

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN SEMESTER VII DI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Disusun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Dalam Program Studi Keperawatan
Universitas Sahid Surakarta



Disusun Oleh :

PUSPA JELITA

NIM. 2022121025

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN SEMESTER VII DI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Diajukan Oleh :

Puspa Jelita

NIM. 2022121025

Skripsi ini telah mendapat persetujuan untuk di uji oleh tim penguji

Pembimbing I

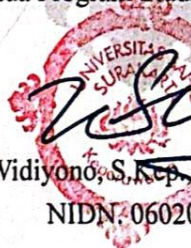
Anik Suwarni, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0607077901

Pembimbing II

Indriyati, S.Kep., Ns., M.Psi
NIDN. 0624108702

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0602048902

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN SEMESTER VII DI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Di Susun Oleh:
Puspa Jelita
NIM. 2022121025

Skrisi ini telah diseminarkan dan diujikan
Pada tanggal: 12 Mei 2026

Dewan Penguji

1. Penguji I

Anik Suwarni, S.Kep., Ns. M.Kes
NUPTK. 9039756657230183

: 

2. Penguji II

Indriyati, S.Kep., Ns., M.Psi
NUPTK. 9356765666230283

: 

3. Penguji III

Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns. M.K.M
NUPTK. 7140766667130583

: 

Mengetahui,

Ketua
Program Studi Keperawatan


Widiyono, S.Kep., Ns. M.Kep
NUPTK. 2734767668130322

Dekan
Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan



Apt. Ahwan, S.Farm., M.Sc
NUPTK. 2158762663130163

SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS KARYA ILMIAH

Saya Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : PUSPA JELITA

NIM : 2022121025

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir/ Skripsi dengan judul **“HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN SEMESTER VII DI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA”** adalah benar-benar karya yang saya susun sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan/ karya orang lainseolah-olah hal itu pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi peraturan yang berlaku di Universitas Sahid Surakarta termasuk pencabutan gelar yang telah saya peroleh.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti melakukan kebohongan, maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Surakarta, 12 Mei 2026

Yang menyatakan



Puspa Jelita

NIM. 2022121025

**PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Puspa Jelita
Nim : 2022121025
Program studi : Keperawatan
Fakultas : Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas Royalti Non- eksklusif (*Non-Ekslusive Royalti Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul : “ **Hubungan Self Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Semester VII Di Universitas Sahid Surakarta**”.

Berhak menyimpan, mengalihkan bentuk, mengalih mediakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat serta mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (*author*) dan pembimbing sebagai *co-author* atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Dengan demikian ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Surakarta, 12 Mei 2026

Yang menyatakan



Puspa Jelita

NIM. 2022121025

MOTTO

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S Al-Baqarah:286)

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah:5-6)

“Hidup bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri-sendiri”

(Hindia- Baskara Putra)

“Tidak ada yang bisa memprediksi masa depan, tetapi kamu bisa menciptakannya”

(Puspa Jelita)

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berkat dan karunianya, serta kemudahan sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan.

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada :

1. Pertama, yang selalu penulis rindukan sosok Ibunda tercinta, Almarhumah Endang Muryani yang telah lebih dahulu berpulang yang belum sempat penulis berikan kebahagiaan rasa bangga, belum melihat putrinya menyelesaikan pendidikan terakhirnya dan tidak bisa menemani sampai wisuda. Meski raga tak lagi bersama, kasih sayang dan doa Ibu senantiasa hidup dalam tiap langkah dan keputusan saya. Terima kasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan, semoga Ibu melihat putri kecil Ibu dari tempat terbaik di sisi-Nya. Skripsi ini penulis persembahkan sebagai wujud bakti dan cinta kasih kepada Ibu yang cintanya tak pernah lekang oleh waktu. Semoga setiap pencapaian ini menjadi doa yang terus mengalir untuk Ibu di alam sana.
2. Ayahanda Arif Hermawan, terima kasih atas segala perjuangan, pengorbanan, dan kerja keras yang tak pernah lelah engkau berikan demi masa depan saya. Doa, nasihat, serta kasih sayang ayah menjadi kekuatan terbesar dalam setiap langkah perjalanan hidup saya. Semoga karya ini menjadi salah satu wujud kecil dari rasa terima kasih dan kebanggaan saya kepada Ayah.

3. Adik terkasih, Armandhani dan Ramadhani, yang memberikan semangat dan dukungan walaupun melalui celotehannya, tetapi penulis yakin dan percaya itu adalah bentuk dukungan dan motivasi.
4. Kepada seluruh pihak keluarga terimakasih banyak atas semangat, motivasi, dan bantuannya kepada penulis.
5. Terimakasih kepada laki-laki berinisial I yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan skripsi penulis. Terima kasih untuk segala usaha, ketenangan, support, doa, motivasi dan kasih sayang yang selalu diberikan kepada penulis. Terimakasih selalu sabar dalam menghadapi penulis, selalu mendengarkan keluh kesah penulis, selalu meyakinkan penulis. Terima kasih banyak karena sudah hadir di dalam kehidupan penulis, semoga Allah selalu memberikan keberkahan, kemudahan, dan kesuksesan dalam hal yang kita lalui, Aamiin.
6. Terimakasih kepada teman seperjuangan penulis Jean Grace dari awal masuk perkuliahan sampai saat ini, yang selalu menemani, memberikan semangat dan dukungan serta bantuan dalam segala hal selama menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman seperjuangan kelas A28, dan teman-temanku yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terimakasih atas dukungan dan doa-doa baiknya.

PRAKATA

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah yang maha esa atas limpahan dan hidayah-Nya sehingga Skripsi dengan judul “**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN SEMESTER VII DI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**”.

Skripsi/tugas akhir ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh kelulusan Sarjana Keperawatan Universitas Sahid Surakarta. Banyak kendala yang dihadapi dalam penyusunan skripsi ini, namun berkat bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak, akhirnya semua kendala dan hambatan dapat terselesaikan. Untuk itu tidak lupa saya ucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Sri Huning Anwariningsih, S.T., M.Kom, selaku Rektor di Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan untuk studi di Universitas Sahid Surakarta.
2. Ibu Dr. Erwin Kartinawati, M.I.Kom. Selaku Wakil Rektor bidang Akademik Kemahasiswaan Alumni dan Kerjasama.
3. Ibu Destina Paningrum, S.E., MM. Selaku Wakil Rektor bidang Sumberdaya Keuangan dan Pengembangan.
4. Bapak Apt. Ahwan, S.Farm., M.Sc., Dekan Fakultas Sains Teknologi Dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta yang telah berkontribusi dalam memberikan izin untuk melakukan penelitian.
5. Bapak Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.
6. Ibu Anik Suwarni S.Kep., Ns., M.Kes, selaku pembimbing ke I yang selalu membimbing dalam penyelesaian skripsi/ tugas akhir.
7. Ibu Indriyati S.Kep., Ns., M.Psi selaku pembimbing ke II yang telah memberi kritik dan saran dengan sabar demi kesempurnaan skripsi/ tugas akhir ini.

8. Bapak Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns. M.K.M selaku penguji tamu yang dalam kesibukannya telah meluangkan waktunya untuk memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.
9. Para dosen, staf dan karyawan di Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.
10. Seluruh responden yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini terimakasih atas bantuan dan atensinya.
11. Orang tua yang telah memberikan do'a, motivasi, dukungan yang baik moril maupun spiritual selama ini.
12. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan dorongan kepada saya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu hingga saya dapat menyelesaikan skripsi/tugas akhir ini.

Penulis menyadari masih ada kekurangan dalam penyusunan skripsi/tugas akhir ini. Oleh karena itu, saran dan kritik membangun selalu penulis harapkan dari pembaca, dan semoga skripsi/tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada khususnya dalam dunia kesehatan.

Surakarta, 12 Mei 2026

Puspa Jelita
NIM. 2022121025

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS KARYA ILMIAH.....	iii
SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
PRAKATA.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI.....	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Tinjauan Teori	11
1. <i>Self efficacy</i>	11
2. <i>Quarter life crisis</i>	19
3. Hubungan <i>Self efficacy</i> Dengan <i>Quarter life crisis</i> Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VII Universitas Sahid Surakarta	29
B. Kerangka Teori.....	31
C. Kerangka Konsep.....	32
D. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Desain penelitian.....	33
B. Tempat dan waktu penelitian	33
C. Populasi dan sampel.....	34

D. Variabel penelitian.....	36
E. Definisi operasional	37
F. Instrumen penelitian.....	37
G. Uji validitas dan reabilitas.....	41
H. Metode pengumpulan data	43
I. Metode pengolahan dan Analisa data.....	45
J. Jalannya Penelitian.....	47
K. Etika penelitian.....	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian	52
B. Hasil Penelitian	53
1. Karakteristik Responden.....	53
2. Analisis Univariat.....	54
3. Analisis Bivariat.....	54
C. Pembahasan.....	56
1. Karakteristik Responden.....	56
2. Analisis Univariat.....	63
3. Analisis Bivariat.....	67
D. Keterbatasan Penelitian.....	70
BAB V SIMPULAN SARAN.....	71
A. Simpulan	71
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Bagan 2.1 Kerangka Teori	31
Bagan 2.2 Kerangka Konsep	32



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	9
Tabel 3.1 Populasi Penelitian	34
Tabel 3.2 Definisi Operasional	37
Tabel 3.3 Skor Pernyataan	38
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Skala <i>Self efficacy</i>	49
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Skala <i>Quarter life crisis</i>	40
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden	52
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan <i>self efficacy</i>	53
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan <i>quarter life crisis</i>	53
Tabel 4.4 Hubungan Self Efficacy dengan <i>Quarter life crisis</i> pada mahasiswa FSTK Semester VII Universitas Sahid Surakarta	54

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 *Information For Consent*
- Lampiran 2 *Informed Consent*
- Lampiran 3 Petunjuk Pengerjaan Kuesioner
- Lampiran 4 Kuesioner *Self efficacy*
- Lampiran 5 Kuesioner *Quarter life crisis*
- Lampiran 6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 7 Karakteristik Responden
- Lampiran 8 Hasil Tabulasi Skala *Self Efficacy*
- Lampiran 9 Hasil Tabulasi Skala *Quarter Life Crisis*
- Lampiran 10 Hasil Uji Statistik
- Lampiran 11 Surat Pengantar Studi Pendahuluan
- Lampiran 12 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 13 Surat Pengantar EC
- Lampiran 14 Surat EC (*Ethical Clearence*)
- Lampiran 15 Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 16 Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 17 Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Penelitian
- Lampiran 18 Rencana Penelitian
- Lampiran 19 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 20 Lembar Konsultasi

INTISARI

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN SEMESTER VII DI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Puspa Jelita¹, Anik Suwarni², Indriyati³

Email: Puspajelita85@gmail.com

Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan
Universitas Sahid Surakarta

Latar belakang: *Quarter life crisis* merupakan fase krisis yang sering dialami individu dewasa awal, termasuk mahasiswa, yang ditandai dengan kecemasan, kebingungan, dan ketidakpastian dalam menentukan arah hidup. Salah satu faktor yang diduga berpengaruh adalah *self efficacy*.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan semester VII di Universitas Sahid Surakarta.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan desain *cross sectional*. Populasi berjumlah 104 mahasiswa dengan sampel sebanyak 83 responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *Kendall's Tau*.

Hasil penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self efficacy* tinggi (67,5%) dan *quarter life crisis* rendah (59,0%). Analisis menunjukkan adanya hubungan antara *self efficacy* dengan *quarter life crisis*, di mana *self efficacy* yang tinggi berhubungan dengan tingkat *quarter life crisis* yang lebih rendah ditandai dengan *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan negatif antara *self efficacy* dengan *quarter life crisis*. Semakin tinggi *self efficacy*, maka semakin rendah tingkat *quarter life crisis* pada mahasiswa.

Kata kunci: *self efficacy*, *quarter life crisis*, mahasiswa

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

³Dosen Program Pendidikan Profesi Ners Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN SELF-EFFICACY AND QUARTER LIFE CRISIS AMONG SEVEN-SEMESTER STUDENTS OF THE FACULTY OF SCIENCE, TECHNOLOGY, AND HEALTH AT IN SAHID SURAKARTA UNIVERSITY

Puspa Jelita¹, Anik Suwarni², Indriyati³

Email: Puspajelita85@gmail.com

*Nursing Department, Faculty of Science, Technology, and Health
Sahid Surakarta University*

Background: *Quarter life crisis is a crisis phase often experienced by early adults, such as students, characterized by anxiety, confusion, and uncertainty in determining the direction of life. A factor suspected to influence this is self-efficacy.*

Objective: *This study aims to determine the correlation between self-efficacy and quarter life crisis among seventh semester students of the Faculty of Science, Technology, and Health in Sahid Surakarta University.*

Method: *This study used a quantitative correlational approach with a cross-sectional design. The population was 104 students, and the sample comprised 83 respondents. Data were collected using a questionnaire and analyzed using Kendall's Tau test.*

Results: *The majority of respondents have high self-efficacy (67.5%) and low levels of quarter-life crisis (59.0%). The analysis shows the correlation between self-efficacy and quarter-life crisis, with high self-efficacy associated with lower levels of quarter-life crisis, as indicated by a p-value of 0.000 ($p < 0.05$).*

Conclusion: *There is a negative correlation between self-efficacy and quarter-life crisis. The higher the self-efficacy, the lower the level of quarter-life crisis in students.*

Keywords: *Self-Efficacy, Quarter-Life Crisis, Students*

¹Students of the Nursing Department of Sahid Surakarta University

²Lecturers of Nursing Study Program of Sahid Surakarta University

³Lecturers of Nursing Study Program of Sahid Surakarta University

