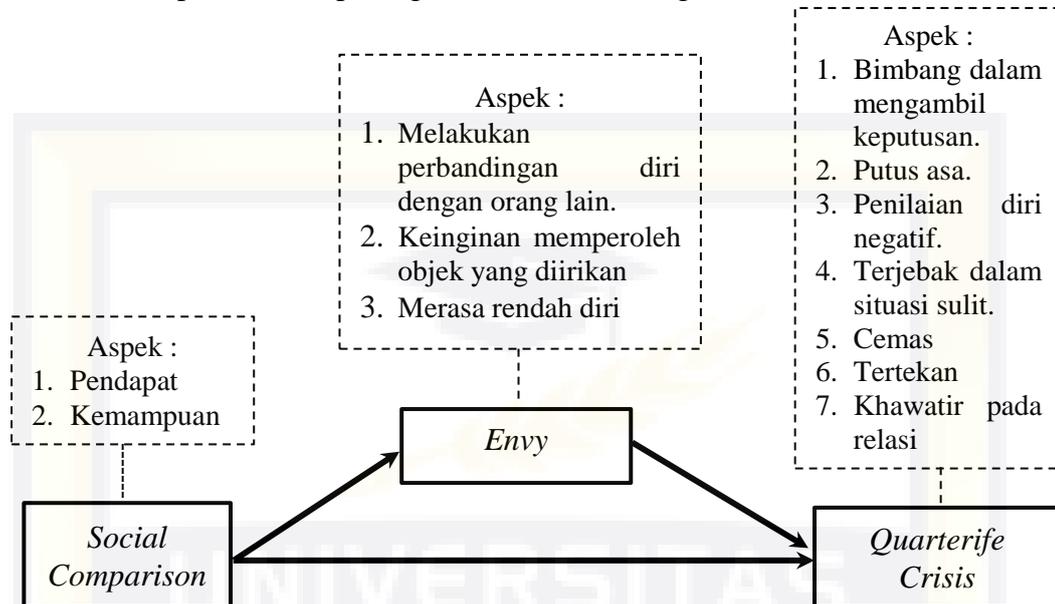
Berdasarkan kejadian faktual di lapangan, *quarterlife crisis* disebabkan karena adanya perilaku membandingkan diri yang sering dilakukan oleh mahasiswa. Perilaku membandingkan ini disebut dengan *social comparison*. *Social comparison* adalah proses evaluasi diri yang dilakukan oleh individu

dan menjadikan orang lain sebagai standar penilaian diri (Festinger, 1954). Pengurangan perilaku *social comparison* dapat mengatasi *quarterlife crisis* secara perlahan (Rahmania, 2020). Namun, *social comparison* terdiri atas dua jenis, yakni *downward comparison* (perbandingan ke bawah) dan *upward comparison* (perbandingan ke atas). *Upward comparison* akan berujung pada *envy*.

Envy dalam bahasa Indonesia merupakan perasaan iri hati terhadap orang lain. Kejadian faktual di lapangan menunjukkan bahwa individu yang memiliki penilaian negatif terhadap dirinya itu disebabkan karena ia membandingkan dirinya dengan orang lain dan merasa iri terhadap apa yang dimiliki oleh orang lain. *Envy* sebagai dampak dari *social comparison* nyatanya dapat mengindikasikan terjadinya *quarterlife crisis*. *Envy* dapat menimbulkan perasaan inferioritas dan evaluasi diri yang negatif (Faturachman, 2005). Evaluasi diri yang negatif menyebabkan individu mengalami *quarterlife crisis* (Robbins & Wilner, 2001). *Envy* juga berkorelasi dengan kecemasan (Parks, *et al.*, 2002; Gold, 1996). *Envy* terjadi pada kehidupan sosial individu (Aderka, *et al.*, 2012). *Envy* menyebabkan individu merasa tertekan (Wu & Srite, 2021).

Evaluasi diri yang negatif, kecemasan, relasi sosial dan tertekan merupakan indikator pembentuk *quarterlife crisis*. Berdasarkan penjabaran tersebut maka peneliti menduga, bahwa *envy* sebagai dampak dari *social comparison* yang menimbulkan tekanan psikologis dapat menjadi mediator terhadap hubungan *social comparison* dengan *quarterlife crisis*.

Deskripsi diatas dapat digambarkan dalam bagan berikut:



Bagan 2.1 Kerangka pikir

Keterangan :

- = Pengaruh
 □ = Variabel Penelitian

2.6 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan dari tinjauan teoritis di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah :

1. Terdapat pengaruh positif pada *Social Comparison* terhadap *Envy*.
2. Terdapat pengaruh positif pada *Envy* terhadap *Quarterlife Crisis*.
3. Terdapat pengaruh positif pada *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis*.
4. *Envy* sebagai mediator pada peran *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis*.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan suatu pendekatan yang menitikberatkan analisisnya pada data-data kuantitatif atau berupa angka yang dikumpulkan dengan prosedur pengukuran dan diolah menggunakan metode analisis statistika. Tujuan penelitian ini adalah untuk melakukan uji hipotesis dan menyimpulkan apakah hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima atau ditolak.

3.2 Variabel Penelitian

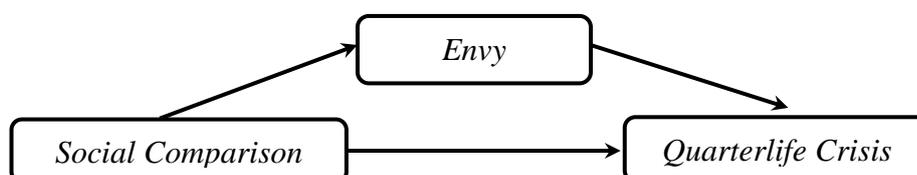
Terdapat beberapa jenis variabel yang terlibat dalam penelitian ini, yakni variabel independen, variabel dependen dan variabel mediator. Variabel independen dalam penelitian ini adalah *social comparison*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *quarterlife crisis*. Variabel mediator dalam penelitian ini adalah *envy*.

Variabel Dependen (Y) = *Quarterlife Crisis*

Variabel Independen (X) = *Social Comparison*

Variabel Mediator (M) = *Envy*

Model Penelitian :



3.3 Definisi Variabel

3.3.1 Definisi Konseptual

1. *Quarterlife Crisis*

Quarterlife crisis adalah krisis yang terjadi pada masa transisi akademis ke dunia nyata atau dengan kata lain krisis yang terjadi pada usia 20 hingga 30 tahun saat seorang berada pada masa transisi remaja menuju ke masa dewasa awal (Robbins & Wilner, 2001).

2. *Social Comparison*

Festinger (1954) mendefinisikan *social comparison* sebagai suatu proses individu melakukan penilaian dengan mengevaluasi dan mencari informasi terkait diri sendiri dan menjadikan orang lain sebagai standar penilaian diri. Individu secara alamiah memiliki keinginan untuk mengevaluasi kemampuan dan pendapatnya melalui proses perbandingan dengan orang lain.

3. *Envy*

Faturochman (2005) menjelaskan bahwa *envy* merupakan suatu perasaan atau emosi negatif yang terjadi akibat kelebihan yang dimiliki oleh orang lain dan karena adanya unsur perbandingan sosial.

3.3.2 Definisi Operasional

1. *Quarterlife Crisis*

Quarterlife crisis yang dimaksud dalam penelitian ini adalah masa yang tidak menyenangkan yang terjadi pada mahasiswa

yang disebabkan karena bertambahnya tuntutan tanggung jawab untuk menjadi seorang dewasa secara utuh serta ketidakpastian masa depan. Masa ini ditandai dengan perasaan bimbang dalam mengambil keputusan karena memikirkan risiko, merasa putus asa, memiliki penilaian diri yang negatif, merasa tertekan, cemas, terjebak dalam situasi sulit dan memiliki kekhawatiran terhadap hubungan dengan orang-orang disekitarnya.

2. *Social Comparison*

Social comparison yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu perilaku membandingkan diri yang dilakukan oleh mahasiswa, meliputi membandingkan pendapatnya dengan pendapat orang lain dan membandingkan kemampuan dirinya dengan kemampuan orang lain baik dari dunia nyata maupun dunia maya (media sosial).

3. *Envy*

Envy yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu bentuk perasaan negatif atau tidak menyenangkan yang dirasakan oleh mahasiswa dan muncul karena melihat orang lain memiliki sesuatu yang lebih baik dari yang dimilikinya. *Envy* ditandai dengan perilaku membandingkan dirinya dengan orang lain sehingga memiliki penilaian diri yang negatif, merasa rendah diri dan ingin memiliki sesuatu yang sama dengan orang lain.

3.4 Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

3.4.1 Populasi

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa

- (i) aktif saat ini yang sedang berkuliah di Kota Makassar dan berusia 18 – 25 tahun yang jumlahnya tidak diketahui secara akurat.

3.4.2 Sampel

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi aktif di Kota Makassar. Abdullah dan Susanto (2015) menjelaskan bahwa penentuan sampel dapat dilakukan dengan menggunakan persamaan $n \geq \frac{1}{\alpha^2}$, dimana nilai α adalah 0,05. Sehingga jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah minimal 400 subjek mahasiswa (i) aktif di Kota Makassar yang berusia 18 – 25 tahun. Adapun jumlah sampel yang berhasil didapatkan dalam penelitian ini sejumlah 528 responden. Berikut uraian karakteristik subjek dalam penelitian ini.

Tabel 3.1 Deskripsi Demografi Responden

Demografi Responden	Karakteristik	Frekuensi	Persen
Usia	18-19 thn	122	23.1%
	20-23 thn	391	74.1%
	24-25 thn	15	2.8%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	148	28%
	Perempuan	380	72%
Suku	Bugis	197	37.3%
	Toraja	124	23.5%
	Makassar	104	19.7%
Perguruan Tinggi	Lainnya	103	19.5%
	Negeri	139	26.3%
Jurusan	Swasta	389	73.7%
	Eksakta	185	35%

Demografi Responden	Karakteristik	Frekuensi	Persen
	Non-Eksakta	343	65%
	Semester 2	111	21%
	Semester 4	111	21%
Semester	Semester 6	129	24.4%
	Semester 8	137	25.9%
	Semester >8	40	7.6%

3.4.3 Teknik Sampling

Pendekatan yang digunakan untuk mengambil sampel dalam penelitian ini adalah pendekatan *non-probability sampling* dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*.

Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah :

a. Mahasiswa (i) aktif di Kota Makassar

Hasil penelitian Launspach, dkk (2016) menunjukkan bahwa individu yang berpendidikan tinggi memiliki banyak pilihan, sehingga sering kali sulit menentukan suatu pilihan. Pilihan yang berlebihan dapat berdampak pada terjadinya *quarterlife crisis* pada individu.

b. Berusia 18 – 25 Tahun

Berdasarkan teori psikologi perkembangan yang dikemukakan oleh Arnet (2004) dijelaskan bahwa usia 18 – 25 tahun merupakan usia yang tergolong kedalam fase perkembangan dewasa awal dan *quarterlife crisis* merupakan krisis yang terjadi pada usia dewasa awal.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini melibatkan tiga jenis skala untuk mengukur masing-masing variabel. Adapun skala yang digunakan oleh peneliti adalah :

3.5.1 Skala *Quarterlife Crisis*

Skala *quarterlife crisis* yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang telah dikonstruksikan oleh Fadillah (2021) berdasarkan aspek *quarterlife crisis* menurut Robbins dan Wilner (2001). Skala ini terdiri atas 41 item yang dinyatakan valid mengukur *quarterlife crisis*. Skala ini memiliki nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,945 yang berarti reliabel. Skala ini terdiri atas 5 pilihan jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS) diberi skor 5, Sesuai (S) diberi skor 4, Netral (N) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1. Berikut tabel *blue print* skala *quarterlife crisis* siap pakai :

Tabel 3.2 Blue Print Skala *Quarterlife Crisis*

Aspek	Indikator	Nomor Item	Jumlah
Bimbang dalam mengambil keputusan	Bimbang dalam menentukan pilihan	1, 15, 29	3
	Mempertanyakan kembali keputusan yang telah diambil	2, 16, 30	3
Putus Asa	Merasa apa yang dilakukan sia-sia	3,17, 31	3
Penilaian diri yang negatif	Tidak Berdaya	4, 18, 32	3
	Menganggap diri tidak berbakat	5, 19, 33	3
	Rendah diri	6,20, 34	3
Terjebak dalam situasi sulit	Merasa berada di situasi yang berat	7,21, 35	3
	Tidak tahu bagaimana	8,22, 36	3

Aspek	Indikator	Nomor Item	Jumlah
Cemas	memulai Takut mengalami kegagalan	9,23, 37	3
	Ketakutan terhadap masa depan	10,24, 38	3
	Merasakan stres	11,25, 39	3
Tertekan	Merasa terbebani	12,26, 40	3
	Mempertanyakan kembali relasi romantis saat ini	13, 41	3
Khawatir terhadap Relasi Interpersonal	Kekhawatiran terkait kehidupan pernikahan	14,28, 42	3
	Jumlah	41	41

3.5.2 Skala *Social Comparison*

Skala *social comparison* yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang diadaptasi dan dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan alat ukur *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* yang disusun oleh Gibbons dan Buunk (dalam Buunk, dkk, 2020). Skala ini telah diuji konsistensinya di berbagai negara dan memperoleh nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,77 hingga 0,85 sehingga alat ukur ini terbilang reliabel.

Skala ini berdasar pada dua aspek *social comparison* yang dikemukakan oleh Festinger (1954) yakni kemampuan dan pendapat. Skala ini terdiri atas 11 item yang tersebar pada kedua aspek tersebut, yakni aspek kemampuan terdiri atas 6 item dan aspek pendapat 5 item. Alat ukur ini memiliki 5 pilihan jawaban yakni, 1 = Sangat Tidak Sesuai, 2 = Tidak Sesuai, 3 = Netral, 4 = Sesuai, 5 = Sangat Sesuai. Alat ukur ini diskoring berdasarkan jenis item *favorable* dan item *unfavorable*.

Berikut tabel *blue print* skala *social comparison* :

Tabel 3.3 Blue Print Skala *Social Comparison* Sebelum Uji Coba

Aspek	Item		Jumlah
	F	UF	
Pendapat (<i>Opinion</i>)	1, 2, 5, 3, 4, 6	5	6
Kemampuan (<i>Ability</i>)	7, 8, 9, 10	11	5
Jumlah	9	2	11

3.5.3 Skala *Envy*

Skala *envy* yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang dikonstruksikan sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek *envy* yang dicetuskan oleh Faturochman (2005). Skala *envy* yang dikonstruksikan terdiri atas tiga aspek, yakni perbandingan dengan orang lain, keinginan untuk memperoleh objek yang diirikan dan perasaan rendah diri. Skala *envy* dikonstruksikan membentuk skala *likert* dengan 5 pilihan jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS) diberi skor 5, Sesuai (S) diberi skor 4, Netral (N) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1. Berikut tabel *blue print* skala *envy* yang akan dikonstruksikan :

Tabel 3.4 Blue Print Skala *Envy* Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Nomor Item	Jumlah
Perbandingan dengan orang lain	Melakukan penilaian terhadap orang lain dan membandingkannya dengan diri sendiri.	1,4,7,10, 13	5
Keinginan untuk memperoleh objek yang diirikan	Berkeinginan untuk memiliki prestasi, status, materi seperti yang dimiliki oleh orang lain.	2,5,8,11, 14	5

Aspek	Indikator	Nomor Item	Jumlah
Perasaan rendah diri	Melakukan evaluasi diri yang negatif dan merasa orang lain lebih baik dibandingkan dirinya sendiri dan	3,6,9,12, 15	5
	Jumlah	15	15

3.6 Uji Instrumen

Uji instrumen yang dilakukan oleh peneliti terhadap skala yang akan digunakan dalam penelitian ini terdiri atas dua skala yang dikonstruksi dan adaptasi. Skala tersebut adalah skala *social comparison* dan skala *envy*.

3.6.1 Uji Validitas Skala Siap Pakai

1. Validitas logis

Proses validitas logis skala *Quarterlife Crisis* dilakukan oleh Fadillah (2021) dengan melibatkan 5 SME (*Subject matter Expert*) untuk menilai item-item pada skala *Quarterlife Crisis* telah sesuai dengan kontrak teoritik. SME yang dilibatkan adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa, yakni Bapak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog, Bapak Syahrul Alim, S.Psi., M.A., Bapak Tarmizi Thalib, S.Psi., M.A, Ibu Sulasmi Sudirman, S.Psi., M.A dan Ibu Titin Florentina S.Psi., M.Psi., Psikolog. Kelima SME memberikan saran agar item *unfavorable* dihilangkan, sehingga pada awalnya skala *Quarterlife Crisis* yang terdiri atas 84 item berkurang menjadi 42 item.

2. Validitas tampak

Proses validitas tampak terhadap skala *Quarterlife Crisis* yang dilakukan oleh Fadillah (2021) melibatkan 5 *reviewer* yang merupakan bagian dari subjek penelitian. Kelima *reviewer* melakukan uji keterbacaan terhadap skala *Quarterlife Crisis*. Kelima *reviewer* memberikan saran agar lebih menspesifikkan maksud dari item 15 dan menyederhanakan bahasa yang digunakan pada item 28 agar lebih mudah untuk dimengerti.

3. Validitas konstrak

Proses validitas konstrak yang dilakukan oleh Fadillah (2021) menggunakan teknik CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) pada program aplikasi Lisrel. Uji validitas konstrak pada skala *Quarterlife Crisis* dilakukan dengan jumlah data sebanyak 200 responden. Hasil CFA menunjukkan bahwa dari 42 item, terdapat 41 item yang valid dan 1 item yang tidak valid. Item yang tidak valid adalah item 27 pada aspek khawatir terhadap relasi interpersonal. Item dinyatakan tidak valid karena memiliki nilai *t-value* < 1.96 .

3.6.2 Uji Validitas Skala Yang Diadaptasi Oleh Peneliti

Langkah pertama yang dilakukan oleh peneliti untuk melakukan proses adaptasi skala adalah dengan menentukan skala apa yang akan di adaptasikan. Skala yang akan diadaptasikan oleh peneliti adalah skala *Social Comparison*. Peneliti kemudian mencari skala yang tersusun dari

teori yang sesuai dengan teori *Social Comparison* yang digunakan oleh peneliti dalam penelitiannya. Peneliti menemukan skala *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* yang disusun oleh Gibbons dan Buunk (dalam Buunk, dkk, 2020). Untuk menggunakan skala ini, maka peneliti perlu melakukan proses adaptasi skala ke dalam bahasa Indonesia serta di uji validasi dan reliabilitas. Adapun uji instrumen terhadap adaptasi skala *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* berikut ini :

1. Proses translasi skala penelitian

- a. Proses translasi dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia

Proses translasi dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia merupakan langkah utama yang ditempuh oleh peneliti untuk melakukan proses adaptasi skala *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* yang terdiri dari 11 item. Proses translasi dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia dilakukan oleh Kalaw Fadillah Amalia yang memiliki skor TOEFL 550.

- b. Proses translasi dari bahasa Indonesia ke bahasa Inggris (*back translation*)

Langkah selanjutnya yang peneliti lakukan setelah proses translasi bahasa Inggris ke bahasa Indonesia adalah dengan melakukan *back translation*, yakni dari bahasa Indonesia ke bahasa Inggris. Proses *back translation* ini dilakukan oleh Yohanis Aser yang merupakan lulusan jurusan pendidikan

bahasa Inggris yang saat ini bekerja sebagai guru bahasa Inggris di SMPN 5 Bengalon.

c. Proses telaah bahasa asli skala dengan bahasa Inggris

Penelaahan hasil *back translation* dengan skala asli dilakukan oleh peneliti dengan tujuan untuk melihat apakah terdapat kesesuaian makna antara skala asli dengan skala yang telah melalui proses translasi. Hasil telaah menunjukkan bahwa terdapat kesesuaian antara skala asli dengan skala yang telah melalui proses translasi sehingga hasil terjemahan bahasa Indonesia dapat digunakan. Setelah proses translasi dilakukan, maka skala tersebut akan dilanjutkan dengan proses validasi.

2. Validitas Isi

a. Validitas logis

Setelah proses translasi dilakukan, maka selanjutnya dilakukan proses validasi logis. Proses validasi logis akan melibatkan ahli yang disebut sebagai *Subject Matter Expert* (SME) yang akan diberikan item-item dari skala. SME akan menilai apakah item hasil terjemahan masih sesuai dengan konstruk teoritis serta memastikan apakah bunyi itemnya tersusun menggunakan kalimat yang mudah dipahami.

Peneliti meminta kesediaan 3 orang SME yang merupakan dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa yang *expert* dalam proses validasi alat ukur. Ketiga SME tersebut adalah Bapak

Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog, Bapak Tarmizi Thalib, S.Psi., M.A, dan Ibu Sri Hayati, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

SME pertama yaitu Bapak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog menilai bahwa skala *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* yang terdiri atas 11 item telah sesuai dengan konsep teoritik dari *Social Comparison* yang digunakan dalam penelitian ini. Selain itu, SME pertama menilai bahwa penggunaan bahasa pada keseluruhan item masih perlu untuk dilakukan perbaikan.

SME kedua yakni Bapak Tarmizi Thalib, S.Psi., M.A menilai bahwa skala *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* yang terdiri atas 11 item telah esensial kecuali pada item 8, item 9 dan item 10 dinilai berguna tapi tidak esensial. SME ketiga yakni Ibu Sri Hayati, S.Psi., M.Psi., Psikolog menilai bahwa skala *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* yang terdiri atas 11 item sudah bagus. Namun memberikan saran pada item 1, item 2 dan item 11 untuk menambahkan frekuensi pada bunyi itemnya dan pada item 8 mendapat saran untuk diperbaiki bahasa yang digunakan.

b. Validitas tampak

Proses validitas tampak melibatkan 5 orang yang merupakan bagian dari subjek penelitian dan disebut dengan *reviewer*. *Reviewer* akan memberikan penilaian terkait bentuk

skala, ukuran tulisan, kejelasan bahasa, kejelasan petunjuk pengerjaan serta tampilan umum dari skala. Kelima *reviewer* yang terlibat dalam proses validitas tampak ini adalah Devya Rahayu, Dixie Dean Lakka, Nabila Rahmi Maricar, Wulil Albab Najir dan Shelyne. Kelima *reviewer* tersebut adalah mahasiswa Jurusan Psikologi di Universitas Bosowa angkatan 2019.

Pada bagian *review* umum, kelima *reviewer* menilai bahwa *lay out*, jenis dan ukuran huruf serta bentuk skala sudah bagus. *Reviewer* Devya dan Dixie juga menilai bahwa terdapat kesalahan pengetikan (*typo*) pada kata “Strata” di bagian pengantar skala. *Reviewer* Dixie juga mengatakan bahwa terdapat beberapa tulisan yang tidak bisa terbaca pada pengantar skala dan petunjuk pengerjaan. *Reviewer* Shelyne memberikan saran bahwa pada bagian identitas responden, khususnya pada usia “Sebaiknya diberikan pilihan jawaban untuk memudahkan responden, misalnya pilihan pertama 18-20 Tahun, pilihan kedua 21-23 tahun dan pilihan ketiga 24-25 tahun”.

Kelima *reviewer* menilai bahwa keseluruhan bunyi item dapat dipahami dengan baik. Namun, *reviewer* Wulil memeberikan saran pada item 5 dan item 11 agar tidak menggunakan kata “tidak” pada bunyi itemnya. *Reviewer* Shelyne juga memberikan saran pada item 1 agar bahasanya diperjelas, pada item 9 menyarankan agar memperbaiki penggunaan kalimatnya serta

pada item 10 menyarankan untuk mempertimbangan pilihan kata yang digunakan pada bunyi item.

3. Validitas konstrak

Proses validitas konstrak dilakukan dengan menggunakan teknik *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) pada program aplikasi Lisrel 8.70 untuk membuktikan apakah hasil pengukuran memiliki keterkaitan yang kuat dengan konstrak teoritik dari variabel yang diukur. Setelah proses CFA dilakukan pada aplikasi Lisrel 8.70, peneliti kemudian melakukan pemeriksaan pada masing-masing aspek dari skala *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* yang telah dianalisis. Setiap aspek harus membentuk *path* yang mencapai *goodness of fit*. *Path* dikatakan *fit* apabila memiliki nilai *p-value* lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$) dan nilai RMSEA (*Root Mean Square Error Approximation*) lebih kecil dari 0.05 ($p < 0.05$) sehingga menghasilkan nilai CFA yang menentukan valid tidaknya suatu item. Item dikatakan valid apabila nilai *factor loading* bernilai positif dan nilai *t-value* lebih besar dari 1.96 ($t\text{-value} > 1.96$).

Hasil dari proses CFA pada skala *Envy* menunjukkan bahwa keseluruhan item sebanyak 11 item dinyatakan valid. Berikut rincian item skala *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* yang dinyatakan valid setelah melalui proses *Confirmatory factor Analysis* (CFA) :

Tabel 3.5 Blue Print Skala *Social Comparison* Setelah Dilakukan Uji CFA (*Confirmatory Factor Analysis*)

Aspek	Item		Jumlah
	F	UF	
Pendapat (<i>Opinion</i>)	1, 2, 5, 3, 4, 6	5	6
Kemampuan (<i>Ability</i>)	7, 8, 9, 10	11	5
Jumlah	9	2	11

3.6.3 Skala Yang Dikonstruksi Oleh Peneliti

Langkah utama yang dapat dilakukan untuk melakukan konstruksi alat ukur adalah menentukan domain ukur. Domain ukur yang akan dikonstruksi dalam penelitian ini adalah *envy*. Sebelum melakukan penulisan item, peneliti terlebih dahulu akan melakukan penelusuran literatur yang mendasari variabel yang ingin diukur agar indikator berperilaku yang diturunkan merupakan representatif dari variabel tersebut. Langkah berikutnya adalah merancang *blue print* dan menuliskan item. Setelah item dituliskan maka perlu dilakukan uji validitas. Uji validitas terdiri atas dua jenis, yakni :

1. Validitas Isi
 - a. Validitas Logis

Proses validasi logis akan melibatkan ahli yang disebut sebagai *Subject Matter Expert* (SME) yang akan diberikan item-item dari skala. SME akan menilai apakah item-item dari skala tersebut sudah sesuai dengan atribut psikologis yang ingin diukur oleh peneliti atau esensial berdasarkan tabel *blue print* dari skala. Peneliti meminta kesediaan 3 orang SME yang

merupakan dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa yang *expert* dalam proses validasi alat ukur. Ketiga SME tersebut adalah Bapak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog, Bapak Tarmizi Thalib, S.Psi., M.A, dan Bapak Muh.Fitrah Umar, S.Psi., M.Si.

SME pertama yaitu Bapak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog menilai bahwa skala *envy* yang terdiri dari 15 item dianggap telah sesuai dari segi konten dari teori yang digunakan. Sedangkan dari segi bahasa dinilai bahwa masih perlu dilakukan perbaikan pada item 9 dan item 15. SME kedua yakni Bapak Tarmizi Thalib, S.Psi., M.A menilai bahwa skala *envy* yang terdiri dari 15 item telah esensial kecuali pada item 15. SME kedua menilai bahwa item 15 adalah item yang tidak diperlukan. SME ketiga yaitu Bapak Muh.Fitrah Umar, S.Psi., M.Si menilai bahwa semua item pada skala *envy* telah esensial. Namun, dari segi bahasa terdapat 5 item yang perlu untuk diperbaiki kembali. Item tersebut adalah item 2, item 3, item 8, item 10 dan item 14.

b. Validitas Tampang

Proses validitas tampang melibatkan 5 orang yang merupakan bagian dari subjek penelitian dan disebut dengan *reviewer*. *Reviewer* akan memberikan penilaian terkait bentuk skala, ukuran tulisan, kejelasan bahasa, kejelasan petunjuk

pengerjaan serta tampilan umum dari skala. Kelima *reviewer* yang terlibat dalam proses validitas tampak ini adalah Devya Rahayu, Dixie Dean Lakka, Nabila Rahmi Maricar, Wulil Albab Najir dan Shelyne. Kelima *reviewer* tersebut adalah mahasiswa Psikologi di Universitas Bosowa angkatan 2019.

Pada bagian *review* umum, kelima *reviewer* menilai bahwa *lay out*, jenis dan ukuran huruf serta bentuk skala sudah bagus. *Reviewer* Devya dan Dixie juga menilai bahwa terdapat kesalahan pengetikan (*typo*) pada kata “Strata” di bagian pengantar skala. *Reviewer* Dixie juga mengatakan bahwa terdapat beberapa tulisan yang tidak bisa terbaca pada pengantar skala dan petunjuk pengerjaan. *Reviewer* Shelyne memberikan saran bahwa pada bagian identitas responden, khususnya pada usia “Sebaiknya diberikan pilihan jawaban untuk memudahkan responden, misalnya pilihan pertama 18-20 Tahun, pilihan kedua 21-23 tahun dan pilihan ketiga 24-25 tahun”.

Kelima *reviewer* menilai bahwa keseluruhan bunyi item dapat dipahami dengan baik. Namun, *reviewer* Shelyne memberikan saran pada beberapa item, yakni pada item 4 yaitu “Mungkin sebaiknya diperbaiki menjadi orang lain terlihat lebih pintar dibandingkan dengan saya”. Pada item 6 “Mungkin sebaiknya diperbaiki menjadi saya merasa diri saya

sulit untuk mencapai keberhasilan”. Serta item 12 “Mungkin sebaiknya diperbaiki menjadi orang lain terlihat lebih mudah untuk mendapatkan sesuatu dibandingkan dengan saya”.

2. Validitas Konstrak

Proses validitas konstrak dilakukan dengan menggunakan teknik *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) pada program aplikasi Lisrel 8.70 untuk membuktikan apakah hasil pengukuran memiliki keterkaitan yang kuat dengan konstrak teoritik dari variabel yang diukur. Setelah proses CFA dilakukan pada aplikasi Lisrel 8.70, peneliti kemudian melakukan pemeriksaan pada masing-masing aspek dari skala *Envy* yang telah dianalisis. Setiap aspek harus membentuk *path* yang mencapai *goodness of fit*. *Path* dikatakan *fit* apabila memiliki nilai *p-value* lebih kecil dari 0.05 ($p > 0.05$) dan nilai RMSEA (*Root Mean Square Error Approximation*) lebih kecil dari 0.05 ($p < 0.05$) sehingga menghasilkan nilai CFA yang menentukan valid tidaknya suatu item. Item dikatakan valid apabila nilai *factor loading* bernilai positif dan nilai *t-value* lebih besar dari 1.96 ($t\text{-value} > 1.96$).

Hasil dari proses CFA pada skala *Envy* menunjukkan bahwa keseluruhan item sebanyak 15 item dinyatakan valid. Berikut rincian item skala *Envy* yang dinyatakan valid setelah melalui proses *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) :

**Tabel 3.6 Blue Print Skala *Envy* Setelah Dilakukan Uji CFA
(*Confirmatory Factor Analysis*)**

Aspek	Indikator	Nomor Item	Jumlah
Perbandingan dengan orang lain	Melakukan penilaian terhadap orang lain dan membandingkannya dengan diri sendiri.	1,4,7,10,13	5
Keinginan untuk memperoleh objek yang diirikan	Berkeinginan untuk memiliki prestasi, status, materi seperti yang dimiliki oleh orang lain.	2,5,8,11,14	5
Perasaan rendah diri	Melakukan evaluasi diri yang negatif dan merasa orang lain lebih baik dibandingkan dirinya sendiri dan	3,6,9,12,15	5
Jumlah		15	15

3.6.4 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji reliabilitas terhadap skala *social comparison* dan *envy* dengan menggunakan *Cronbach's Alpha* yang diperoleh dari analisis program SPSS. Uji *Cronbach's Alpha* bergerak dari 0 – 1,00 dengan artian bahwa semakin mendekati 1,00 maka semakin reliabel alat ukur tersebut. Pada penelitian ini, nilai reliabilitas skala *Quarterlife Crisis* adalah 0,94, nilai reliabilitas skala *Social Comparison* adalah 0.824 dan nilai reliabilitas skala *Envy* adalah 0.852.

Tabel 3.7 Reliabilitas Skala Penelitian

Skala Penelitian	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
<i>Quarterlife Crisis</i>	0.945	41
<i>Social Comparison</i>	0.824	11
<i>Envy</i>	0.852	15

3.7 Teknik Analisis Data

3.7.1 Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif adalah suatu analisis yang ditempuh untuk melihat gambaran mengenai variabel yang hendak diukur (Azwar, 2017). Gambaran variabel yang ingin dilihat dalam penelitian ini adalah variabel *quarterlife crisis*, *social comparison* dan *envy*. Analisis deskriptif dilakukan pada demografi dari subjek yang kemudian akan dikategorisasikan menjadi Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah dan Sangat Rendah. Analisis deskriptif dilakukan dengan menganalisis frekuensi dan *crosstab* pada program SPSS.

3.7.2 Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan aplikasi *IBM SPSS statistic* 22,0. Data dikatakan normal apabila memiliki nilai signifikansi $>0,05$ dan dikatakan tidak normal apabila memiliki nilai signifikansi $<0,05$. Berikut hasil uji normalitas terhadap data dalam penelitian ini :

Tabel 3.8 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov*	Sig**	Keterangan
<i>Social Comparison, Envy Terhadap Quarterlife Crisis</i>	0.036	0.092	Terdistribusi Normal

Keterangan :

*Kolmogorov=Nilai signifikansi uji normalitas *kolmogorov-smirnov*.

**Sig = Nilai signifikansi $P > 0.05$.

Berdasarkan uji asumsi normalitas dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel *Social Comparison*, *Envy* dan *Quarterlife Crisis* terdistribusi normal. Hal ini berdasarkan nilai statistik *kolmogrov-smirnov* sebesar 0.036 dengan taraf signifikansi sebesar 0.092. Nilai taraf signifikansi ini lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$) maka dapat disimpulkan bahwa data dari ketiga variabel tersebut terdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan bantuan *IBM SPSS 22,0* untuk mendapatkan data pada tabel ANOVA. Acuan standar yang digunakan dalam penelitian ini adalah nilai signifikansi sebesar 0,05. Apabila nilai signifikansi pada *deviation from linearity* dalam tabel ANOVA $>0,05$ maka diartikan bahwa terdapat hubungan yang linear antar variabel dalam penelitian. Berikut hasil uji linearitas terhadap data dalam penelitian ini :

Tabel 3.9 Hasil Uji Linearitas

Variabel	Deviation From Linearity		Keterangan
	F*	Sig F**	
<i>Quarterlife Crisis dan Social Comparison</i>	0.851	0.714	Linear
<i>Quarterlife Crisis dan Envy</i>	0.743	0.885	Linear

Keterangan :

*F = Nilai *deviation from linearity*.

**Sig F = Nilai signifikansi $P > 0.05$.

Berdasarkan uji linearitas yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel *Quarterlife Crisis* dan *Social Comparison* memiliki nilai F sebesar 0.851 dengan taraf signifikansi 0.714. Nilai taraf signifikansi ini lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$) sehingga disimpulkan bahwa *Quarterlife Crisis* dan *Social Comparison* dikatakan memiliki hubungan yang linear. Hasil uji linear juga menunjukkan bahwa variabel *Quarterlife Crisis* dan *Envy* memiliki nilai F sebesar 0.743 dengan taraf signifikansi sebesar 0.885. Nilai signifikansi ini lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$) sehingga disimpulkan bahwa *Quarterlife Crisis* dan *Envy* memiliki hubungan yang linear.

3. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan dengan menggunakan bantuan *IBM SPSS 22,0* untuk mendapatkan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF). Multikolinearitas tidak akan terjadi apabila nilai VIF <10. Berikut hasil uji multikolinearitas terhadap data dalam penelitian ini :

Tabel 3.10 Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel Independen	Colinearity Statistic		Keterangan
	Tolerance*	VIF**	
<i>Social Comparison</i> dan <i>Envy</i>	0.746	1.341	Tidak Terjadi Multikolinearitas

Keterangan :

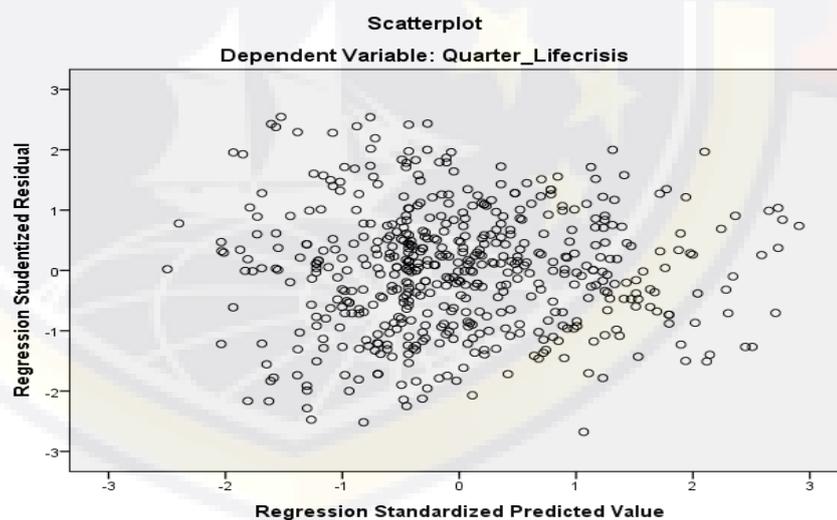
*Tolerance = Nilai *tolerance* > 0.10.

**VIF = Nilai *variance inflation factor* (VIF) < 10.00.

Berdasarkan uji linearitas yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel independen yakni *Social Comparison* dan *Envy* memiliki nilai *tolerance* 0.746 dengan nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) sebesar 1.341. Nilai VIF tersebut lebih kecil dari 10.00 ($VIF < 10.00$) maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel independen yakni *Social Comparison* dan *Envy* tidak terjadi multikolinieritas atau hubungan yang kuat.

4. Uji Heteroskedasitas

Uji heteroskedasitas dilakukan dengan menggunakan *scatterplot* bantuan *IBM SPSS 22,0*. Data dapat dinyatakan tidak mengalami heteroskedasitas apabila *scatterplot* terlihat menyebar secara random dan tidak membentuk suatu pola tertentu. Berikut hasil uji heteroskastisitas terhadap data dalam penelitian ini :



Gambar 3.1 Hasil Uji Heteroskedastisitas

Berdasarkan uji heteroskedastisitas yang telah dilakukan dengan menggunakan *scatterplot* diperoleh hasil bahwa *output* dari *scatterplot* di atas yang berupa gambar menunjukkan data yang menyebar secara acak atau tidak membentuk suatu pola. Karena data menyebar secara acak atau tidak membentuk suatu pola tertentu, maka dapat disimpulkan bahwa variabel dalam penelitian ini tidak mengalami heteroskedastisitas.

3.7.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *path analysis*. Sugiyono (2016) menyatakan bahwa *path analysis* atau sering disebut dengan analisis jalur merupakan suatu bentuk pengembangan dari analisis regresi. Analisis jalur memiliki fungsi untuk menggambarkan ataupun menguji model hubungan sebab akibat dari variabel dalam penelitian. Analisis jalur (*path analysis*) dalam penelitian ini akan menggunakan program *Process by Hayes* model 4 dalam aplikasi *IBM SPSS 22,0*. *Process* merupakan suatu metode analisis untuk melihat efek langsung dan efek tidak langsung dari interaksi antar variabel (Hayes, 2018). Hipotesis diterima apabila nilai signifikansi pada tabel *path analysis* lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$). Hipotesis dalam penelitian ini yang akan diujikan adalah :

1. H_0 = Tidak terdapat pengaruh positif pada *Social Comparison* terhadap *Envy*
 H_a = Terdapat pengaruh positif pada *Social Comparison* terhadap *Envy*.

BAB IV

HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Analisis

4.1.1 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Berdasarkan Tingkat Skor

Analisis deskriptif dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program aplikasi SPSS. Tujuan dari analisis deskriptif ini adalah untuk melihat gambaran distribusi skor variabel yang terlibat dalam penelitian ini. Terdapat 5 kategorisasi yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini, yakni Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah dan Sangat Rendah.

Tabel 4.1 Kategorisasi Skor

Norma Kategorisasi	Rumus Kategorisasi
Sangat Tinggi	$X > (\text{mean} + 1,5 \text{ sd})$
Tinggi	$(\text{mean} + 0,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} + 1,5 \text{ sd})$
Sedang	$(\text{mean} - 0,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} + 0,5 \text{ sd})$
Rendah	$(\text{mean} - 1,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} - 0,5 \text{ sd})$
Sangat Rendah	$(\text{mean} - 1,5 \text{ sd}) \leq X$

Ket:

SD=Standar Deviasi

Mean=Nilai Rata-Rata

X=Skor Total

1. *Quarterlife Crisis*

Hasil analisis deskriptif tingkat skor pada variabel *Quarterlife Crisis* disajikan dalam bentuk tabel rangkuman yang diperoleh berdasarkan analisis yaitu sebagai berikut :

Tabel 4.2 Distribusi Skor *Quarterlife Crisis*

Distribusi Skor	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
<i>Quarterlife Crisis</i>	528	68	191	128,35	21,863

Hasil analisis data terhadap item pada skala *Quarterlife Crisis* terhadap 528 responden mahasiswa kota Makassar menunjukkan hasil bahwa nilai *minimum* atau nilai terendah sebesar 68 dan nilai *maximum* atau nilai tertinggi sebesar 191 dengan nilai rata-rata distribusi skor *Quarterlife Crisis* adalah 128,35 dan nilai standar deviasi 21,863.

Tabel 4.3 Kategorisasi Penormaan *Quarterlife Crisis*

Norma Kategorisasi	Kriteria Statistik	Rentang Skor	N	Persen (%)
Sangat Tinggi	$X > (\text{mean} + 1,5 \text{ sd})$	$X > 161,13$	30	5,7%
Tinggi	$(\text{mean} + 0,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} + 1,5 \text{ sd})$	$139,28 < X \leq 161,13$	133	25,2%
Sedang	$(\text{mean} - 0,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} + 0,5 \text{ sd})$	$117,42 < X \leq 139,28$	204	38,6%
Rendah	$(\text{mean} - 1,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} - 0,5 \text{ sd})$	$95,57 < X \leq 117,42$	130	24,6%
Sangat Rendah	$(\text{mean} - 1,5 \text{ sd}) \leq X$	$X \leq 95,57$	31	5,9%

Hasil analisis data yang telah dilakukan terhadap 528 responden diperoleh kategorisasi skor variabel *Quarterlife Crisis*. Adapun hasilnya adalah terdapat 31 responden (5,9%) yang berada pada kategorisasi Sangat Rendah. 130 responden (24,6%) yang berada pada kategori Rendah. 204 responden (38,6%) yang berada pada kategori Sedang. 133 responden (25,2%) yang berada pada kategori

Tinggi dan 30 responden (5,7%) yang berada pada kategori Sangat Tinggi.

2. Social Comparison

Hasil analisis deskriptif tingkat skor pada variabel *Social Comparison* disajikan dalam bentuk tabel rangkuman yang diperoleh berdasarkan analisis yaitu sebagai berikut :

Tabel 4.4 Distribusi Skor Social Comparison

Distribusi Skor	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Social Comparison</i>	528	19	55	36,40	6,492

Hasil analisis data terhadap item pada skala *Social Comparison* terhadap 528 responden menunjukkan bahwa nilai *minimum* atau nilai terendah sebesar 19 dan nilai *maximum* atau nilai tertinggi sebesar 55 dengan nilai rata-rata distribusi skor *Social Comparison* adalah 36,40 dan nilai standar deviasi 6,492.

Tabel 4.5 Kategorisasi Penormaan Social Comparison

Norma Kategorisasi	Kriteria Statistik	Rentang Skor	N	Persen (%)
Sangat Tinggi	$X > (\text{mean} + 1,5 \text{ sd})$	$X > 46,06$	31	5,9%
Tinggi	$(\text{mean} + 0,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} + 1,5 \text{ sd})$	$39,62 < X \leq 46,06$	143	27,1%
Sedang	$(\text{mean} - 0,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} + 0,5 \text{ sd})$	$33,17 < X \leq 39,62$	172	36,6%
Rendah	$(\text{mean} - 1,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} - 0,5 \text{ sd})$	$26,73 < X \leq 33,17$	142	26,9%
Sangat Rendah	$(\text{mean} - 1,5 \text{ sd}) \leq X$	$X \leq 26,73$	40	7,6%

Hasil analisis data yang telah dilakukan terhadap 528 responden, diperoleh kategorisasi skor responden terhadap variabel *Social*

Comparison. Adapun hasilnya adalah terdapat 40 responden (7,6%) yang berada pada kategorisasi Sangat Rendah. 142 responden (26,9%) yang berada pada kategori Rendah. 172 responden (36,6%) yang berada pada kategori Sedang. 143 responden (27,1%) yang berada pada kategori Tinggi dan 31 responden (5,9%) yang berada pada kategori Sangat Tinggi.

3. *Envy*

Tabel 4.6 Distribusi Skor *Envy*

Distribusi Skor	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Envy</i>	528	27	74	48,59	9,152

Hasil analisis data terhadap item pada skala *Envy* terhadap 528 responden menunjukkan bahwa distribusi skor *Envy* memiliki nilai *minimum* atau nilai terendah sebesar 27 dan nilai *maximum* atau nilai tertinggi sebesar 74 dengan nilai rata-rata distribusi skor *Envy* adalah 48,59 dan nilai standar deviasi 9,152.

Tabel 4.7 Kategorisasi Penormaan *Envy*

Norma Kategorisasi	Rumus Kategorisasi	Skor	N	Persen (%)
Sangat Tinggi	$X > (\text{mean} + 1,5 \text{ sd})$	$X > 62,14$	42	8%
Tinggi	$(\text{mean} + 0,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} + 1,5 \text{ sd})$	$53,11 < X \leq 62,14$	96	18.2%
Sedang	$(\text{mean} - 0,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} + 0,5 \text{ sd})$	$44,08 < X \leq 53,11$	210	39.8%
Rendah	$(\text{mean} - 1,5 \text{ sd}) < X \leq (\text{mean} - 0,5 \text{ sd})$	$35,05 < X \leq 44,08$	149	28.2%
Sangat Rendah	$(\text{mean} - 1,5 \text{ sd}) \leq X$	$X \leq 35,05$	31	5.9%

Hasil analisis data yang telah dilakukan terhadap 528 responden, diperoleh kategorisasi skor responden terhadap variabel *Envy*.

Adapun hasilnya adalah terdapat 31 responden (5,9%) yang berada pada kategorisasi Sangat Rendah. 149 responden (28,2%) yang berada pada kategori Rendah. 210 responden (39,8%) yang berada pada kategori Sedang. 96 responden (18,2%) yang berada pada kategori Tinggi dan 42 responden (8%) yang berada pada kategori Sangat Tinggi.

4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif Berdasarkan Demografi

1. Deskriptif Variabel *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Demografi

Tabel 4.8 Deskriptif *Quarterlife Crisis* Berdasarkan Demografi

Deskriptif QLC		Kategorisasi				
berdasarkan Demografi	Karakteristik	SR	R	S	T	ST
Usia	18-19 thn	5	26	44	38	9
	20-23 thn	24	101	156	90	20
	24-25 thn	2	3	4	5	1
Jenis Kelamin	Laki-Laki	14	49	53	28	4
	Perempuan	17	81	151	105	26
Suku	Bugis	8	45	87	47	10
	Toraja	8	28	53	32	3
	Makassar	8	24	30	32	10
	Lainnya	7	33	34	22	7
Perguruan Tinggi	Negeri	11	29	63	29	7
	Swasta	20	101	141	104	23
Jurusan	Eksakta	11	51	72	41	10
	Non-Eksakta	20	79	132	92	20
Semester	Semester 2	5	25	37	36	8
	Semester 4	9	25	38	32	7
	Semester 6	6	37	52	28	6
	Semester 8	8	30	62	30	7
	Semester >8	8	13	15	7	2

Hasil analisis data yang telah dilakukan terhadap 528 responden yang berpartisipasi mengisi skala penelitian psikologi ini, diperoleh hasil kategorisasi tingkat skor *Quarterlife Crisis* berdasarkan demografi. Demografi tersebut adalah Usia, Jenis Kelamin, Suku,

Perguruan Tinggi, Jurusan dan Semester. Hasil tersebut menunjukkan data yang variatif dan rincian datanya dapat dilihat pada tabel 4.8 di atas.

2. Deskriptif Variabel *Social Comparison* Berdasarkan Demografi

Tabel 4.9 Deskriptif *Social Comparison* berdasarkan Usia

Deskriptif SC berdasarkan Demografi	Karakteristik	Kategorisasi				
		SR	R	S	T	ST
Usia	18-19 thn	6	33	34	40	9
	20-23 thn	31	106	132	101	21
	24-25 thn	3	3	6	2	1
Jenis Kelamin	Laki-Laki	12	56	46	31	3
	Perempuan	28	86	126	112	28
Suku	Bugis	15	58	67	51	6
	Toraja	7	29	42	37	9
	Makassar	10	26	31	28	9
Perguruan Tinggi	Lainnya	8	29	32	27	7
	Negeri	10	34	52	35	8
Jurusan	Swasta	30	108	120	108	23
	Eksakta	14	61	53	47	10
	Non-Eksakta	26	81	119	96	21
Semester	Semester 2	6	29	30	37	9
	Semester 4	10	26	38	33	4
	Semester 6	5	39	36	39	10
	Semester 8	16	35	52	26	8
	Semester >8	3	13	16	8	0

Hasil analisis data yang telah dilakukan terhadap 528 responden yang berpartisipasi mengisi skala penelitian psikologi ini, diperoleh hasil kategorisasi tingkat skor *Social Comparison* berdasarkan demografi. Demografi tersebut adalah Usia, Jenis Kelamin, Suku, Perguruan Tinggi, Jurusan dan Semester. Hasil tersebut menunjukkan data yang variatif dan rincian datanya dapat dilihat pada tabel 4.9 di atas.

3. Deskriptif Variabel *Envy* Berdasarkan Demografi

Tabel 4.10 Deskriptif *Envy* berdasarkan Usia

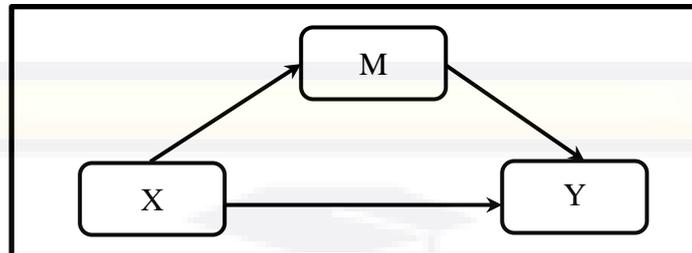
Deskriptif <i>Envy</i> berdasarkan Demografi	Karakteristik	Kategorisasi				
		SR	R	S	T	ST
Usia	18-19 thn	19	29	42	28	14
	20-23 thn	22	116	160	65	28
	24-25 thn	0	4	8	3	0
Jenis Kelamin	Laki-Laki	13	49	65	16	5
	Perempuan	18	100	145	80	37
Suku	Bugis	11	59	78	38	11
	Toraja	8	26	58	25	7
	Makassar	7	32	35	19	11
	Lainnya	5	32	39	14	13
Perguruan Tinggi	Negeri	9	46	48	29	7
	Swasta	22	103	162	67	35
Jurusan	Eksakta	12	52	77	30	14
	Non-Eksakta	19	97	133	66	28
Semester	Semester 2	7	24	43	24	13
	Semester 4	9	33	39	22	8
	Semester 6	3	43	55	21	8
	Semester 8	9	36	57	24	11
	Semester >8	3	13	18	6	2

Hasil analisis data yang telah dilakukan terhadap 528 responden yang berpartisipasi mengisi skala penelitian psikologi ini, diperoleh hasil kategorisasi tingkat skor *Envy* berdasarkan demografi. Demografi tersebut adalah Usia, Jenis Kelamin, Suku, Perguruan Tinggi, Jurusan dan Semester. Hasil tersebut menunjukkan data yang variatif dan rincian datanya dapat dilihat pada tabel 4.10 di atas.

4.1.3 Hasil Analisis Uji Hipotesis

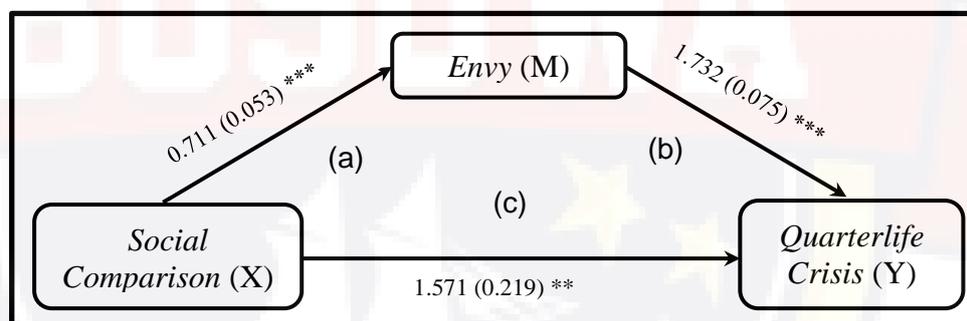
Analisis uji hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan analisis jalur (*path analysis*) dengan bantuan program *Process Analysis* model 4 oleh Andrew Hayes pada aplikasi SPSS.

Adapun model 4 tersebut adalah :



Gambar 4.2 Model 4 Hayes

Dalam model 4 di atas, diketahui bahwa X merupakan variabel independen yaitu *Social Comparison*. M merupakan variabel mediator yakni *Envy*. Y merupakan variabel dependen yakni *Quarterlife Crisis*. Variabel dalam yang dibuat menjadi model 4 dalam penelitian ini dapat dilihat pada diagram berikut ini :



Gambar 4.3 Diagram Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa *Social Comparison* (X) memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap *Envy* (M). Hal ini berdasarkan dari hasil nilai $B = 0.711$, $SE = 0,053$, $p = <0,05$. Besarnya pengaruh antara *Social Comparison* (X) terhadap *Envy* (M) adalah 25.4%, $R^2 = 0.254$, $F = 179.438$, $p = <0,05$. Dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut berpengaruh secara

positif, yakni semakin tinggi *Social Comparison* (X) maka akan semakin tinggi pula *Envy* (M)

Analisis selanjutnya yang telah dilakukan, menunjukkan hasil bahwa *Social Comparison* (X) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *Quarterlife Crisis* (Y) . Hal ini berdasar dari nilai $B = 1.571$, $SE = 0.129$, $p = <0,05$. Besarnya pengaruh antara *Social Comparison* (X) terhadap *Quarterlife Crisis* (Y) adalah 21.7%, $R^2 = 0.217$, $F = 146.370$, $p = <0,05$. Dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut berpengaruh secara positif, yakni semakin tinggi *Social Comparison* (X) maka akan semakin tinggi pula *Quarterlife Crisis* (Y).

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa *Envy* (M) memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap *Quarterlife Crisis* (Y). Hal ini berdasarkan dari hasil nilai $B = 1.273$, $SE = 0.075$, $p = <0.05$. Hasil analisis pengaruh *Social Comparison* (X) terhadap *Quarterlife Crisis* (Y) dengan *Envy* (M) sebagai mediator tetap signifikan dengan nilai $B = 0.339$, $SE = 3.801$, $p = <0,05$. *Envy* (M) sebagai variabel mediator pada peran *Social Comparison* (X) terhadap *Quarterlife Crisis* (Y) memiliki pengaruh mediasi sebesar 60.9%, $R^2 = 0.609$, $F = 410.271$ dan $p = <0,05$.

Tabel 4.11 Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung

Hubungan	Koefisien Pengaruh	BootLLCI	BootULCI
Total	1.571	1.316	1.826
Direct	0.339	1.130	0.548
Indirect	1.231	1.005	1.469

Tabel di atas menunjukkan bahwa besar pengaruh antara *Social Comparison* (X) dan *Envy* (M) terhadap *Quarterlife Crisis* (Y) adalah 1.571. Data dalam tabel juga menunjukkan bahwa pengaruh langsung antara *Social Comparison* (X) terhadap *Quarterlife Crisis* (Y) memiliki nilai sebesar 0.339. Data dalam tabel juga memperlihatkan bahwa pengaruh tidak langsung *Social Comparison* (X) terhadap *Quarterlife Crisis* (Y) karena di mediasi oleh *Envy* (M) memiliki pengaruh sebesar 1.231. Pengaruh tidak langsung ini memiliki nilai LLCI (*Lower Level Confident Interval*) sebesar 1.005 dan nilai ULCI (*Upper Level Confident Interval*) sebesar 1.469. Hal ini menunjukkan bahwa *Envy* dapat menjadi mediator pada peran *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis*.

4.2 Pembahasan

4.2.1 *Envy* Sebagai Mediator Pada Peran *Social Comparison* Terhadap *Quarterlife Crisis* Pada Mahasiswa Di Kota Makassar

Hasil analisis jalur (*path anaalysis*) yang telah dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *Envy* dapat menjadi mediator *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis* pada mahasiswa di Kota Makassar. Individu sebagai mahasiswa termasuk ke dalam masa perkembangan dewasa awal. Pada masa dewasa awal, individu akan mengalami perubahan pada aspek fisik, intelektual dan sosial sehingga fase ini rentan terjadi krisis kehidupan (Santrock, 2012). Krisis kehidupan yang terjadi pada dewasa awal disebut juga dengan

Quarterlife Crisis (Robbins & Wilner, 2001). Terjadinya *Quarterlife Crisis* pada usia dewasa awal dapat disebabkan oleh beragam faktor. Salah satunya adalah seringnya individu membandingkan dirinya dengan orang lain. Perilaku ini disebut dengan *Social Comparison*.

Hasil analisis yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa *Social Comparison* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *Envy*. Hal ini berarti bahwa *Social Comparison* berpengaruh secara signifikan terhadap *Envy* dengan arah hubungan yang bersifat positif. Artinya, semakin tinggi perilaku *Social Comparison* maka akan semakin tinggi pula perasaan *Envy* pada individu.

Temuan peneliti di atas selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Buunk, dkk (1990) yang menemukan bahwa saat individu melakukan perbandingan sosial ke atas (*upward comparison*) yang bermakna bahwa individu membandingkan dirinya dengan orang yang lebih baik maka hal tersebut dapat menyebabkan individu mengalami *Envy*. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Van de Van (2009) yang menunjukkan bahwa perilaku membandingkan diri sendiri akan membuat individu merasa rendah diri dan menginginkan agar orang lain gagal. Hal ini mengindikasikan adanya perasaan *Envy* sebagai akibat dari *Social Comparison*. Selain itu, Cohen-Carash (2009) menyatakan bahwa *Envy* merupakan bentuk emosi negatif yang muncul karena adanya perilaku *Social Comparison*.

Berdasarkan hasil analisis juga diketahui bahwa *Social Comparison* memiliki pengaruh langsung terhadap *Quarterlife Crisis* yang memiliki nilai koefisien pengaruh sebesar 0.339 dengan nilai signifikansi kurang dari 0.05. Hal ini berarti bahwa *Social Comparison* secara signifikan berpengaruh terhadap *Quarterlife Crisis* dengan arah hubungan bersifat positif. Hal ini bermakna bahwa semakin tinggi *Social Comparison* pada individu maka akan semakin tinggi pula kecenderungan individu untuk mengalami *Quarterlife Crisis*.

Hasil temuan peneliti di atas serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Syifa'ussurur (2021) yang menjelaskan bahwa strategi utama untuk mengatasi kondisi *Quarterlife Crisis* yang dialami oleh individu pada usia dewasa awal adalah dengan berhenti membandingkan diri sendiri dan berupaya untuk menganali diri dengan baik. Penelitian lainnya yang juga memiliki temuan yang sama dilakukan oleh Rahmania (2020) yang menyatakan bahwa kemampuan untuk meningkatkan aspek spiritualitas dalam diri seperti bersyukur dan tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain maka hal tersebut dapat membuat kondisi *Quarterlife Crisis* teratasi secara perlahan.

Hasil uji model penelitian mediasi yang telah dilakukan menunjukkan terjadinya mediasi secara parsial. Mediasi parsial adalah suatu efek mediasi yang terjadi saat korelasi antara variabel

independen dengan variabel dependen menurun tapi tidak sama dengan nol saat dimasukkan variabel mediator. Pada penelitian ini ditemukan bahwa saat dimasukkan variabel *Envy* sebagai mediator pada hubungan variabel *Social Comparison* dengan *Quarterlife Crisis* memperoleh nilai yang signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi mediasi parsial saat variabel *Envy* dimasukkan menjadi variabel mediator pada peran *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis*.

Terjadinya efek mediasi parsial dalam penelitian ini dapat disebabkan oleh beragam faktor, salah satunya adalah *Social Comparison* memiliki dua bentuk yakni *Upward Comparison* (Perbandingan sosial ke atas) dan *Downward Comparison* (Perbandingan sosial ke bawah). *Envy* sebagai variabel mediator dalam penelitian ini hanya disebabkan oleh salah satu bentuk *Social Comparison* yakni *Upward Comparison* (Perbandingan sosial ke atas).

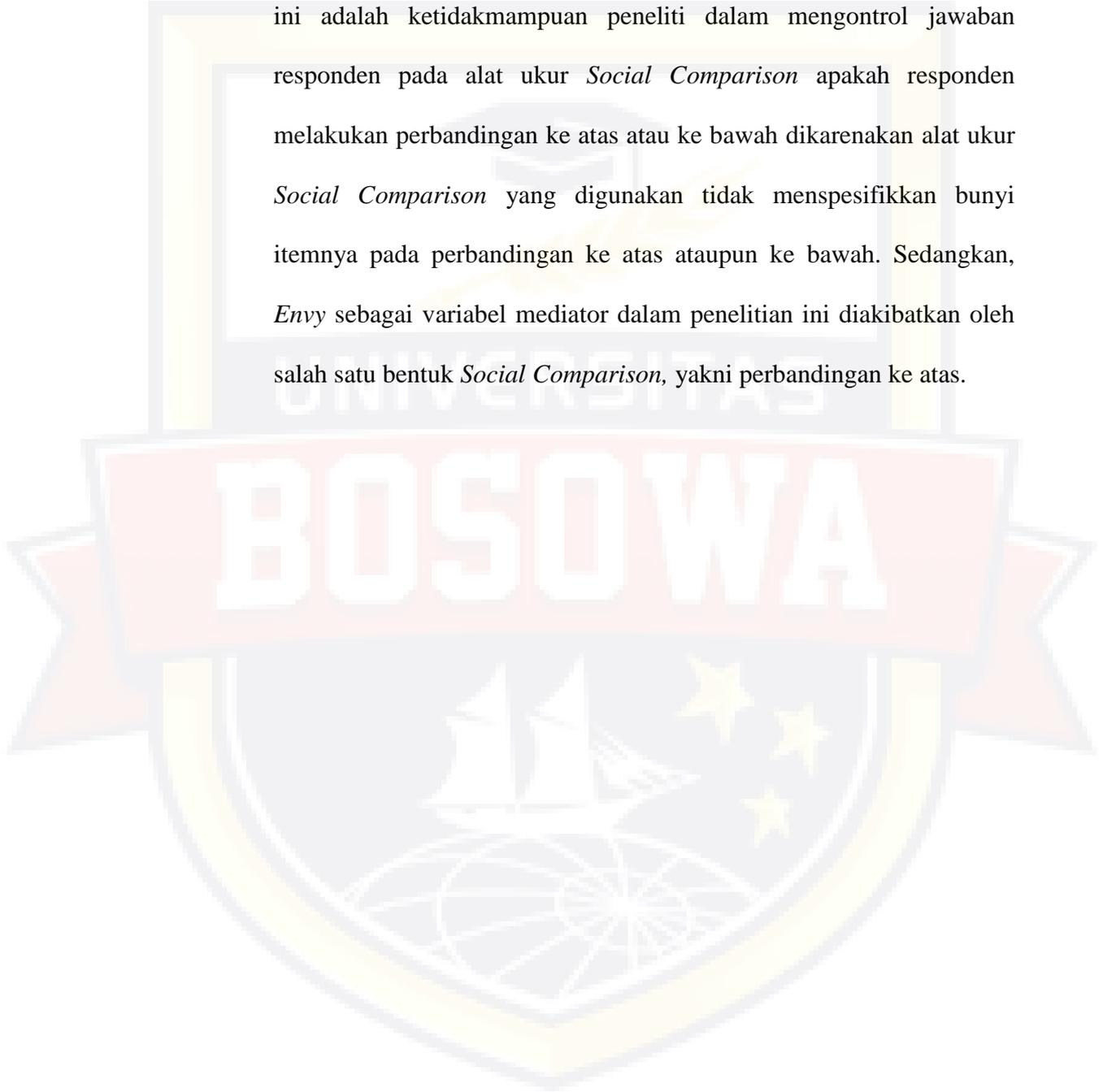
Selain itu, efek mediasi parsial juga dapat disebabkan karena indikator terjadinya *Envy* yakni keinginan untuk memperoleh objek yang diirikan tidak selaras dengan konsep *Quarterlife Crisis* yang dikemukakan oleh Robbins dan Wilner (2001). Indikasi dari *Quarterlife Crisis* adalah kebimbangan dalam mengambil keputusan, putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi sulit, cemas, tertekan dan khawatir terhadap relasi interpersonal.

Uraian hasil dan pembahasan analisis jalur yang telah dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *Envy* mampu memediasi *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis* dengan koefisien pengaruh tidak langsung sebesar 1.231. Hal ini berarti bahwa *Social Comparison* berpengaruh positif terhadap *Envy* yang pada gilirannya *Envy* berpengaruh terhadap *Quarterlife Crisis*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Parks, dkk, (2002) yang menyatakan bahwa *Envy* berkorelasi dengan kecemasan. *Envy* cenderung terjadi pada pekerjaan, pendidikan, kehidupan sosial dan relasi romantis (Aderka, dkk, 2012). *Envy* juga menyebabkan perasaan tertekan (Wu & Srite, 2021). Serta *Envy* menimbulkan evaluasi diri yang negatif (Faturachman, 2015). Kecemasan, kehidupan sosial, tertekan dan evaluasi diri merupakan indikator terjadinya *Quarterlife Crisis*.

4.2.2 Limitasi Penelitian

Proses penelitian yang telah dilakukan tidak terlepas dari adanya keterbatasan dan kelemahan dari peneliti. Keterbatasan yang dirasakan peneliti dalam penelitian ini adalah kurang maksimalnya penjelasan pada hipotesis pertama yakni adanya efek mediasi dari *Envy* pada peran *Social Comparison* terhadap *Quarterlife crisis*. Hal ini dikarenakan peneliti tidak menemukan penelitian serupa yang benar-benar sama sehingga peneliti hanya menyambungkan rentetan penelitian terdahulu yang sekiranya relevan. Selain itu, penelitian ini juga terbatas dalam hal persebaran data yang tidak seimbang pada

demografi. Contohnya pada gender, dimana subjek dalam penelitian ini di dominasi oleh perempuan. Selain itu, limitasi dalam penelitian ini adalah ketidakmampuan peneliti dalam mengontrol jawaban responden pada alat ukur *Social Comparison* apakah responden melakukan perbandingan ke atas atau ke bawah dikarenakan alat ukur *Social Comparison* yang digunakan tidak menspesifikkan bunyi itemnya pada perbandingan ke atas ataupun ke bawah. Sedangkan, *Envy* sebagai variabel mediator dalam penelitian ini diakibatkan oleh salah satu bentuk *Social Comparison*, yakni perbandingan ke atas.



BOSOWA

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh peneliti dalam penelitian *Envy* sebagai mediator pada peran *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis* pada mahasiswa di Kota Makassar, menunjukkan hasil sebagai berikut :

1. Persentase *Quarterlife Crisis* pada mahasiswa di Kota Makassar mayoritas berada pada kategori Sedang dengan presentase sebesar 38.6%. Hal ini berarti Mahasiswa di kota Makassar cenderung mengalami *Quarterlife Crisis* yang cukup signifikan.
2. Persentase *Social Comparison* pada mahasiswa di Kota Makassar mayoritas berada pada kategori Sedang dengan presentase sebesar 36.6%. Hal ini berarti Mahasiswa di kota Makassar cenderung memiliki perilaku *Social Comparison* yang cukup signifikan.
3. Persentase *Quarterlife Crisis* pada mahasiswa di Kota Makassar mayoritas berada pada kategori Sedang dengan presentase sebesar 39.8%. Hal ini berarti Mahasiswa di kota Makassar cenderung memiliki perasaan *Envy* yang cukup signifikan.
4. Terdapat pengaruh positif pada *Social Comparison* terhadap *Envy* yang artinya semakin tinggi *Social Comparison* maka *Envy* juga akan semakin tinggi.

5. Terdapat pengaruh positif pada *Envy* terhadap *Quarterlife Crisis* yang artinya semakin tinggi *Envy* maka *Quarterlife Crisis* juga akan semakin tinggi.
6. Terdapat pengaruh positif pada *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis* yang artinya semakin tinggi *Social Comparison* maka *Quarterlife Crisis* juga akan semakin tinggi.
7. *Envy* dapat memediasi peran *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis* yang berarti keberadaan *Envy* dapat mengambil peran pada hubungan *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis*.

5.2 Saran

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *Envy* dapat memediasi peran *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis* pada mahasiswa di Kota Makassar. Berdasarkan temuan tersebut, peneliti ingin memberikan saran ke beberapa pihak. Adapun saran dari peneliti adalah :

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *Envy* adalah variabel penting yang tidak boleh diabaikan. *Envy* timbul karena adanya perilaku *Social Comparison* yang dimana perilaku tersebut dapat memperburuk kondisi *Quarterlife Crisis*. *Quarterlife Crisis* memiliki banyak dampak buruk, salah satunya adalah ketidak mampuan memaksimalkan diri. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan mampu mengontrol perilaku *Social Comparison* agar tidak menimbulkan *Envy* yang pada gilirannya dapat menyebabkan *Quarterlife Crisis*.

2. Bagi Peneliti Berikutnya

- a. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti memperoleh hasil mediasi parsial, sehingga peneliti selanjutnya dapat menelusuri lebih jauh kemungkinan variabel yang dapat memediasi secara sempurna dari penelitian peran *Social Comparison* terhadap *Quarterlife Crisis*.
- b. Penelitian ini melibatkan variabel *Envy* sebagai variabel mediator yang disebabkan oleh salah satu bentuk *Social Comparison* sebagai variabel independen, namun item pada alat ukur variabel *Social Comparison* tidak menspesifikkan bunyi itemnya pada kedua bentuk *Social Comparison*. Sehingga peneliti berikutnya perlu untuk memperhatikan alat ukur *Social Comparison* agar menggunakan atau memodifikasi alat ukur sesuai dengan konteks penelitiannya.
- c. Penelitian ini juga terbatas pada persebaran demografi yang tidak seimbang, sehingga disarankan agar peneliti selanjutnya menjangring subjek penelitian yang lebih seimbang.
- d. Penelitian ini hanya dilakukan di Kota Makassar, sehingga peneliti berikutnya dapat melakukan penelitian ini di Kota lainnya guna mendapatkan temuan, apakah terdapat perbedaan hasil penelitian di kota Makassar dengan kota lainnya.
- e. Penelitian ini hanya berfokus pada variabel *Social Comparison* dan *Envy*, sehingga perlu untuk diteliti lebih jauh dengan variabel independen yang berbeda agar mendapatkan temuan baru.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S., & Sutanto, T. E. (2015). *Statistika tanpa stres*. Jakarta : TransMedia.
- Aderka, I. M., Hofmann, S. G., Nickerson, A., Hermesh, H., Gilboa-Schechtman, E., & Marom, S. (2012). Functional impairment in social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(3). <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.01.003>
- Adler, A. (1973). *Alfred Adler's individual psychology. Teori Dasar Psikologi Kepribadian I*, 64.
- Afnan, A., Fauzia, R., & Tanau, M. U. (2020). Hubungan efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam fase quarter life crisis. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23-29.
- Agustin, I. (2012). *Terapi dengan Pendekatan Solution-Focused Pada Individu yang Mengalami Quarterlife Crisis*. Universitas Indonesia.
- Al-Ghazali. (2016). *Ihya ulumuddin*. Bandung: Marja.
- Alifa, A. N., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan social comparison dan body dissatisfaction pada wanita yang memiliki kelebihan berat badan (overweight). *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 15(2), 110-119.
- Alwisol. (2017). *Psikologi Kepribadian*. Malang : UMM Press.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties*. In *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties*. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780-1953-09379-001.0001>
- Arnocky, S., Perilloux, C., Cloud, J. M., Bird, B. M., & Thomas, K. (2016). Envy mediates the link between social comparison and appearance enhancement in women. *Evolutionary Psychological Science*, 2(2), 71–83.
- Atwood, J. D., & Scholtz, C. (2008). The quarter-life time period: An age of indulgence, crisis or both?. *Contemporary Family Therapy*, 30(4), 233–250. doi: 10.1007/s10591-008- 9066-2
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Baron, R.A. dan Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial. Edisi kesepuluh: jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Bergagna, E., & Tartaglia, S. (2018). Self-esteem, social comparison, and facebook use. *Europe's Journal of Psychology*, 14(4), 831–845.
- Black, A. S. (2010). *“Halfway between somewhere and nothing”*: A exploration

of the quarter-life crisis and life satisfaction among graduate students.
University of Arkansas.

- Brickman, P., & Bulman, R. J. (1977). Pleasure and pain in social comparison. *Social comparison processes: Theoretical and empirical perspectives*, 149, 186.
- Bruce, L. D. H., Wu, J. S., Lustig, S. L., Russell, D. W., & Nemecek, D. A. (2019). Loneliness in the United States: A 2018 National Panel Survey of Demographic, Structural, Cognitive, and Behavioral Characteristics. *American Journal of Health Promotion*, 33(8), 1123–1133.
- Buunk, A. P., & Gibbons, F. X. (2006). Social comparison orientation: a new perspective on those who do and those. *Social comparison and social psychology: Understanding cognition, intergroup relations, and culture*, 15.
- Buunk, A., Barelds, D., Urzúa, M. A., Zurriaga, R., González-Navarro, P., Dijkstra, P. D., & Gibbons, F. (2020). The Psychometric Structure of the Spanish Language Version of The Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure in Spain and Chile. *The Spanish Journal of Psychology*, 23.
- Buunk, B. P., Collins, R. L., Taylor, S. E., VanYperen, N. W., & Dakof, G. A. (1990). The affective consequences of social comparison: either direction has its ups and downs. *Journal of personality and social psychology*, 59(6), 1238-1249.
- Chaplin, J. P. (2000). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali.
- Cohen-Carash, Y. (2009). Episodic Envy. *Journal of Applied Social Psychology*, 39, (9), 2128 – 2173.
- Crusius, J., Gonzalez, M. F., Lange, J., & Cohen-Charash, Y. (2020). Envy: An Adversarial Review and Comparison of Two Competing Views. *Emotion Review*, 12(1), 3–21.
- Davison, Johnson, Kring, Neale. (2013). *Abnormal Psychology: Twelfth Edition*. California: University Of California- Los Angeles.
- Duara, R., Hugh-Jones, S., & Madill, A. (2021). 'Forced adulthood': An aspect of 'quarterlife crisis' suffered by young English and Assamese adults. *Qualitative Studies*, 6(1), 11-37.
- Duli, N. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa konsep dasar untuk penulisan skripsi & analisis data dengan SPSS*. Deepublish.
- Eddleston, K. A. (2009). The effects of social comparisons on managerial career satisfaction and turnover intentions. *Career Development International*. 14 (1), 87 – 110

- Faradillah, F. (2021). *Perbedaan Quarterlife Crisis Berdasarkan Demografi Mahasiswa Di Kota Makassar*. Skripsi. Makassar : Universitas Bosowa.
- Faturochman, F. (2005). Iri Dalam Relasi Sosial. *Jurnal Psikologi UGM*, 32(1), 1-16.
- Fauziah, S., Hacantya, B. B., Paramita, A. W., & Saliha, W. M. (2020). Kontribusi Penggunaan Media Sosial Dalam Perbandingan Sosial Pada Anak-Anak Akhir. *Psycho Idea*, 18(2), 91-103.
- Fazriyati, W. (2013). Perilaku di Facebook Cermin Masalah Penerimaan Diri. Kompas.Com.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140.
- Firmansyah, H. (2009). Hubungan motivasi berprestasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(1), 41-42.
- Fischer, K. (2008). *Ramen Noodles, Rent and Resumes: An After-College Guide To Life*. California : SuperCollege LLC.
- Fitriana, D. (2018). Peran Orang Tua Asuh Dalam Pembinaan Kepribadian Anak Asuh Di Panti Asuhan Darul Hadlanah Suruh Kabupaten Semarang Tahun 2017 (Doctoral Dissertation, Iain Salatiga).
- Gibbons, F.X., & Buunk, A.P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 129-142. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.129>
- Gold, B. T. (1996). Enviousness and its relationship to maladjustment and psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 21(3), 311-321. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(96\)00081-5](https://doi.org/10.1016/0191-8869(96)00081-5)
- Gonzalez, C & Area, M. (2013). Breaking the rules : gamification of learning educational materials. *In proceedings of the 2nd international workshop of interaction design in educational environments*. (pp.47 – 35). Doi : <http://dx.doi.org/10.5220/0004600900470053>.
- Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 129-138.
- Hartaji, D. A. (2012). Motivasi berprestasi pada mahasiswa yang berkuliah dengan jurusan pilihan orang tua. *Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*, 5.

- Hassler, E. B. (2009). *Are You Having A Quarterlife Crisis?. The Huffington Post*. website : https://www.huffingtonpost.com/christine-hassler/are-you-having-a-quarterl_b_326612.html. Diakses pada tanggal 20 November 2021.
- Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife Crisis Pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145-156.
- Hidayat, I. N., & Gamayanti, W. (2020). Dengki, bersyukur dan kualitas hidup orang yang mengalami psikosomatik. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 79-92.
- Jones, D. C. (2001). Social comparison and body image: Attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys. *Sex roles*, 45(9), 645-664.
- Kail, R. V., & Cavanaugh, J. C. (2015). *Human Development : A Life – Span View* (7th ed). Canada : Nelson Education.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Luar Jaringan (offline). (2016). Pusat Bahasa : Kementerian Pendidikan Nasional.
- Kaplan, H.I., Saddock, B. J., & Grebb, J.A. (2010). *Sinopsis Psikiatri : Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*. Jakarta : Bina Rupa Aksara.
- Khatami, M., Nadzifah, N., & Yundianto, D. (2021). About Closeness and Malicious Intent: Role of Loneliness with Emotional intimacy to Malicious envy Tentang Kedekatan dan Niat Jahat: Peran Kesepian dengan Kelekatan Emosional Terhadap Iri Hati. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 18(1), 163-173.
- Krasnova, H., Wenninger, H., Widjaja, T., & Buxmann, P. (2013). Envy on Facebook: a hidden threat to users' life satisfaction?. *International Conference on Wirtschaftsinformatik*.
- Lange, J., & Crusius, J. (2015). Dispositional envy revisited: Unraveling the motivational dynamics of benign and malicious envy. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 41 (2), 284–294.
- Launspach, T., van der Deijl, M., Spiering, M., Heemskerk, M. M., Maas, E. N., & Marckelbach, D. (2016). Choice overload and the quarterlife phase: do higher educated quarterlifers experience more stress?. *Journal of Psychological and Educational Research*, 24(2), 7.
- Lewallen, J., & Behm-Morawitz, E. (2016). Pinterest or thinterest?: Social comparison and body image on social media. *Social Media+ Society*, 2(1).
- Lawrence, D. (2006). *Enhancing self-esteem in the classroom*: Pine Forge Press.
- Lestegas, A. P. (2003). Dertigers dilemma's: Waarheid of mythe?. Department Psychology, University of Amsterdam.

- Matthews, T., Danese, A., Wertz, J., Odgers, C. L., Ambler, A., Moffitt, T. E., & Arseneault, L. (2016). Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioral genetic analysis. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 51(3), 339–348.
- Milfont, T. L., & Gouveia, V. V. (2009). A capital sin: Dispositional envy and its relations to wellbeing. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 43(3), 547-551.
- Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2009). Social comparison as a predictor of body dissatisfaction: A meta-analytic review. *Journal of abnormal psychology*, 118(4), 683.
- Nash, R.J & Murray, M.C., (2010). *Helping College Students Find Purpose : The Campus Guide to Meaning-Making*. San Fransisco : Jossey Bass.
- Nelson, L. J., & Barry, C. M. (2005). Distinguishing features of emerging adulthood: The role of self-classification as an adult. *Journal of adolescent research*, 20(2), 242-262.
- Nevid J.S, Rathus S.A, Green B. (2014). *Psikologi Abnormal. Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Nicole E. R& Carolyn J. M. (2011). Does Quarter life crisis Exist? *.The Journal Of Genetic Psychology*, Vol 172 (2).
- Papilaya, J. O., & Huliselan, N. (2016). Identifikasi gaya belajar mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 56-63.
- Parks, C. D., Rumble, A. C., & Posey, D. C. (2002). The effects of envy on reciprocation in a social dilemma. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 28(4), 509–520.
- Parrott, W. G., & Smith, R. H. (1993). Distinguishing the experiences of envy and jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(6), 906-920. doi:10.1037/0022- 3514.64.6.906
- Polman, E., & Ruttan, R. L. (2012). Effects of anger, guilt, and envy on moral hypocrisy. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 38(1), 129–139.
- Rahmania, F. A., & Tasaufi, M. N. F. (2020). Terapi Kelompok Suportif untuk Menurunkan Quarter-Life Crisis pada Individu Dewasa Awal di Masa Pandemi Covid-19. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 1-16.
- Riegel, K. F. (1976). *Psychology of Developement and History*. New York : Plenum Press.
- Riyanto, A., & Arini, D. P. (2021). Analisis Deskriptif Quarter-Life Crisis Pada Lulusan Perguruan Tinggi Universitas Katolik Musi Charitas. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(1).

- Robbins, A & Wilner, A. (2001). *Quarterlife Crisis : The Unique Challenges of Life in Your Twenties*. New York : Penguin Putnam Inc.
- Robbins, S. P. & Judge, T. (2011). *Organizational behavior. Fourteenth Edition*. Pearson education : New Jersey 07458. 77-89.
- Robinson, O. C., Cimporescu, M., & Thompson, T. (2020). *Wellbeing, Developmental Crisis and Residential Status in the Year After Graduating from Higher Education: A 12-Month Longitudinal Study*. *Journal of Adult Development*, 28(2), 138–148. doi:10.1007/s10804-020-09361-1 .
- Robinson, O., Wright, R.T., & Smith, J. (2013). The holistic phase model of early adult crisis. *Journal of Adult Development*, 20 (1), 27-37. Doi : <https://doi.org/10.1007/s10804-013-9153-y>.
- Salovey, P., & Rodin, J. (1984). Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 780–792.
- Santrock, J.W. (2012). *Life Span Development : Perkembangan Masa Hidup Jilid 2*. Jakarta : Erlangga.
- Schaefer, L. M., & Thompson, J. K. (2014). The development and validation of the physical appearance comparison scale-revised (PACS-R). *Eating behaviors*, 15(2), 209-217.
- Schoeck. (1969). *Envy*. MA : Liberty Press.
- Schulenberg, J. E., & Zarrett, N. R. (2006). Mental Health During Emerging Adulthood: Continuity and Discontinuity in Courses, Causes, and Functions. *Journal American Psychological Association*.
- Senín-Calderón, C., Santos-Morocho, J., & Rodríguez-Testal, J. F. (2020). Validation of a Spanish Version of the Physical Appearance Comparison Scales. *International journal of environmental research and public health*, 17(20), 7399.
- Siagian, S.P. (2008). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Bumi. Aksara.
- Sitinjak, C. (2016, February). Envious increasing student's academic performance. In *Proceeding from the ASEAN Conference: 2nd Psychology & Humanity, "Optimalizing Human Strenght for Productivity and Well Being* , 716-722.
- Smallets, S., Streamer, L., Kondrak, C. L., & Seery, M. D. (2016). Bringing you down versus bringing me up: Discrepant versus congruent high explicit self-esteem differentially predict malicious and benign envy. *Personality and Individual Differences*, 94, 173–179.
- Smith, R. H. (2000). *Assimilative and contrastive emotional reactions to upward*

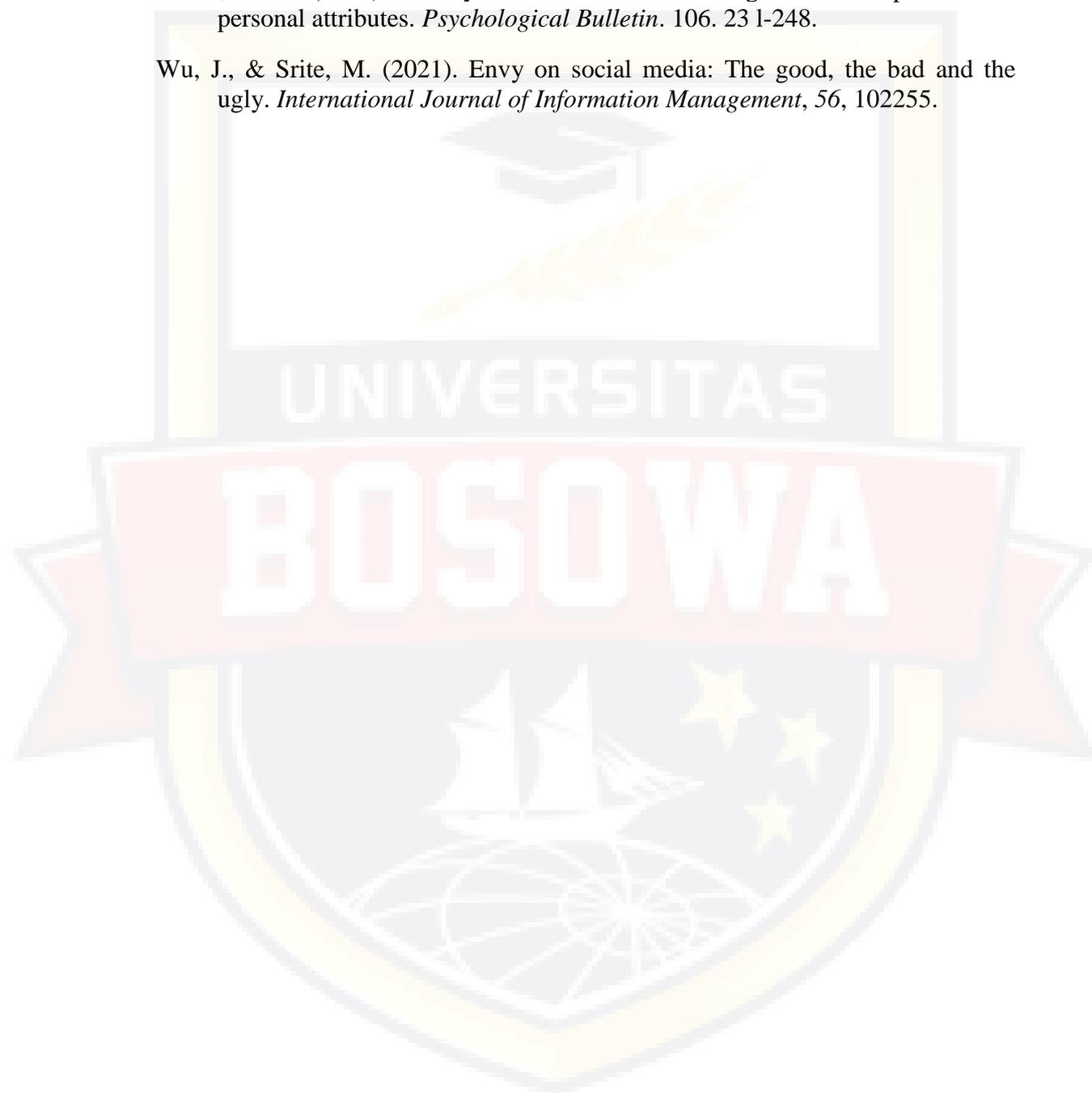
and downward social comparisons. In *Handbook of social comparison*. Boston : Springer.

- Smith, R. H., & Kim, S. H. (2007). Comprehending Envy. *Psychological Bulletin*, 133 (1), 46 -64.
- Smith, R. H., Parrott, W. G., Diener, E. F., Hoyle, R. H., & Kim, S. H. (1999). Dispositional envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(8), 1007-1020.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Sumartha, A. R. (2020). *Pengaruh Trait Kepribadian Neuroticism terhadap Quarter-Life Crisis dimediasi oleh harapan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Sunartio, L., Sukanto, M. E., & Dianovinina, K. (2012). Social comparison dan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal. *Humanitas*, 9(2), 157–168.
- Syifa'ussurur, M., Husna, N., Mustaqim, M., & Fahmi, L. (2021). Menemukenali berbagai alternatif intervensi dalam menghadapi quarter life crisis: sebuah kajian literatur [discovering various alternative intervention towards quarter life crisis: a literature study. *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, 1 (1).
- Tesser, A., Millar, M., & Moore, J. (1988). Some affective consequences of social comparison and reflection processes: the pain and pleasure of being close. *Journal of personality and social psychology*, 54(1), 49.
- Thompson, G., Glasø, L., & Martinsen, Ø. (2016). Antecedents and consequences of envy. *The Journal of social psychology*, 156(2), 139-153.
- Tylka, T. L., & Sabik, N. J. (2010). Integrating social comparison theory and self-esteem within objectification theory to predict women's disordered eating. *Sex roles*, 63(1), 18-31.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi. (2012).
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. (2003).
- Uno, H. B. (2020). *Teori Motivasi dan Pengukurannya : Analisis Di Bidang Pendidikan*. Jakarta : PT.Bumi Aksara.
- Van de Ven, N., Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2009). Leveling up and down: The experiences of benign and malicious envy. *Emotion*, 9(3), 419–429.

Vecchio, R.P. 2005. Exploration in Employee Envy: Feeling Envious and Feeling Envied. *Cognition and Emotion*, 19 (1), 69-81.

Wood, J. V. (1989). Theory and research concerning social comparisons of personal attributes. *Psychological Bulletin*. 106. 23 1-248.

Wu, J., & Srite, M. (2021). Envy on social media: The good, the bad and the ugly. *International Journal of Information Management*, 56, 102255.





LAMPIRAN - LAMPIRAN



Lampiran 1
Skala Penelitian

Skala Penelitian Psikologi

Assalamua'laikum Warahmatullahi Wabarakatuh
Selamat Pagi/Siang/Sore/Malam.

Responden yang terhormat,

Perkenalkan saya Rini Febriyanti, peneliti dari Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar. Saat ini saya sedang melakukan pengambilan data untuk penelitian yang terkait dengan kondisi krisis, membandingkan diri dengan orang lain dan envy. Sehubungan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaan Anda untuk berpartisipasi dengan cara mengisi skala penelitian ini.

Adapun kriteria responden yang dapat mengisi skala penelitian ini, yakni :

1. Mahasiswa(i) Aktif Kota Makassar
2. Berusia 18 - 25 Tahun

Jika Anda memenuhi kriteria tersebut, saya mohon kesediaannya untuk mengisi skala di bawah ini. Seluruh jawaban yang Anda berikan adalah benar, selama jawaban tersebut sesuai dengan kondisi Anda saat ini. Jawaban Anda akan terjamin kerahasiaannya.

Dengan mengisi skala ini, Anda dianggap bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Atas partisipasi, bantuan dan kerjasamanya saya haturkan terima kasih.

Wassalamua'laikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Hormat saya,
Peneliti

Rini Febriyanti
Nim : 4518091015

Identitas Responden

Nama/Inisial :
Usia :
Jenis Kelamin : P / L (Lingkari salah satu)
Suku :
Perguruan Tinggi :
Jurusan :
Semester :

Petunjuk Pengerjaan

Berikut terdapat 67 pernyataan yang mungkin Anda alami. Anda dimohon untuk memberikan jawaban yang sesuai dengan kondisi Anda saat ini. Jawaban yang Anda berikan adalah BENAR, selama Anda mengisi sesuai dengan kondisi Anda yang sesungguhnya.

Pada setiap pernyataan, terdapat 5 pilihan jawaban. Anda dimohon untuk memilih 1 jawaban yang paling menggambarkan diri Anda dari setiap pernyataan , dengan cara:

Pilih "SANGAT SESUAI" apabila pernyataan tersebut sangat menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilih "SESUAI" apabila pernyataan tersebut cukup menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilih "NETRAL" apabila pernyataan tersebut membuat Anda tidak condong pada kedua pilihan Sesuai dan Tidak Sesuai.

Pilih "TIDAK SESUAI" apabila pernyataan tersebut tidak menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilih "SANGAT TIDAK SESUAI" apabila pernyataan tersebut sangat tidak menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

SKALA I

Item	Jawaban					Item	Jawaban				
	SS	S	N	TS	STS		SS	S	N	TS	STS
1. Saya bingung ketika menghadapi pilihan-pilihan terkait masa depan	SS	S	N	TS	STS	kekasih					
2. Saya ragu pada pilihan yang saya pilih	SS	S	N	TS	STS	15. Saya merasa bingung menentukan pilihan yang tepat untuk saya	SS	S	N	TS	STS
3. Saya merasa semakin dewasa, tapi belum mampu menghasilkan apa-apa	SS	S	N	TS	STS	16. Saya mempertimbangkan kembali pilihan yang telah saya pilih	SS	S	N	TS	STS
4. Saya merasa waktu berjalan sangat cepat, namun saya belum mampu memutuskan karir/pekerjaan yang tepat	SS	S	N	TS	STS	17. Saya merasa apa yang saya pelajari sejauh ini tidak membawa dampak yang baik bagi kehidupan saya	SS	S	N	TS	STS
5. Saya merasa memiliki banyak kekurangan dibanding kelebihan	SS	S	N	TS	STS	18. Saya merasa tidak berguna ketika saya gagal	SS	S	N	TS	STS
6. Saya merasa kemampuan saya di bawah rata-rata teman saya	SS	S	N	TS	STS	19. Saya tidak bisa mencapai apa yang menjadi mimpi saya	SS	S	N	TS	STS
7. Saya merasa bingung antara mengikuti keinginan saya atau keinginan orang tua saya	SS	S	N	TS	STS	20. Saya tidak menyukai kehidupan yang saya jalani saat ini	SS	S	N	TS	STS
8. Saya tidak tahu apa yang akan saya lakukan setelah lulus dari perkuliahan	SS	S	N	TS	STS	21. Saya merasa cocok pada satu pilihan, namun juga tidak bisa meninggalkan pilihan lainnya	SS	S	N	TS	STS
9. Saya ingin agar semuanya berjalan sempurna seperti yang saya inginkan	SS	S	N	TS	STS	22. Saya memiliki sebuah impian, namun tidak tahu cara mewujudkannya	SS	S	N	TS	STS
10. Saya akhir-akhir ini mengkhawatirkan banyak hal, seperti keputusan karir, melanjutkan studi, atau menikah	SS	S	N	TS	STS	23. Lebih baik saya menghindari untuk memulai sesuatu hal agar tidak mengalami kegagalan	SS	S	N	TS	STS
11. Saya merasa tidak nyaman karena belum memiliki pencapaian	SS	S	N	TS	STS	24. Saya gelisah ketika memikirkan kehidupan masa depan	SS	S	N	TS	STS
12. Mengerjakan tugas kuliah atau pun tugas dari tempat kerja adalah hal yang sangat berat	SS	S	N	TS	STS	25. Saya merasa tidak nyaman karena banyaknya tuntutan di lingkungan saya	SS	S	N	TS	STS
13. Saya merasa ragu jika saya benar-benar cocok dengan pasangan saya saat ini	SS	S	N	TS	STS	26. Saya merasa bahwa menjadi lulusan sarjana harus lebih sukses dalam karir/pekerjaan	SS	S	N	TS	STS
14. Saya merasa gelisah ketika memikirkan hubungan percintaan saya, seperti putus dari	SS	S	N	TS	STS	27. Saya merasa khawatir apabila nanti tidak memperoleh pasangan	SS	S	N	TS	STS
						28. Saya masih belum mengetahui kemana	SS	S	N	TS	STS

Item	Jawaban				
	SS	S	N	TS	STS
arah hidup yang saya inginkan					
29. Saya merasa salah mengambil jurusan di perguruan tinggi	SS	S	N	TS	STS
30. Saya merasa apa yang saya lakukan sia-sia	SS	S	N	TS	STS
31. Saya merasa tidak berdaya	SS	S	N	TS	STS
32. Saya merasa tidak percaya diri dengan kemampuan saya pada bidang pendidikan/pekerjaan saya	SS	S	N	TS	STS
33. Saya merasa hari-hari berlalu begitu saja dan tidak berkesan	SS	S	N	TS	STS
34. Saya merasa kondisi saya saat ini begitu berat	SS	S	N	TS	STS
35. Saya merasa sulit untuk meninggalkan zona nyaman	SS	S	N	TS	STS
36. Saya khawatir jika akan mengalami kegagalan	SS	S	N	TS	STS
37. Saya merasa belum siap menghadapi masa yang akan datang	SS	S	N	TS	STS
38. Saya merasa masalah selalu hadir dalam hidup saya	SS	S	N	TS	STS
39. Saya merasa terbebani ketika di usia sekarang belum berpenghasilan	SS	S	N	TS	STS
40. Saya merasa relasi saya saat ini tidak akan bertahan lama	SS	S	N	TS	STS
41. Saya merasa takut jika nanti orang yang bersama saya tidak sebaik yang saya harapkan	SS	S	N	TS	STS

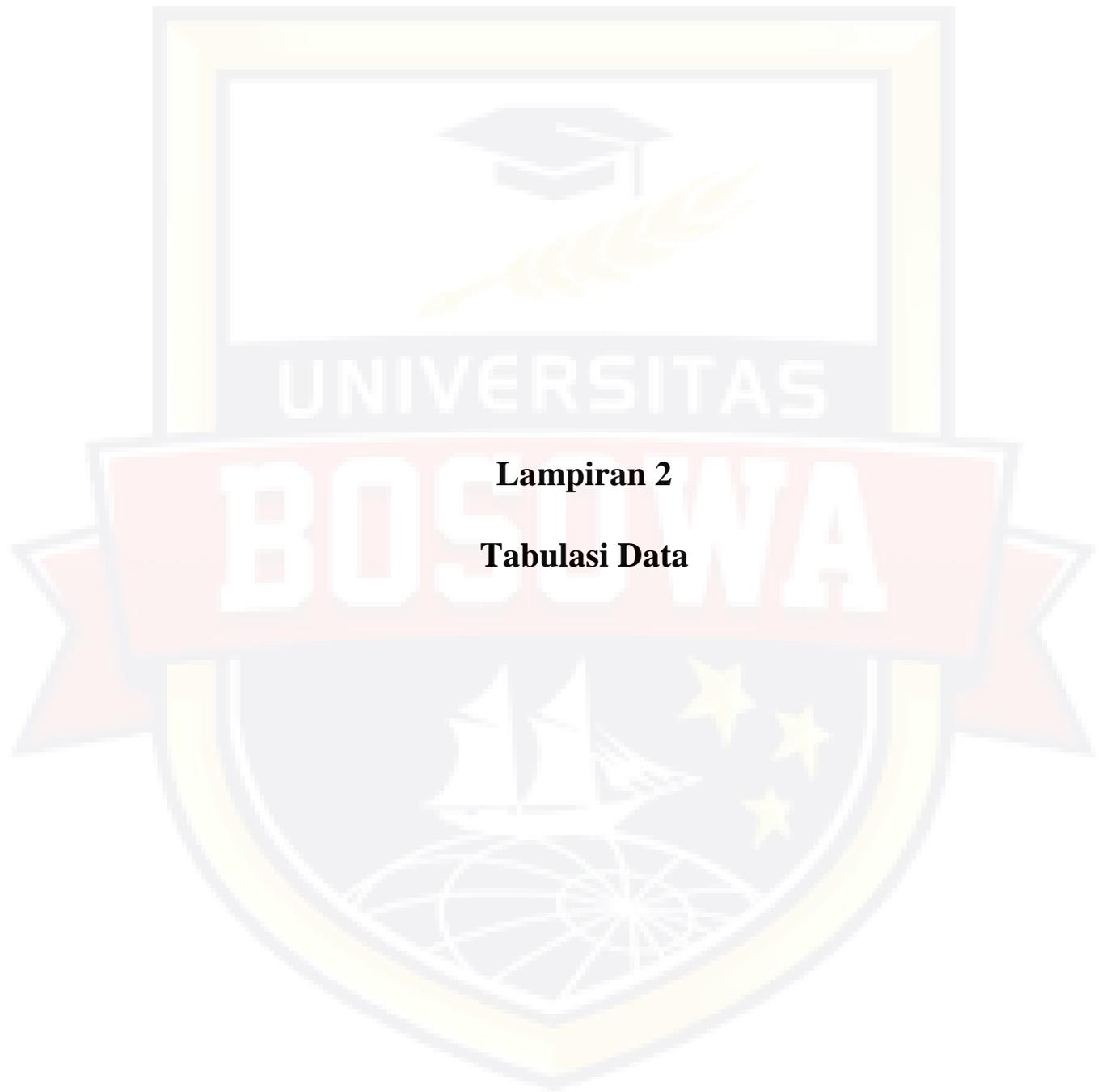
SKALA II

Item	Jawaban				
	SS	S	N	TS	STS
1. Saya membandingkan apa yang dilakukan orang-orang terdekat saya dengan apa yang dilakukan orang lain.	SS	S	N	TS	STS
2. Saya membandingkan apa yang saya lakukan dengan apa yang dilakukan orang lain.	SS	S	N	TS	STS
3. Saya membandingkan hasil kerja saya dengan hasil kerja orang lain	SS	S	N	TS	STS
4. Saya membandingkan kehidupan sosial saya dengan orang lain. (misal : dalam hal cara bergaul dan cara dikenal atau disukai banyak orang)	SS	S	N	TS	STS
5. Saya tidak suka membandingkan diri saya dengan orang lain.	SS	S	N	TS	STS
6. Saya membandingkan keberhasilan hidup saya dengan keberhasilan hidup orang lain.	SS	S	N	TS	STS
7. Saya mengobrol dengan orang lain untuk bertukar pikiran.	SS	S	N	TS	STS
8. Saya mencari tahu apa yang dipikirkan orang lain yang memiliki masalah yang serupa dengan masalah saya.	SS	S	N	TS	STS
9. Saya ingin tahu apa yang dilakukan orang lain jika berada dalam situasi yang sama dengan situasi yang saya alami.	SS	S	N	TS	STS
10. Saya mencari tahu apa yang dipikirkan oleh orang lain saat menjalani suatu masalah.	SS	S	N	TS	STS
11. Saya tidak membandingkan kondisi saya dengan kondisi orang lain.	SS	S	N	TS	STS

SKALA III

Item	Jawaban				
	SS	S	N	TS	STS
1. Saya merasa orang lain mampu mencapai impiannya sedangkan saya tidak.	SS	S	N	TS	STS
2. Saya merasa ingin menjadi orang yang berprestasi seperti orang lain.	SS	S	N	TS	STS
3. Saya merasa bahwa diri saya belum berhasil dalam hal apapun.	SS	S	N	TS	STS
4. Orang lain tampak pintar dibandingkan saya.	SS	S	N	TS	STS
5. Saya ingin memiliki kecukupan materi seperti orang lain.	SS	S	N	TS	STS
6. Saya melihat diri saya sebagai seseorang yang sulit untuk mencapai keberhasilan	SS	S	N	TS	STS
7. Saya merasa bahwa orang lain lebih beruntung dalam segala hal dibandingkan saya.	SS	S	N	TS	STS
8. Saya harus mencapai kesuksesan seperti kesuksesan orang lain.	SS	S	N	TS	STS
9. Sulit bagi saya untuk memiliki suatu hal seperti yang dimiliki orang lain.	SS	S	N	TS	STS
10. Berbeda dengan saya, orang lain tampak memiliki teman, keluarga dan kekasih yang selalu mendukungnya.	SS	S	N	TS	STS
11. Saya ingin memiliki keadaan yang baik seperti orang lain.	SS	S	N	TS	STS
12. Orang lain tampak mudah mendapatkan sesuatu dibandingkan saya.	SS	S	N	TS	STS
13. Orang lain terlihat bebas membeli apapun yang diinginkannya sedangkan saya tidak.	SS	S	N	TS	STS
14. Ketika saya melihat orang lain memiliki sesuatu yang lebih baik, saya merasa ingin	SS	S	N	TS	STS

Item	Jawaban				
	SS	S	N	TS	STS
memilikinya juga.					
15. Saya merasa bahwa diri saya masih memiliki kekurangan.	SS	S	N	TS	STS



Lampiran 2
Tabulasi Data

DATA SKALA *QUARTERLIFE CRISIS*

No.	Skor														
1	140	54	138	107	155	160	121	213	123	266	144	319	127	372	137
2	151	55	118	108	138	161	144	214	137	267	154	320	150	373	122
3	150	56	125	109	122	162	135	215	143	268	100	321	117	374	121
4	132	57	135	110	104	163	91	216	148	269	154	322	95	375	171
5	160	58	112	111	107	164	128	217	177	270	103	323	144	376	98
6	147	59	121	112	135	165	107	218	162	271	149	324	131	377	122
7	165	60	154	113	130	166	109	219	86	272	114	325	107	378	97
8	114	61	147	114	125	167	188	220	149	273	87	326	77	379	115
9	98	62	85	115	159	168	154	221	127	274	117	327	125	380	105
10	148	63	128	116	145	169	133	222	104	275	158	328	111	381	93
11	189	64	108	117	127	170	138	223	126	276	97	329	145	382	123
12	110	65	135	118	143	171	132	224	137	277	97	330	164	383	141
13	151	66	131	119	159	172	127	225	115	278	132	331	105	384	129
14	116	67	112	120	68	173	146	226	110	279	117	332	107	385	101
15	130	68	130	121	144	174	139	227	122	280	118	333	128	386	125
16	166	69	98	122	107	175	159	228	76	281	87	334	130	387	99
17	154	70	119	123	102	176	101	229	116	282	106	335	136	388	136
18	75	71	122	124	135	177	115	230	113	283	148	336	126	389	105
19	127	72	151	125	107	178	107	231	130	284	123	337	166	390	132
20	123	73	163	126	153	179	118	232	103	285	102	338	127	391	122
21	145	74	117	127	151	180	101	233	108	286	137	339	125	392	93
22	73	75	115	128	142	181	109	234	130	287	123	340	145	393	129
23	83	76	118	129	148	182	191	235	105	288	122	341	133	394	115
24	102	77	135	130	133	183	132	236	145	289	141	342	129	395	130
25	118	78	105	131	119	184	125	237	141	290	136	343	88	396	126
26	117	79	145	132	90	185	141	238	121	291	146	344	123	397	121
27	134	80	131	133	100	186	146	239	119	292	124	345	128	398	150
28	149	81	106	134	125	187	129	240	109	293	142	346	128	399	121
29	140	82	112	135	160	188	135	241	121	294	123	347	94	400	127
30	132	83	110	136	137	189	152	242	108	295	137	348	142	401	148
31	130	84	136	137	122	190	98	243	159	296	154	349	139	402	98
32	158	85	144	138	157	191	134	244	91	297	124	350	105	403	124
33	135	86	152	139	126	192	147	245	94	298	158	351	91	404	120
34	117	87	109	140	107	193	114	246	162	299	180	352	141	405	136
35	131	88	139	141	143	194	176	247	125	300	127	353	122	406	136
36	113	89	133	142	130	195	135	248	120	301	169	354	157	407	151
37	145	90	102	143	113	196	144	249	120	302	147	355	110	408	147
38	99	91	87	144	120	197	137	250	80	303	100	356	147	409	144
39	141	92	130	145	126	198	98	251	118	304	112	357	154	410	101
40	149	93	141	146	110	199	146	252	175	305	128	358	135	411	77
41	152	94	149	147	94	200	123	253	79	306	135	359	100	412	161
42	127	95	150	148	140	201	135	254	119	307	129	360	115	413	119
43	138	96	109	149	148	202	147	255	123	308	108	361	129	414	112
44	126	97	112	150	148	203	138	256	108	309	122	362	102	415	187
45	139	98	178	151	100	204	113	257	154	310	169	363	149	416	142
46	116	99	141	152	103	205	144	258	123	311	122	364	142	417	137
47	117	100	138	153	129	206	154	259	111	312	152	365	152	418	125
48	127	101	112	154	135	207	100	260	131	313	124	366	131	419	104
49	158	102	128	155	112	208	121	261	146	314	138	367	122	420	144
50	162	103	176	156	145	209	161	262	126	315	147	368	114	421	149
51	114	104	135	157	128	210	131	263	96	316	81	369	144	422	131
52	105	105	148	158	80	211	104	264	140	317	123	370	126	423	135
53	162	106	149	159	134	212	161	265	127	318	126	371	114	424	127

No.	Skor														
425	147	438	139	451	126	464	132	477	109	490	149	503	144	516	158
426	132	439	133	452	93	465	111	478	147	491	132	504	109	517	126
427	116	440	104	453	147	466	104	479	98	492	144	505	101	518	137
428	98	441	131	454	89	467	128	480	113	493	111	506	142	519	132
429	108	442	147	455	167	468	97	481	133	494	99	507	154	520	134
430	174	443	123	456	116	469	166	482	187	495	134	508	178	521	113
431	153	444	145	457	71	470	158	483	144	496	105	509	159	522	131
432	98	445	135	458	143	471	129	484	100	497	138	510	134	523	79
433	117	446	149	459	118	472	156	485	148	498	181	511	120	524	126
434	118	447	121	460	129	473	110	486	160	499	167	512	110	525	148
435	102	448	123	461	145	474	143	487	125	500	139	513	122	526	123
436	117	449	159	462	112	475	113	488	128	501	154	514	123	527	103
437	120	450	125	463	136	476	165	489	157	502	120	515	125	528	114

DATA SKALA SOCIAL COMPARISON

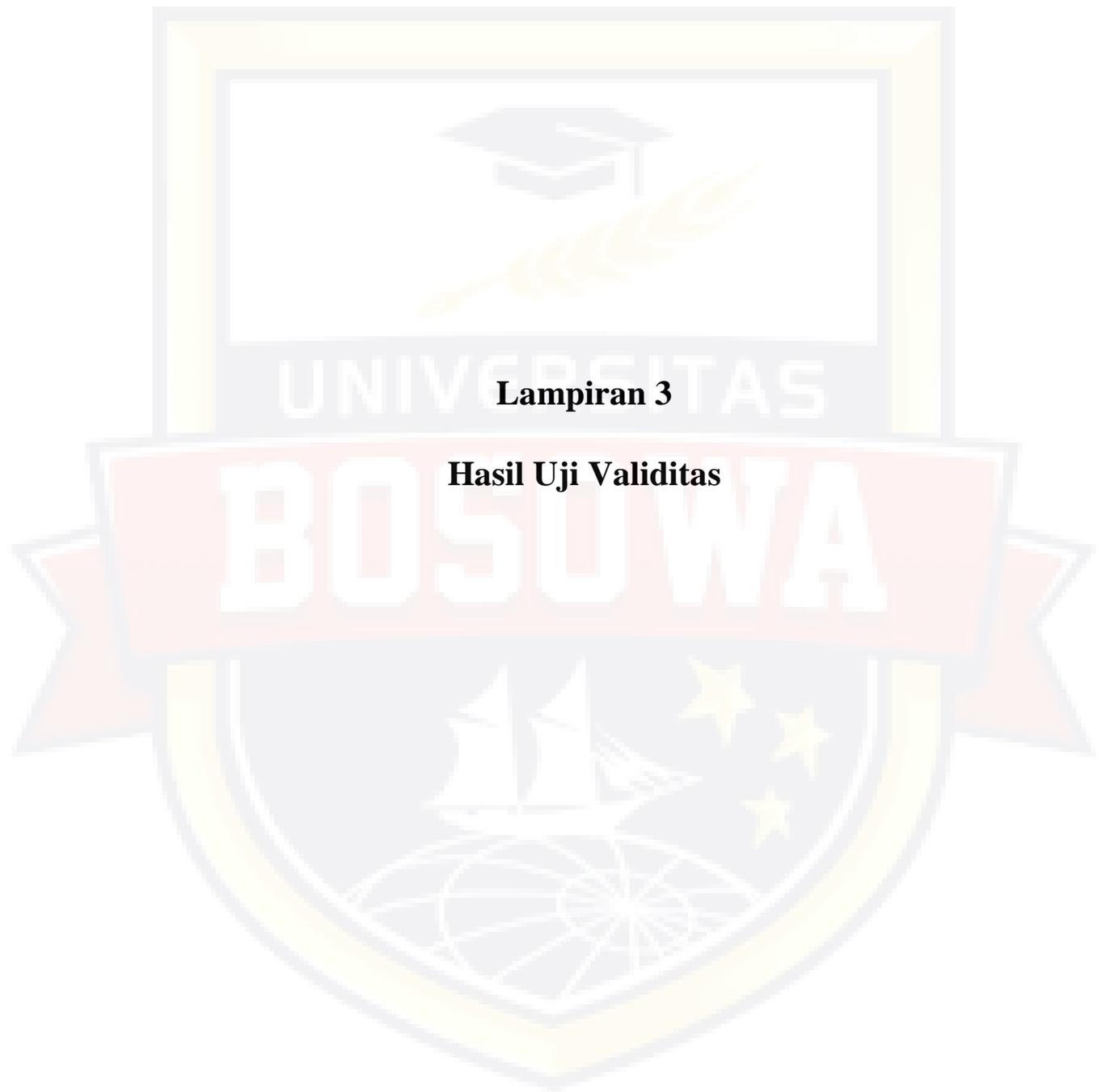
No.	Skor														
1	39	36	32	71	29	106	50	141	49	176	33	211	40	246	46
2	41	37	44	72	41	107	42	142	29	177	33	212	51	247	35
3	32	38	32	73	42	108	47	143	35	178	29	213	40	248	28
4	53	39	42	74	44	109	45	144	45	179	38	214	24	249	36
5	38	40	48	75	30	110	27	145	30	180	37	215	37	250	34
6	24	41	47	76	32	111	39	146	24	181	31	216	45	251	40
7	48	42	36	77	42	112	40	147	30	182	43	217	47	252	39
8	40	43	21	78	31	113	38	148	40	183	34	218	34	253	25
9	29	44	33	79	25	114	36	149	33	184	32	219	21	254	32
10	46	45	39	80	33	115	33	150	41	185	45	220	38	255	32
11	44	46	40	81	33	116	35	151	25	186	35	221	36	256	35
12	35	47	36	82	44	117	38	152	28	187	32	222	33	257	43
13	34	48	36	83	44	118	35	153	31	188	33	223	34	258	37
14	30	49	48	84	42	119	35	154	40	189	39	224	36	259	26
15	39	50	38	85	35	120	25	155	27	190	26	225	32	260	32
16	48	51	33	86	40	121	39	156	42	191	36	226	34	261	39
17	45	52	22	87	34	122	35	157	37	192	45	227	36	262	40
18	25	53	33	88	42	123	32	158	30	193	36	228	45	263	27
19	39	54	38	89	34	124	38	159	32	194	45	229	31	264	40
20	41	55	44	90	38	125	26	160	30	195	29	230	38	265	26
21	41	56	34	91	24	126	38	161	44	196	43	231	44	266	38
22	37	57	36	92	42	127	44	162	44	197	42	232	29	267	33
23	26	58	40	93	44	128	41	163	27	198	34	233	34	268	34
24	38	59	24	94	39	129	40	164	33	199	26	234	32	269	37
25	38	60	42	95	42	130	41	165	31	200	35	235	33	270	19
26	28	61	43	96	40	131	40	166	44	201	28	236	37	271	35
27	39	62	38	97	32	132	27	167	53	202	40	237	44	272	35
28	46	63	37	98	40	133	33	168	43	203	38	238	30	273	21
29	48	64	33	99	53	134	38	169	50	204	38	239	42	274	38
30	39	65	39	100	40	135	38	170	51	205	43	240	39	275	47
31	35	66	37	101	42	136	44	171	40	206	41	241	29	276	29
32	37	67	35	102	51	137	38	172	33	207	25	242	29	277	29
33	23	68	35	103	42	138	49	173	44	208	46	243	38	278	29
34	31	69	31	104	38	139	44	174	42	209	34	244	32	279	33
35	29	70	38	105	40	140	37	175	42	210	40	245	44	280	38

No.	Skor														
281	34	312	39	343	26	374	32	405	37	436	38	467	34	498	46
282	33	313	39	344	33	375	40	406	44	437	33	468	26	499	45
283	27	314	34	345	44	376	26	407	35	438	34	469	40	500	31
284	30	315	40	346	39	377	31	408	39	439	37	470	43	501	38
285	40	316	31	347	35	378	41	409	39	440	36	471	31	502	22
286	43	317	28	348	38	379	37	410	41	441	32	472	41	503	49
287	32	318	43	349	32	380	43	411	34	442	43	473	35	504	29
288	30	319	40	350	37	381	30	412	39	443	33	474	38	505	30
289	36	320	36	351	41	382	33	413	37	444	46	475	35	506	37
290	20	321	26	352	42	383	33	414	41	445	45	476	42	507	37
291	44	322	24	353	35	384	52	415	40	446	47	477	33	508	34
292	26	323	36	354	36	385	34	416	40	447	33	478	40	509	25
293	35	324	31	355	42	386	35	417	42	448	33	479	22	510	36
294	33	325	34	356	41	387	30	418	40	449	26	480	36	511	43
295	28	326	31	357	42	388	35	419	40	450	34	481	39	512	27
296	36	327	29	358	34	389	29	420	32	451	37	482	51	513	26
297	37	328	30	359	40	390	31	421	38	452	35	483	37	514	33
298	40	329	32	360	36	391	39	422	40	453	40	484	31	515	45
299	44	330	41	361	31	392	37	423	46	454	37	485	48	516	43
300	41	331	33	362	26	393	33	424	39	455	45	486	42	517	36
301	42	332	33	363	43	394	47	425	36	456	38	487	33	518	39
302	42	333	34	364	39	395	36	426	34	457	29	488	34	519	30
303	34	334	30	365	39	396	37	427	28	458	32	489	38	520	30
304	30	335	26	366	40	397	33	428	28	459	32	490	40	521	42
305	34	336	37	367	33	398	45	429	35	460	29	491	33	522	33
306	39	337	47	368	41	399	40	430	39	461	37	492	47	523	28
307	32	338	55	369	40	400	33	431	35	462	31	493	32	524	29
308	22	339	40	370	29	401	33	432	30	463	38	494	31	525	38
309	42	340	36	371	43	402	44	433	30	464	27	495	38	526	44
310	53	341	40	372	37	403	54	434	31	465	24	496	27	527	35
311	34	342	33	373	31	404	26	435	35	466	48	497	43	528	31

DATA SKALA ENVY

No.	Skor														
1	53	18	38	35	40	52	39	69	42	86	64	103	73	120	33
2	45	19	56	36	38	53	60	70	45	87	37	104	47	121	55
3	49	20	55	37	57	54	52	71	31	88	40	105	64	122	39
4	55	21	52	38	37	55	48	72	57	89	59	106	58	123	34
5	56	22	36	39	60	56	41	73	70	90	44	107	63	124	44
6	60	23	34	40	64	57	39	74	39	91	39	108	45	125	51
7	73	24	33	41	63	58	52	75	51	92	55	109	54	126	61
8	50	25	49	42	40	59	44	76	45	93	58	110	42	127	67
9	30	26	51	43	56	60	57	77	49	94	63	111	45	128	48
10	58	27	58	44	45	61	51	78	46	95	40	112	48	129	61
11	74	28	52	45	53	62	39	79	46	96	43	113	52	130	48
12	37	29	52	46	51	63	50	80	58	97	40	114	46	131	39
13	48	30	46	47	45	64	42	81	45	98	67	115	57	132	46
14	42	31	48	48	53	65	50	82	46	99	48	116	50	133	45
15	48	32	52	49	69	66	52	83	39	100	50	117	44	134	44
16	66	33	54	50	62	67	36	84	51	101	47	118	52	135	56
17	53	34	39	51	45	68	50	85	60	102	49	119	63	136	46

No.	Skor														
137	50	186	70	235	43	284	50	333	43	382	45	431	73	480	44
138	53	187	45	236	60	285	49	334	39	383	47	432	30	481	50
139	45	188	51	237	51	286	54	335	37	384	46	433	43	482	73
140	43	189	60	238	47	287	50	336	41	385	43	434	49	483	44
141	55	190	44	239	50	288	44	337	66	386	45	435	42	484	33
142	51	191	50	240	45	289	38	338	41	387	42	436	45	485	63
143	51	192	56	241	46	290	43	339	60	388	42	437	44	486	59
144	40	193	46	242	38	291	61	340	59	389	42	438	51	487	49
145	44	194	69	243	58	292	45	341	56	390	61	439	44	488	45
146	40	195	50	244	36	293	54	342	45	391	52	440	45	489	57
147	40	196	66	245	44	294	45	343	41	392	37	441	48	490	53
148	51	197	48	246	59	295	43	344	45	393	37	442	65	491	50
149	60	198	39	247	48	296	48	345	44	394	46	443	45	492	52
150	59	199	42	248	45	297	45	346	48	395	44	444	59	493	43
151	33	200	42	249	55	298	68	347	44	396	48	445	62	494	44
152	50	201	46	250	41	299	74	348	58	397	45	446	59	495	57
153	39	202	50	251	49	300	43	349	49	398	61	447	45	496	42
154	52	203	45	252	65	301	59	350	39	399	42	448	45	497	52
155	46	204	44	253	38	302	62	351	43	400	45	449	68	498	70
156	60	205	60	254	47	303	29	352	48	401	45	450	48	499	70
157	50	206	61	255	46	304	37	353	47	402	40	451	49	500	50
158	37	207	44	256	44	305	46	354	46	403	54	452	42	501	73
159	34	208	51	257	52	306	53	355	58	404	38	453	51	502	52
160	47	209	56	258	44	307	48	356	50	405	46	454	40	503	67
161	56	210	45	259	44	308	38	357	59	406	54	455	60	504	38
162	55	211	42	260	41	309	42	358	52	407	54	456	44	505	39
163	39	212	58	261	41	310	64	359	41	408	50	457	34	506	52
164	44	213	53	262	48	311	41	360	43	409	56	458	42	507	52
165	40	214	36	263	42	312	63	361	48	410	46	459	44	508	62
166	42	215	47	264	50	313	59	362	41	411	29	460	40	509	63
167	74	216	62	265	59	314	55	363	65	412	61	461	52	510	49
168	52	217	64	266	55	315	60	364	56	413	48	462	32	511	54
169	52	218	66	267	45	316	36	365	47	414	49	463	50	512	35
170	59	219	27	268	43	317	32	366	43	415	74	464	46	513	47
171	46	220	51	269	56	318	54	367	45	416	47	465	34	514	45
172	46	221	50	270	51	319	43	368	43	417	44	466	42	515	52
173	62	222	39	271	56	320	47	369	47	418	55	467	51	516	56
174	53	223	47	272	39	321	34	370	48	419	44	468	47	517	46
175	62	224	44	273	38	322	39	371	46	420	46	469	60	518	53
176	35	225	39	274	50	323	53	372	62	421	58	470	53	519	47
177	44	226	45	275	58	324	47	373	46	422	57	471	44	520	34
178	33	227	51	276	38	325	37	374	45	423	59	472	60	521	46
179	47	228	31	277	32	326	34	375	59	424	44	473	37	522	50
180	30	229	43	278	54	327	44	376	27	425	45	474	45	523	34
181	48	230	49	279	45	328	47	377	38	426	46	475	48	524	50
182	68	231	46	280	44	329	45	378	45	427	36	476	66	525	49
183	50	232	41	281	30	330	56	379	44	428	39	477	39	526	46
184	53	233	40	282	44	331	40	380	38	429	46	478	50	527	39
185	66	234	38	283	52	332	34	381	43	430	62	479	34	528	44



Lampiran 3

Hasil Uji Validitas

1. Validasi Logis

SOCIAL COMPARISON

No.	Bunyi Item
1.	Saya membandingkan apa yang dilakukan orang-orang terdekat saya dengan apa yang dilakukan orang lain.
2.	Saya membandingkan apa yang saya lakukan dengan apa yang dilakukan orang lain.
3.	Saya membandingkan hasil kerja saya dengan hasil kerja orang lain.
4.	Saya membandingkan kehidupan sosial saya dengan orang lain. (misal : dalam hal cara bergaul dan cara dikenal atau disukai banyak orang).
5.	Saya tidak suka membandingkan diri saya dengan orang lain.
6.	Saya membandingkan keberhasilan hidup saya dengan keberhasilan hidup orang lain.
7.	Saya mengobrol dengan orang lain untuk bertukar pikiran.
8.	Saya mencari tahu apa yang dipikirkan orang lain yang memiliki masalah yang serupa dengan masalah saya.
9.	Saya ingin tahu apa yang dilakukan orang lain jika berada dalam situasi yang sama dengan situasi yang saya alami.
10.	Saya mencari tahu apa yang dipikirkan oleh orang lain saat menjalani suatu masalah.
11.	Saya tidak membandingkan kondisi saya dengan kondisi orang lain.

ENVY

No.	Bunyi Item
1.	Saya merasa orang lain mampu mencapai impiannya sedangkan saya tidak.
2.	Saya merasa ingin menjadi orang yang berprestasi seperti orang lain.
3.	Saya merasa bahwa diri saya belum berhasil dalam hal apapun.
4.	Orang lain terlihat lebih pintar dibandingkan saya.
5.	Saya ingin memiliki kecukupan materi seperti orang lain.
6.	Saya melihat diri saya sebagai seseorang yang sulit untuk mencapai keberhasilan.
7.	Saya merasa bahwa orang lain lebih beruntung dalam segala hal dibandingkan saya.
8.	Saya harus mencapai kesuksesan seperti kesuksesan orang lain.
9.	Sulit bagi saya untuk memiliki suatu hal seperti yang dimiliki orang lain.
10.	Berbeda dengan saya, orang lain tampak memiliki teman, keluarga dan kekasih yang selalu mendukungnya.
11.	Saya ingin memiliki keadaan yang baik seperti orang lain.
12.	Orang lain tampak mudah mendapatkan sesuatu dibandingkan saya.
13.	Orang lain terlihat bebas membeli apapun yang diinginkannya sedangkan saya tidak.
14.	Ketika saya melihat orang lain memiliki sesuatu yang lebih baik, saya merasa ingin memilikinya juga.
15.	Saya merasa bahwa diri saya masih memiliki kekurangan.

2. Validitas Tampang

SKALA SOCIAL COMPARISON

No.	Bunyi Item
1.	Saya membandingkan apa yang dilakukan orang-orang terdekat saya dengan apa yang dilakukan orang lain.
2.	Saya membandingkan apa yang saya lakukan dengan apa yang dilakukan orang lain.
3.	Saya membandingkan hasil kerja saya dengan hasil kerja orang lain.
4.	Saya membandingkan kehidupan sosial saya dengan orang lain. (misal : dalam hal cara bergaul dan cara dikenal atau disukai banyak orang).
5.	Saya tidak suka membandingkan diri saya dengan orang lain.
6.	Saya membandingkan keberhasilan hidup saya dengan keberhasilan hidup orang lain.
7.	Saya mengobrol dengan orang lain untuk bertukar pikiran.
8.	Saya mencari tahu apa yang dipikirkan orang lain yang memiliki masalah yang serupa dengan masalah saya.
9.	Saya ingin tahu apa yang dilakukan orang lain jika berada dalam situasi yang sama dengan situasi yang saya alami.
10.	Saya mencari tahu apa yang dipikirkan oleh orang lain saat menjalani suatu masalah.
11.	Saya tidak membandingkan kondisi saya dengan kondisi orang lain.

SKALA ENVY

No.	Bunyi Item
1.	Saya merasa orang lain mampu mencapai impiannya sedangkan saya tidak.
2.	Saya merasa ingin menjadi orang yang berprestasi seperti orang lain.
3.	Saya merasa bahwa diri saya belum berhasil dalam hal apapun.
4.	Orang lain terlihat lebih pintar dibandingkan saya.
5.	Saya ingin memiliki kecukupan materi seperti orang lain.
6.	Saya melihat diri saya sebagai seseorang yang sulit untuk mencapai keberhasilan.
7.	Saya merasa bahwa orang lain lebih beruntung dalam segala hal dibandingkan saya.
8.	Saya harus mencapai kesuksesan seperti kesuksesan orang lain.
9.	Sulit bagi saya untuk memiliki suatu hal seperti yang dimiliki orang lain.
10.	Berbeda dengan saya, orang lain tampak memiliki teman, keluarga dan kekasih yang selalu mendukungnya.
11.	Saya ingin memiliki keadaan yang baik seperti orang lain.
12.	Orang lain tampak mudah mendapatkan sesuatu dibandingkan saya.
13.	Orang lain terlihat bebas membeli apapun yang diinginkannya sedangkan saya tidak.
14.	Ketika saya melihat orang lain memiliki sesuatu yang lebih baik, saya merasa ingin memilikinya juga.
15.	Saya merasa bahwa diri saya masih memiliki kekurangan.

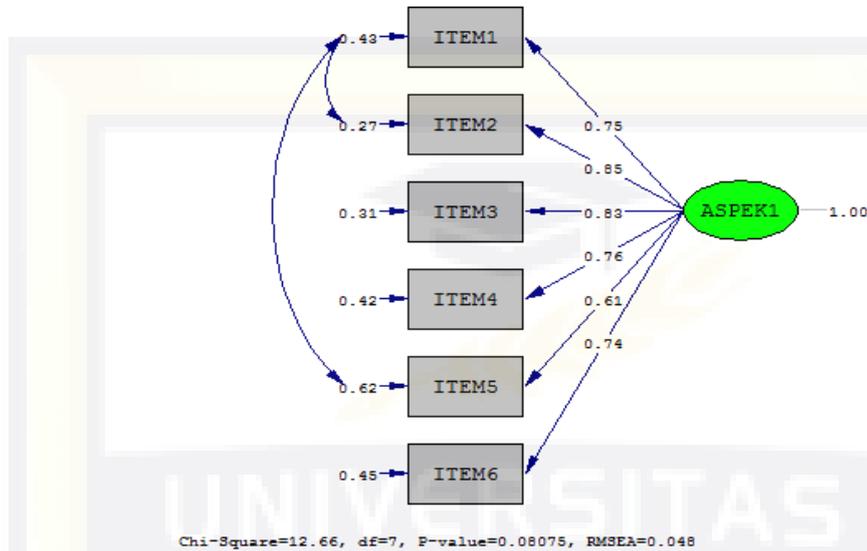


Lampiran 4

Hasil Uji Validitas Konstrak

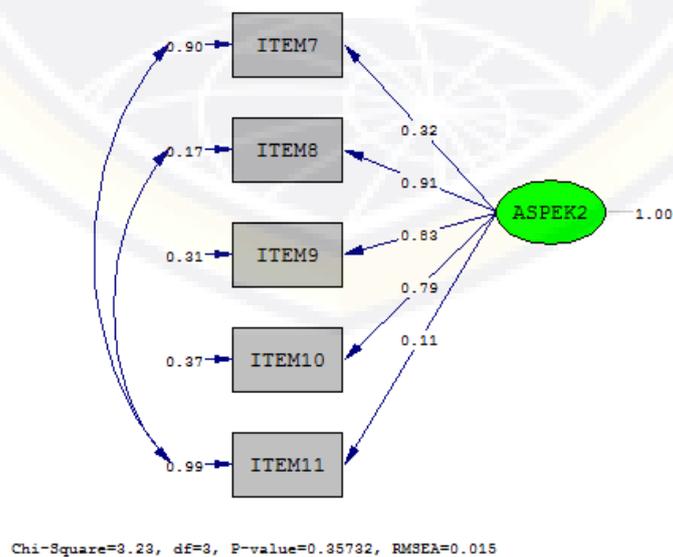
A. Social Comparison

1. Path Aspek Kemampuan (*Ability*)



Item	Factor Loading	Nilai Error	T-Value	Keterangan
1	0.75	0.05	15.43	Valid
2	0.85	0.04	19.00	Valid
3	0.83	0.05	18.39	Valid
4	0.76	0.05	16.07	Valid
5	0.61	0.05	12.09	Valid
6	0.74	0.05	15.51	Valid

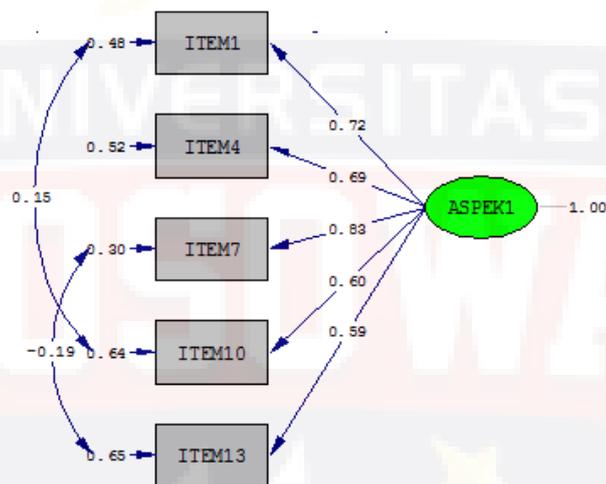
2. Path Aspek Pendapat (*Opinion*)



Item	Factor Loading	Nilai Error	T-Value	Keterangan
7	0.32	0.05	5.87	Valid
8	0.91	0.04	20.81	Valid
9	0.83	0.05	18.20	Valid
10	0.79	0.05	17.12	Valid
11	0.11	0.06	1.97	Valid

B. Envy

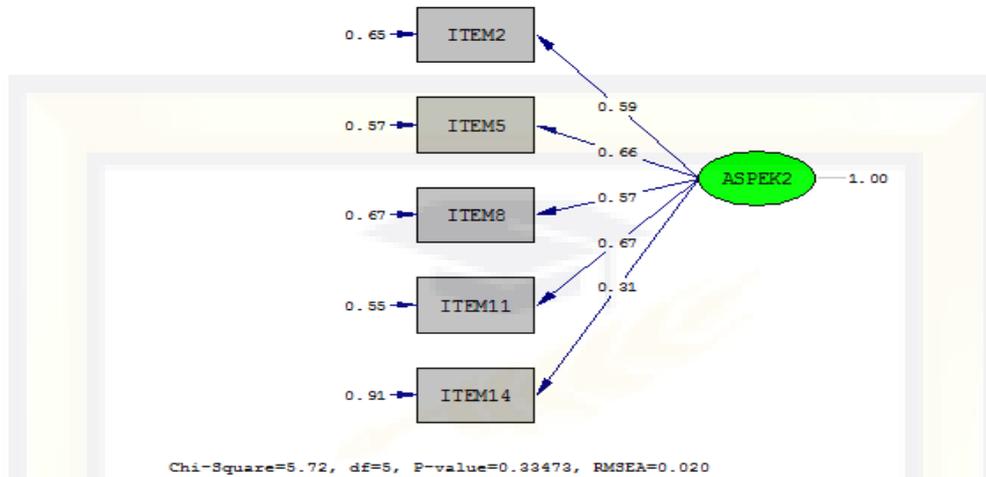
1. Path Aspek Perbandingan dengan Orang Lain



Chi-Square=3.14, df=3, P-value=0.37071, RMSEA=0.012

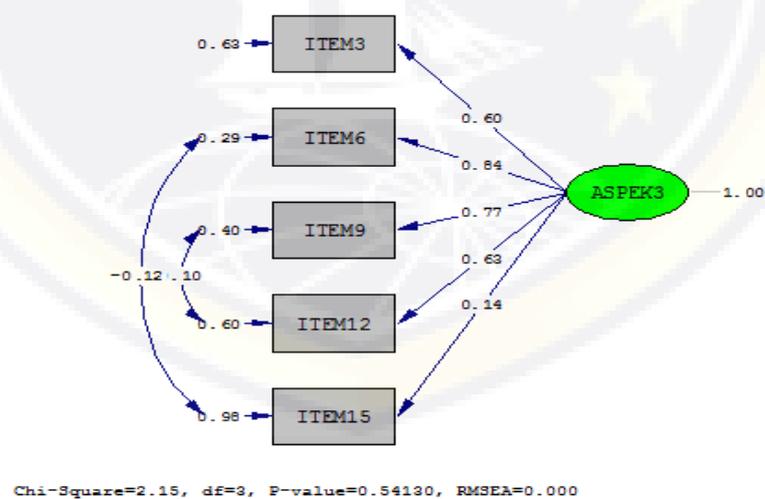
Item	Factor Loading	Nilai Error	T-Value	Keterangan
1	0.72	0.05	14.12	Valid
4	0.69	0.05	13.56	Valid
7	0.83	0.05	16.14	Valid
10	0.60	0.05	11.30	Valid
13	0.59	0.06	10.14	Valid

2. Path Aspek Keinginan Untuk Memperoleh Objek yang Di Irikan

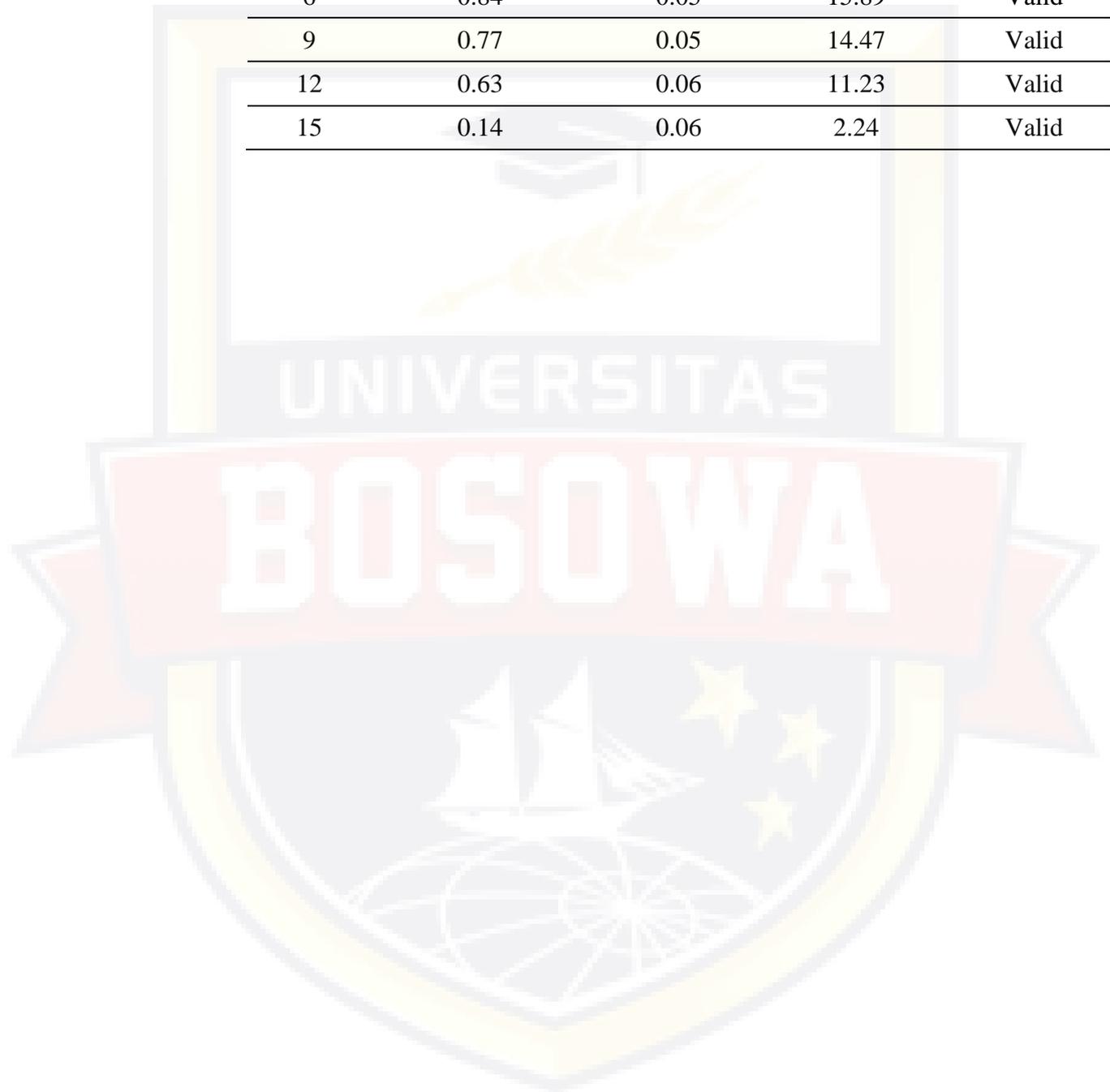


Item	Factor Loading	Nilai Error	T-Value	Keterangan
2	0.59	0.06	10.16	Valid
5	0.66	0.06	11.41	Valid
8	0.57	0.06	9.79	Valid
11	0.67	0.06	11.66	Valid
14	0.31	0.06	4.99	Valid

3. Path Aspek Perasaan Rendah Diri



Item	Factor Loading	Nilai Error	T-Value	Keterangan
3	0.60	0.05	11.39	Valid
6	0.84	0.05	15.89	Valid
9	0.77	0.05	14.47	Valid
12	0.63	0.06	11.23	Valid
15	0.14	0.06	2.24	Valid





Lampiran 5

Output Hasil Uji Reliabilitas

1. Skala *Social Comparison***Reliability Statistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,824	11

2. Skala *Envy***Reliability Statistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,852	15



Lampiran 6

Output Hasil Uji Asumsi

1. Output Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		528
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	-,0826178
	Std. Deviation	13,66605934
Most Extreme Differences	Absolute	,036
	Positive	,025
	Negative	-,036
Test Statistic		,036
Asymp. Sig. (2-tailed)		,092 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

2. Output Hasil Uji Linearitas

Quarterlife Crisis Dengan Social Comparison

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Quarter_LifeCrisis * Social_Comparison	Between Groups	(Combined)	67332,204	36	1870,339	4,530	,000
		Linearity	55040,345	1	55040,345	133,319	,000
		Deviation from Linearity	12291,859	35	351,196	,851	,714
Within Groups			208074,997	504	412,847		
Total			275407,201	540			

Quarterlife Crisis Dengan Envy

ANOVA Table

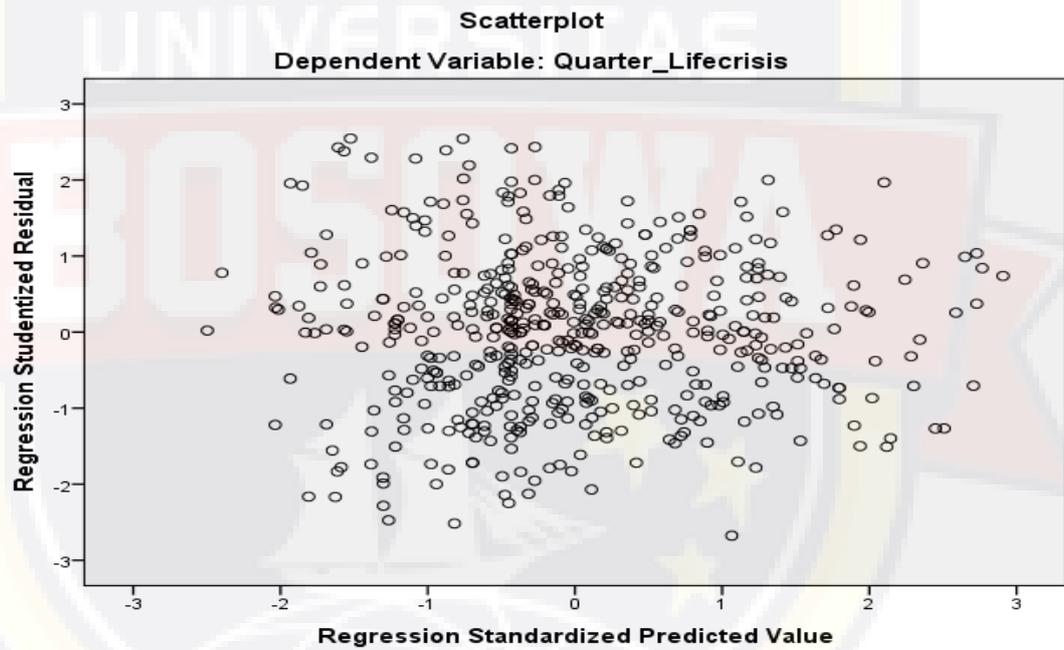
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Quarter_LifeCrisis * Envy	Between Groups	(Combined)	153919,903	44	3498,180	14,282	,000
		Linearity	146092,757	1	146092,757	596,457	,000
		Deviation from Linearity	7827,146	43	182,027	,743	,885
Within Groups			121487,299	496	244,934		
Total			275407,201	540			

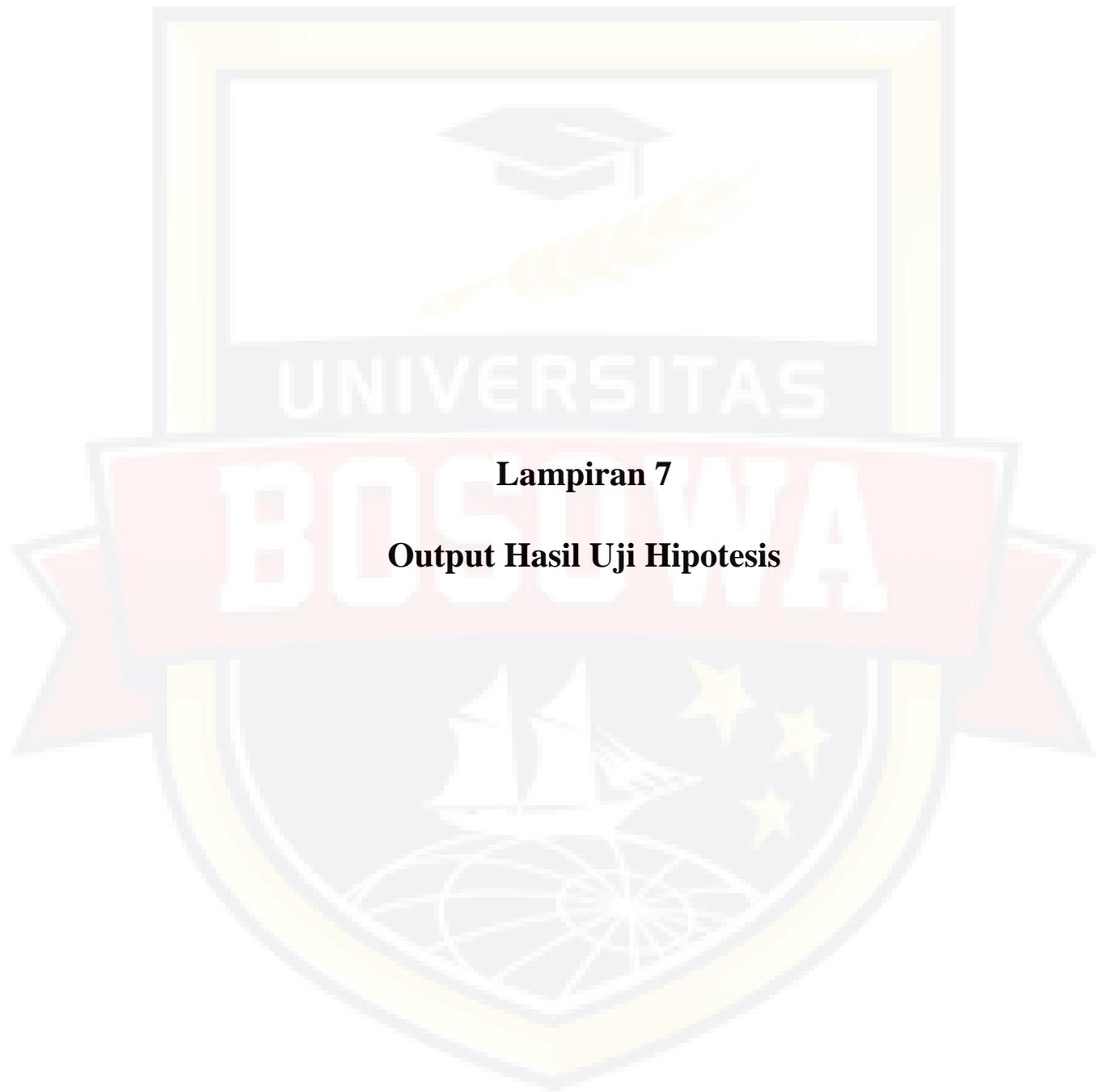
3. Output Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	31,809	3,802		8,367	,000		
Social_Comparison	,340	,106	,101	3,194	,001	,746	1,341
Envy	1,732	,075	,725	22,970	,000	,746	1,341

a. Dependent Variable: Quarter_Lifecrisis

4. Output Hasil Uji Heteroskedasitas





Lampiran 7

Output Hasil Uji Hipotesis

Envy Sebagai Mediator Pada Peran Social Comparison Terhadap Quarterlife Crisis

Run MATRIX procedure:

***** PROCESS Procedure for SPSS Version 4.0 *****

Written by Andrew F. Hayes, Ph.D. www.afhayes.com
 Documentation available in Hayes (2022). www.guilford.com/p/hayes3

Model : 4
 Y : QLC
 X : SC
 M : Envy

Sample
 Size: 528

OUTCOME VARIABLE:
 Envy

Model Summary

R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
,5043	,2544	62,5757	179,4381	1,0000	526,0000	,0000

Model

	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	22,7176	1,9622	11,5775	,0000	18,8629	26,5724
SC	,7110	,0531	13,3955	,0000	,6067	,8153

Standardized coefficients

	coeff
SC	,5043

OUTCOME VARIABLE:
QLC

Model Summary

R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
,7809	,6098	187,2124	410,2710	2,0000	525,0000	,0000

Model

	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	31,8091	3,8019	8,3666	,0000	24,3402	39,2779
SC	,3396	,1063	3,1938	,0015	,1307	,5484
Envy	1,7323	,0754	22,9701	,0000	1,5842	1,8805

Standardized coefficients

	coeff
SC	,1008
Envy	,7252

***** TOTAL EFFECT MODEL *****

OUTCOME VARIABLE:
QLC

Model Summary

R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
,4666	,2177	374,6478	146,3706	1,0000	526,0000	,0000

Model

	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	71,1639	4,8013	14,8219	,0000	61,7318	80,5959
SC	1,5712	,1299	12,0984	,0000	1,3161	1,8264

Standardized coefficients

coeff
SC ,4666

***** TOTAL, DIRECT, AND INDIRECT EFFECTS OF X ON Y *****

Total effect of X on Y

Effect	se	t	p	LLCI	ULCI	c'_cs
1,5712	,1299	12,0984	,0000	1,3161	1,8264	,4666

Direct effect of X on Y

Effect	se	t	p	LLCI	ULCI	c'_cs
,3396	,1063	3,1938	,0015	,1307	,5484	,1008

Indirect effect(s) of X on Y:

	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
Envy	1,2317	,1166	1,0052	1,4695

Completely standardized indirect effect(s) of X on Y:

	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
Envy	,3657	,0287	,3088	,4234

***** ANALYSIS NOTES AND ERRORS *****

Level of confidence for all confidence intervals in output:

95,0000

Number of bootstrap samples for percentile bootstrap confidence intervals:

5000

----- END MATRIX -----



Lampiran 8

Identitas Translator

Paper-Based TOEFL Score Report 0001772

Registration Number: IORE 022020-34	
Name: KALAUW, FADHILLAH AMALIA	
Gender: FEMALE	Native Country: INDONESIA
Test Date: 11 FEB 2020	Native Language: INDONESIAN



REAL
EQUIVALENT ENGLISH

SCALED SCORES	
Listening	57
Structure	52
Reading	56
Total Score	550

Examinee's Mailing Address

KALAUW, FADHILLAH AMALIA
KOST PUTRI PRINCESS, GANG MARGO RUKUN, DUSUN
NULIS, TAMANTIRTO, KASIHAN, BANTUL, YOGYAKARTA

VALIDITY OF SCORES
 Because English proficiency can change considerably in a relatively short period, scores more than 2 years old cannot be reported or validated. Please note the date on which the test was taken.

REAL English is an ETS-Authorized TOEFL® ITP™-IBT Test Center






Erin J. Carter, PhD.
ACADEMIC COORDINATOR

* Nomor Pendaftaran Mahasiswa UICN: 000795 * Nomor Pendaftaran IBT Mahasiswa: 0119 - 0207-05 * Alamat Kantor di Yogyakarta: 021-749170 * Alamat Kantor di Bantul: 0271 - 510389 * Alamat Kantor di Surabaya: 031 - 842300
 * Nomor Pendaftaran UICN untuk Mahasiswa Baru: 021-749170 * Nomor Pendaftaran IBT untuk Mahasiswa Baru: 021-749170 * Alamat Kantor di Bantul: 0271 - 510389 * Alamat Kantor di Surabaya: 031 - 842300

Seri Ijazah: 0210235445/1.23.2A/2018



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA TORAJA
(UKI TORAJA)
 Memberikan
Ijazah Sarjana
 Kepada
Yohanis Aser

Lahir di Pemanukan pada tanggal 5 Januari 1995 Tahun Masuk 2014 dengan Nomor Pokok Mahasiswa 214112057 telah menyelesaikan pendidikan program sarjana (S1) pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris Dinyatakan lulus pada tanggal 11 Agustus 2018

Terakreditasi "B" Berdasarkan Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Nomor 004/SK/BAN-PT/Akred/S/1/2015 Tanggal 9 Januari 2015

sehingga kepadanya dilimpahkan segala hak dan wewenang yang berhubungan dengan ijazah yang dimilikinya, serta berhak memakai gelar akademik Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

Diberikan di Makale pada tanggal 8 September 2018

Dekan,



Drs. Simon Ruruk, M.Hum
NIDN 0905086401



Rektor,



Prof. Dr. Ir. Daud Malamassam, M.Agr., IPU.
NIP 19540209 197802 1 001