

**PENGARUH KECERDASAN EMOSI TERHADAP *QUARTER LIFE*
CRISIS PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS
BUANA PERJUANGAN KARAWANG**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar

Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi UBP Karawang



Diajukan oleh :

Nama : Putri Auliyana Dewi

NIM : 21416273201057

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG

2025

LEMBAR PERSETUJUAN**LEMBAR PERSETUJUAN**

Nama : Putri Auliyana Dewi
NIM : 21416273201057
Fakultas : Psikologi
Judul Tugas akhir :

PENGARUH KECERDASAN EMOSI TERHADAP QUARTER LIFE CRISIS PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN
KARAWANG

Tanda Persetujuan Tugas akhir

Pembimbing I

Puspa Rahayu Utami Rahman, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0417038904

Pembimbing II

Regi Ramadan, S.Psi., M.Si

NIK. 416200394

Karawang, 30 Juli 2025

Koordinator Program Studi Psikologi

Dr. Linda Mora, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0405038105

LEMBAR PENGESAHAN**LEMBAR PENGESAHAN**

Nama : Putri Auliyana Dewi
NIM : 21416273201057
Fakultas : Psikologi
Judul Tugas akhir :

**PENGARUH KECERDASAN EMOSI TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA
MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN
KARAWANG**

Dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Tugas Akhir
Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang
Pada tanggal: 22 Agustus 2025

Dewan Penguji,

1. Penguji I : Dr. Arif Rahman Hakim., M.Psi
NIDN : 0307127903
2. Penguji II : Dinda Aisha, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0430068805

Tanda tangan

Mengetahui:

Dekan Fakultas Psikologi,

Dr. Cempaka Putrie Dimala, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0413128602

LEMBAR PERNYATAAN
TIDAK MENYONTEK ATAU MELAKUKAN TINDAKAN PLAGIAT

Saya, yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Putri Auliyana Dewi

NIM 21416273201057

Program Studi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa tugas akhir dengan judul:

“PENGARUH KECERDASAN EMOSI TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS*
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS BUANA
PERJUANGAN KARAWANG”

adalah hasil karya saya dan seluruh ide, pendapat atau materi dari sumber lain telah dikutip dengan cara penulisan referensi yang sesuai.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan jika pernyataan ini tidak sesuai dengan kenyataan, maka saya bersedia menanggung sanksi yang akan dikenakan kepada saya.

Karawang, 8 Juli 2025

Putri Auliyana
21416273201057

ABSTRAK

PENGARUH KECERDASAN EMOSI TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG

Putri Auliyana Dewi

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

Ps21.putridewi@mhs.ubpkarawang.ac.id

Quarter life crisis adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan fase dimana seseorang usia sekitar 20-30 tahun merasa cemas, bingung, dan tidak memiliki arah dalam hidup karena adanya ketidakpastian terkait karier, hubungan, dan tujuan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kecerdasan emosi terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain kausalitas. Populasi penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Sampel berjumlah 312 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dan dihitung berdasarkan rumus Isaac and Michael dengan taraf kesalahan 5%. Data dikumpulkan menggunakan dua skala psikologi yang diadaptasi, yaitu *Assesing Emotional Scale* (AES) untuk kecerdasan emosi, skala *Quarter Life Crisis* (QLC) untuk *quarter life crisis*. Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan nilai sig. $0,02 < 0,05$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada pengaruh kecerdasan emosi terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Besaran pengaruh kecerdasan emosi 1,7% terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa semester akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Selebihnya, dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosi, *Quarter life crisis*, Mahasiswa.

ABSTRACT**THE INFLUENCE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE ON QUARTER LIFE CRISIS AMONG FINAL-YEAR STUDENTS AT BUANA PERJUANGAN KARAWANG UNIVERSITY****Putri Auliyana Dewi****Faculty of Psychology, Buana Perjuangan Karawang University**Ps21.putridewi@mhs.ubpkarawang.ac.id

Quarter life crisis is a term used to describe a phase experienced by individuals aged around 20-30 years, characterized by feelings of anxiety, confusion, and a lack of direction in life due to uncertainty about career, relationships, and life goals. This study aims to analyze the influence of emotional intelligence on quarter life crisis among final-year students at Buana Perjuangan Karawang University. This research used a quantitative method with a causal design. The population consisted of final-year students at Buana Perjuangan Karawang University. The sample included 312 respondents selected using purposive sampling and determined based on Isaac and Michael's formula. Data were collected using two adapted psychological scales: the Assessing Emotions Scale (AES) for emotional intelligence and the Quarter Life Crisis (QLC) scale for quarter life crisis. The results of the first hypothesis test showed a significance value of 0.02 ($p < 0.05$), indicating that the alternative hypothesis (H_a) was accepted and the null hypothesis (H_0) was rejected. This means there is a significant influence of emotional intelligence on the quarter life crisis experienced by final-year students. 1.7%, suggesting that the remaining percentage is influenced by other variables not examined in this study.

Keywords: Emotional Intelligence, Quarter Life Crisis, University Students.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa. Zat yang hanya kepada-Nya penulis memohon pertolongan. Alhamdulillah atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayang-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap *Quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Buana Perjuangan Karawang ”.

Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan penuh hormat mengucapkan terima kasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada:

1. Prof. Dr. H. Dedi Mulyadi, SE., MM selaku Rektor Universitas Buana Perjuangan Karawang.
2. Ibu Dr. Cempaka Putrie Dimala, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.
3. Ibu Dr. Linda Mora, M.Psi., Psikolog selaku Koordinator Program Studi Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.
4. Ibu Puspa Rahayu Utami Rahman, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk senantiasa membimbing, mencurahkan ilmu dan memberikan motivasi sejak pembuatan proposal skripsi hingga menjadi skripsi yang seutuhnya dan membuat penulis menjadi seorang sarjana psikologi/ilmuan psikologi.
5. Bapak Regi Ramadan, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk senantiasa membimbing, mencurahkan ilmu dan memberikan motivasi sejak pembuatan proposal skripsi hingga menjadi skripsi yang seutuhnya dan membuat penulis menjadi seorang sarjana psikologi/ilmuan psikologi.
5. Bapak/Ibu Dosen Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang yang telah senantiasa mencurahkan ilmu dan kemampuan kepada penulis,

sehingga penulis menjadi kaya akan ilmu dan pengetahuan khususnya dalam bidang ilmu psikologi.

6. Ibu penulis tercinta, Surgaku Fitriyani Dewi, Sosok luar biasa yang tak pernah lelah mendoakan, menyemangati, dan menjadi sumber kekuatan di setiap langkah hidupku. Terima kasih telah menjadi tempatku pulang, tempatku berteduh dari segala lelah.
7. Bapak penulis tercinta, Maradona. Sosok yang banyak bicara namun penuh makna dalam setiap tindakannya. Terima kasih atas kerja kerasmu yang tak kenal lelah, atas peluh dan pengorbanan yang mungkin tak pernah kau ungkapkan, namun selalu terasa dalam setiap langkah hidupku. papah alasan mengapa aku bisa sampai di titik ini. Doa-doamu yang diam-diam, nasihatmu yang sederhana, dan keteguhan hatimu akan selalu menjadi sumber kekuatanku.
8. Adik penulis, Donny Dwi Ramadhan sosok yang menjadi penyemangat saat aku mulai letih, dan menjadi tempatku berbagi tanpa perlu banyak kata. Dukunganmu mungkin tidak selalu dalam bentuk nasihat, tapi kehadiranmu, senyummu, dan perhatianmu sudah cukup menjadi penenang di saat-saat penuh tekanan.
9. Seluruh keluarga penulis, dan sanak saudara penulis yang tidak dapat disebutkan satu per satu.
10. Sahabat-sahabat seperjuangan penulis, Galuh, Wilhana, Rima, Azzahra, Dewi, Nurbaeti, Silvi, Astrid, Rossy yang telah mengisi hari-hari menjadi lebih berwarna dan berkesan.
11. Rekan-rekan 2021.
12. Diriku sendiri, yang telah bertahan sejauh ini. Terima kasih telah tetap kuat meskipun pernah ingin menyerah, terus berjalan meskipun sering merasa lelah.

Karawang, 8 Juli 2025
Penulis,

Putri Auliyana Dewi