AHKAM
Jurnal Hukum Islam dan Humaniora

p-ISSN : 2964-6332
e-ISSN : 2964-6340

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Semantic, Crossref Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/ahkam.v3i1.2690

PENGARUH KEMATANGAN KARIR TERHADAP QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA PSIKOLOGI TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS NEGERI PADANG

The Influence of Career Maturity on Quarter Life Crisis Among Final Year Psychology Students at Universitas Negeri Padang

Fidela Cahya Sandani & Devi Rusli
Universitas Negeri Padang
delasandani11@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Jan 23, 2024	Jan 28, 2024	Feb 2, 2024	Feb 5, 2024

Abstract

Final year students are currently experiencing a transition period from the academic world to the real world which is prone to experiencing a quarter life crisis. If students cannot deal with this situation well, it will have bad effects such as mild anxiety, panic attacks, and depression. One of the factors that influences the occurrence of a quarter life crisis is career maturity. Therefore, this research aims to find out whether maturity influences the quarter life crisis of final year psychology students at Padang State University. This research uses quantitative research methods with a correlational approach. The sampling technique used was a purposive technique and obtained 181 students who were active final year psychology students at Padang State University who were taking thesis or issues courses. This research uses measuring instruments in the form of a quarter life crisis scale from Fadhilah (2021), and a career maturity using a scale from Hamidah (2023). Data analysis uses simple regression test analysis techniques using the SPSS.26 program. The research results found that career maturity influenced the quarter life crisis in final year psychology students at Padang State University.

Keywords *: Quarter life crisis ; Career Marturity ; Students*

AHKAM is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

Abstrak: Mahasiswa tingkat akhir saat ini sedang mengalami periode transisi dari dunia akademis menuju dunia nyata yang rawan akan mengalami quarter life crisis. Jika mahasiswa tidak dapat menghadapi situasi ini dengan baik maka akan berdampak buruk seperti kecemasan ringan, serangan panik, dan juga depresi. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya quarter life crisis adalah kematangan karir. Maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kematangan berpengaruh terhadap kematangan karir dari mahasiswa tingkat akhir psikologi Universitas Negeri Padang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Teknik sampling yang digunakan yiatu teknik purposive dan mendapatkan 181 mahasiswa yang merupakan mahasiswa aktif psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang yang sedang mengambil mata kuliah skripsi atau isu-isu. Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala quarter life crisis dari Fadhilah (2021), dan skala kematangan karir menggunakan skala dari Hamidah (2023). Analisis data menggunakan teknik analisis uji regresi sederhana dengan menggunakan bantuan program SPSS.26. Hasil penelitian menemukan bahwa kematangan karir berpengaruh terhadap quarter life crisis pada mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang.

Kata Kunci : Quarter life crisis ; Kematangan karir ; Mahasiswa

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan manusia di dunia, terdapat tahap perkembangan yang harus dilalui oleh seorang individu. Salah satunya adalah tahap perkembangan *emerging adult*. Masa *emerging adult* merupakan masa kehidupan yang menarik, penuh dengan perubahan dan keputusan penting yang berhubungan dengan bagaimana mereka akan menjalani sisa hidupnya (Arnett & Tanner, 2007). *Emerging adult* atau masa dewasa awal adalah tahap perkembangan yang dialami oleh individu dari remaja akhir hingga pertengahan akhir 20-an yaitu pada usia 18-25 tahun (Arnett, 2000). Pada periode ini terdapat beberapa tugas yang perlu untuk dicapai, yaitu menemukan identitas, eksplorasi dari berbagai pilihan pekerjaan, memasuki pendidikan lebih lanjut, tantangan hubungan cinta dan memilih pengaturan hidup untuk memenuhi kebutuhan (Murphy, 2011).

Masa *emerging adult* ini juga sering dijadikan sebagai waktu percobaan, sebelum seorang individu menjalankan peran dan tanggung jawab sebagai individu dewasa (Papalia & Feldman, 2014). Menurut Murray & Arnett (2018) masa *emerging adult* mencakup tahun-tahun kuliah, yaitu tahun-tahun ketika orang-orang kemungkinan besar menjadi mahasiswa di perguruan tinggi dan tinggal di asrama universitas. Bagi sebagian besar *emerging adult*, dengan memasuki perguruan tinggi berarti memulai jalan pendidikan berliku yang mungkin atau tidak mungkin mengarah didapatkannya gelar (Murray & Arnett, 2018). Mahasiswa tingkat akhir merupakan mahasiswa yang sudah hampir menyelesaikan semua mata kuliah dan sedang

mengambil SKS tugas akhir atau skripsi sebagai syarat kelulusan (Pratiwi & Lailatulshifah, 2012)

Berdasarkan hasil wawancara yang penulis lakukan terhadap empat mahasiswa psikologi tingkat akhir, terlihat bahwa mahasiswa masih belum memiliki gambaran yang jelas tentang masa depan mereka, mahasiswa merasa ilmu yang didapat di bangku kuliah masih kurang untuk memasuki dunia pekerjaan, ketidakpastian tentang kehidupan setelah menyelesaikan dunia perkuliahan memicu timbul rasanya cemas dan juga putus asa. Adanya ekspektasi serta tuntutan dari lingkungan khususnya orang tua membuat mahasiswa merasa tertekan untuk segera menyelesaikan pendidikannya di perguruan tinggi, munculnya perasaan terjebak di situasi sulit seperti dalam pengerjaan skripsi dan juga pilihan setelah menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi. Mahasiswa juga kerap kali membandingkan pencapaian dirinya dengan orang lain yang seusia mereka, hal ini menyebabkan adanya penilaian diri negatif.

Selanjutnya penulis juga menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang dengan menggunakan kuesioner dari Hassler (2009) Hasil dari penyebaran kuesioner yang diberikan kepada 50 mahasiswa, didapatkan bahwa sebanyak 36 dari 50 mahasiswa mengalami *quarter life crisis*. Di akhir kuesioner penulis juga menambahkan pertanyaan terbuka yaitu "Apa yang menjadi kecemasan utama anda saat ini?". Berdasarkan jawaban dari responden sebanyak 24% merasakan kecemasan akan pendidikan/akademis, 40% mencemaskan perihal karir/pekerjaan, 16% mencemaskan identitas diri, 14% mencemaskan finansial dan 6% mencemaskan perihal hubungan romantis.

Berdasarkan penjabaran di atas dapat terlihat kondisi yang dialami oleh mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang berkaitan dengan kekhawatiran akan pendidikan atau akademi, karir atau pekerjaan, finansial, identitas diri serta hubungan romantis dengan lawan jenis. Dengan beragamnya tantangan serta pilihan yang harus dihadapi oleh mahasiswa dalam masa pendidikannya di perguruan tinggi, tidak jarang mereka kebingungan dalam menjalani usia dua puluhannya. Situasi ini membuat munculnya perasaan gelisah, bimbang dan juga takut akan kegagalan dalam pencarian identitas yang koheren. Ketika emerging adult mengalami kesulitan dalam pencarian identitas tersebut maka akan mengacu kepada gejala-gejala *quarter life crisis*.

Quarter life crisis merupakan jenis krisis emosional yang dirasakan pada usia dua puluhan, di mana seseorang merasa kesepian, terasingkan, merasa tidak memiliki kemampuan

dan juga meragukan dirinya sendiri, serta mereka merasa dihantui oleh ketakutan kegagalan akan masa depan (Robbins & Wilner, 2001). Atwood & Scholtz (2008)menjelaskan bahwasanya *quarter life crisis* memiliki dampak buruk seperti kecemasan ringan, serangan panik, dan juga depresi.

Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya *quarter life crisis* yaitu pekerjaan dan karir, saat mempersiapkan diri untuk memasuki dunia kerja, individu mulai merasa cemas dengan pilihan melakukan apa yang disukai atau menghasilkan banyak uang. Individu juga mempertanyakan apakah mereka dapat menjalani pekerjaan tersebut dalam waktu yang lama, apakah ia dapat menemukan pekerjaan yang sesuai dengan nilai-nilai pribadinya, apakah ia akan merasa puas dengan karir yang dibangun atau ia hanya melakukan pekerjaan dikarenakan dorongan kebutuhan untuk menghasilkan uang untuk biaya kehidupan sehari-hari serta cicilan yang ada (Nash & Murray, 2010).

Berdasarkan data awal yang penulis ambil, sebanyak 40% (20 dari 50 mahasiswa) mengaku merasakan kecemasan perihal karir/pekerjaan. Hal ini terjadi dikarenakan mereka masih belum memiliki gambaran yang jelas tentang pilihan karir setelah menyelesaikan pendidikannya di perguruan tinggi. Nurmi (1991), mengatakan bahwa idealnya seorang mahasiswa seharusnya telah memiliki gambaran yang detail tentang orientasi masa depannya terkhusus perihal karir (Hanim & Ahlas, 2020).

Mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang rata-rata berusia 20-24 tahun. Dalam teori karir Super, mahasiswa masuk ke dalam tahap eksplorasi (15-24 tahun), di mana individu mulai mengembangkan konsep diri yang realistis, menerapkan preferensi kejuruan melalui uji coba dan eksplorasi peran serta adanya penyempitan pilihan secara bertahap yang mengarah pada penerapan suatu preferensi karir yang diinginkan (Sharf, 2013). Mahasiswa perlu menyelesaikan tugas-tugas perkembangan karir tersebut sesuai dengan tahap perkembangan karir yang ada, agar dapat mencapai kematangan karir (Super, 1977) Menurut Savickas (1990), Kematangan karir merupakan kesiapan individu dalam membuat pilihan karir yang realistis. Jika seorang individu telah matang secara karir maka akan lebih mampu untuk mengambil pilihan dan keputusan karir yang tepat serta realistis, karena dapat mengidentifikasi pilihan karir/pekerjaan tertentu dan juga dapat menjalankan aktifitas yang dapat menunjang untuk mencapai tujuan pekerjaan yang diinginkan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat terlihat bahwa mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang sedang mengalami *quarter life crisis* yang terlihat dari gejala-gejala

yang ada. Salah satu faktor dominan yang menyebabkan terjadinya *quarter life crisis* adalah karena adanya tantangan perihal karir atau pekerjaan, di mana mahasiswa masih belum dalam menentukan pilihan karir yang diinginkan. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana pengaruh kematangan karir terhadap *quarter life crisis* dan juga melihat bagaimana gambaran *quarter life crisis* dan kematangan karir pada mahasiswa tingkat akhir Univeristas Negeri Padang.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Total populasi dari penelitian ini berjumlah 342 yang merupakan Mahasiswa psikologi tingkat akhir yang berkuliah di Universitas Negeri Padang. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael, dengan taraf kesalahan 5% (Yusuf, 2014). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 342 mahasiswa, dibulatkan menjadi 340 mahasiswa maka jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah 172 responden. Setelah dilakukan pengambilan data, responden yang didapatkan berjumlah 181 orang. Teknik pengumpulan sampel menggunakan *sampling purposive* dengan karakteristik:

a. Mahasiswa aktif Universitas Negeri Padang tahun 2017, 2018, 2019 dan 2020
b. Mahasiswa psikologi yang sedang mengambil satuan kredit semester tugas akhir (skripsi) atau isu-isu.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Penelitian ini akan menggunakan dua alat ukur sebagai instrumen dalam penelitian ini yaitu untuk mengukur kematangan karir dan mengukur *quarter life crisis*. Instrumen *Quarter life crisis* akan menggunakan alat ukur dari Fadhilah (2021), yang disusun berdasarkan 7 aspek dari teori Robbins & Wilner (2001). Instrumen tersebut berjumlah 41 item. Pada instrumen kematangan karir akan menggunakan skala dari Hamidah (2023) berdasarkan teori dari Super dalam (Savickas, 2001). Alat ukur ini terdiri dari 4 (empat) aspek yaitu perencanaan, eksplorasi, kompetensi informasional dan pengambilan keputusan. Instrumen terdiri dari 40 item. Teknik analisis data menggunakan metode analisis uji regresi sederhana dengan menggunakan bantuan program SPSS.26.

HASIL

Penelitian ini menjelaskan bagaimana pengaruh kematangan karir terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang. Responden pada penelitian ini berjumlah 181 mahasiswa yang merupakan mahasiswa aktif dan terdaftar di Universitas Negeri Padang. Responden yang mengisi kuesioner memiliki kriteria yaitu mahasiswa psikologi yang sedang mengambil satuan kredit semester (SKS) tugas akhir (skripsi) atau mata kuliah isu-isu.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	53	29,3
Perempuan	128	70,7
Total	181	**100,0**

Berdasarkan dari tabel di atas, diketahui bahwa jumlah subjek perempuan lebih banyak dari pada jumlah subjek laki-laki. Dari jumlah 181 responden, 128 responden berjenis kelamin perempuan dengan persentase 70,7%, dan 53 responden berjenis kelamin laki-laki dengan persentase 29,3%.

Tabel 2. Skor Hipotetik dan Skor Empirik skala *Quarter Life Crisis* dan Kematangan karir

Variabel	Skor hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Quarter Life Crisis	41	205	123	27,3	65	193	141,31	34,357
kematangan Karir	40	200	120	26,6	115	192	146,13	16,467

Nilai rata-rata empirik *quarter life crisis* sebesar 141,31 lebih tinggi dari nilai rata-rata hipotetik yaitu sebesar 123. Dapat diketahui *quarter life crisis* mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang cenderung sedang ke tinggi. Hal ini dikarenakan nilai rata-rata empiriknya mendekati nilai *mean* hipotetik. Selanjutnya pada kematangan karir nilai rata-rata empiriknya sebesar 146,13 lebih tinggi dibandingkan nilai hipotetiknya yaitu 120, artinya dapat diketahui bahwa kematangan karir mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang cenderung sedang ke tinggi. Hal ini dikarenakan nilai rata-rata empiriknya mendekati nilai max hipotetik. Tabel di atas memperlihatkan bahwa nilai rata-rata empirik pada setiap variabel lebih tinggi daripada nilai rata-rata hipotetik. Ini berarti bahwa subjek

dalam penelitian ini memiliki *quarter life crisis* dan kematangan karir yang lebih tinggi dari pada perkiraan alat ukur.

Tabel 3. Skor Hipotetik dan Skor Empirik skala *Quarter Life Crisis*

Jenis Kelamin	Skor hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Laki-laki	41	205	123	27,3	66	185	129,13	38,130
Perempuan	41	205	123	27,3	65	193	146,35	31,468

Tabel di atas memperlihatkan bahwa nilai rata-rata empirik *quarter life crisis* pada mahasiswa perempuan dan mahasiswa laki-laki lebih tinggi daripada nilai rata-rata hipotetik. Ini berarti bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki *quarter life crisis* yang lebih tinggi dari pada perkiraan alat ukur. Berdasarkan tabel di atas terlihat terdapat perbedaan skor empirik variabel *quarter life crisis* berdasarkan jenis kelamin. Rata-rata nilai *quarter life crisis* pada mahasiswa berjenis kelamin perempuan lebih tinggi di bandingkan rata-rata nilai *quarter life crisis* dari mahasiswa laki-laki yaitu pada mahasiswa perempuan sebesar 146,35 dan pada mahasiswa laki-laki sebesar 129,13.

Tabel 4. Skor Hipotetik dan Skor Empirik skala Kematangan Karir

Jenis Kelamin	Skor hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Laki-laki	40	200	120	26,6	115	189	151,40	16,952
Perempuan	40	200	120	26,6	115	192	143,95	15,821

Tabel di atas memperlihatkan bahwa nilai rata-rata empirik kematangan karir pada mahasiswa perempuan dan mahasiswa laki-laki lebih tinggi daripada nilai rata-rata hipotetik. Ini berarti bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki kematangan karir yang lebih tinggi dari pada perkiraan alat ukur. Berdasarkan tabel di atas terlihat terdapat perbedaan skor empirik variabel kematangan karir berdasarkan jenis kelamin. Rata-rata nilai kematangan karir pada mahasiswa berjenis kelamin perempuan lebih rendah di bandingkan rata-rata nilai kematangan karir dari mahasiswa laki-laki yaitu pada mahasiswa perempuan sebesar 15,821dan pada mahasiswa laki-laki sebesar 16,952.

Uji Normalitas

Untuk dapat melihat apakah distribusi data, maka data dapat dioleh lebih lanjut atau bernilai normal, maka akan perlu dilakukan uji normalitas dengan menggunakan *one sample kolmogrov*. Uji ini dilakukan pada variabel *quarter life crisis* dan juga kematangan karir. data

berdistibusi normal jika nilai *Asymp sig.* > 0,05. Sebaliknya data dinyatakan tidak berdistribusi normal jika nilai *Asymp sig.* < 0,05. Nilai signifikasi pada variabel penelitian ini berada di atas 0,05 yaitu sebesar 0,200 (0,200 > 0,05). Dapat disimpulakan bahwa distribusi data berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan bertujuan untuk melihat hubungan yang linear antara variabel X dengan variabel y. Data dapat dinyatakan berhubungan linear jika nilai sig. < 0,05 pada linearity. Data penelitian ini terbukti berhubungan linear dengan nilai signifikasi sebesar 0,000 < 0,05.

Uji Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini yaitu terdapatnya pengaruh antara kematangan karir terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir psikologi di Universitas Negeri Padang. Pengujian hipotesis menggunakan regresi linear sederhana dengan variabel *quarter life crisis* dan kematangan karir.

Tabel 5. Hipotesis

R	R square	T hitung	Sig.
0,630	0,397	1,973	0,000

Berdasarkan dari uji regresi linear sederhana yang telah dilakukan, diketahui nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,630 yaitu menjelasakan besaranya nilai korelasi *quarter life crisis* terhadap kematangan karir. Selanjutnya koefisen determinasi (R *square*) sebesar 39,7% yang memperlihatkan besarnya pengaruh antara kematangan karir dan *quarter life crisis* secara presentase. Untuk dapat melihat apakah variabel X berpengaruh terhadap variabel Y, maka nilai signifikasi harus < 0,05. Nilai signifikasi dari variabel kematangan karir dan *quarter life crisis* adalah 0.000 (0.000 < 0,05) yang berarti bahwa *quarter life crisis* berpengaruh terhadap kematangan karir.

PEMBAHASAN

Quarter life crisis merupakan krisis emosional yang dirasakan individu pada usia dua puluhan dimana individu merasa kesepian, terasingkan, merasa tidak memiliki kemampuan, meragukan diri sendiri serta takut akan kegagalan di masa depan (Robbins & Wilner, 2001). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri

Padang memiliki *quarter life crisis* yang cenderung sedang ke tinggi. Menurut Nurhariza et al (2022) *quarter life crisis* yang di alami oleh mahasiswa akhir lebih tinggi di bandingkan dengan mahasiswa semester 2 hal ini disebabkan karena mahasiswa akhir sangat dekat dengan kelulusan dan telah memilikirkan atau mempersiapkan kelanjutan kehidupanya secara lebih mendalam.

Mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang dengan jenis kelamin perempuan memiliki tingkat *quarter life crisis* yang lebih tinggi di bandingkan dengan mahasiswa berjenis kelamin laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Agusti et al (2022), yang menyatakan bahwa mahasiswa perempuan memiliki tingkat *quarter life crisis* yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki di jurusan bimbingan konseling di Universitas Negeri Padang. Dan penelitian dari Herawati & Hidayat (2020) menyatakan bawasanya *quarter life crisis* yang terjadi pada dewasa awal di Pekanbaru di dominasi oleh wanita yang berstatus belum menikah dan belum mendapatkan pekerjaan.

Kematangan karir didefinsikan sebagai kesiapan seorang individu dalam membuat pilihan karir yang realistis atau masuk akal. Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini bahwa mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang memiliki kematangan karir yang cenderung sedang ke tinggi.Hal ini salah satunya dapat terjadi dikarenakan mahasiswa tingkat akhir sudah hampir menyelesaikan tugas perkembangan karir *implementation of career preference* yang biasanya terjadi di pada usia 21-24 tahun dimana individu pada tahap ini telah mendapatkan pendidikan dan juga pelatihan yang diperlukan untuk mendapatkan pekerjaan (Coertse & Schepers, 2004). Dapat dikatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir psikologi Universitas Negeri Padang telah memiliki kemampuan dalam mencari informasi, dapat menggunakan pengetahuan pemikiranya untuk merencanakan serta memutuskan karir yang realistis.

Mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang dengan jenis kelamin perempuan memiliki tingkat kematangan karir yang lebih tinggi di bandingkan dengan mahasiswa berjenis kelamin laki-laki. Hal ini salah satunya dapat terjadi dikarenakan salah satu faktor yang mempengaruhi kematangan karir adalah jenis kelamin menurut Rice (1993) Perempuan terbatas dalam memperoleh kesempatan dan kategori pekerjaan yang layak didapatkannya (Saifuddin, 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pinasti (2011) dimana hasil rata-rata nilai kematangan laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan nilai

rata-rata perempuan, namun tidak ada pengaruh yang signifikan antara jenis kelamin dengan kematangan karir.

Penelitian ini membahas tentang bagaimana pengaruh kematangan karir terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir psikologi Universitas Negeri Padang. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan didapatkan hasil bahwa kematangan karir berpengaruh signifikan terhadap *quarter life crisis* sebesar 39,7% pada mahasiswa psikologi tingkat akhir Universitas Negeri Padang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Astanu et al. (2022) dimana terdapat pengaruh yang signifikan antara kematangan karir dengan *quarter life crisis* pada mahasiwa akhir bimbingan konseling Universitas PGRI Madiun.

Penelitian dari Umah (2021) menunjukkan bahwa kematangan karir berpengaruh signifikan terhadap *quarter life crisis* sebesar 41,6% pada mahasiswa psikologi yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini dilakukan sebelum adanya UU PLP No.23, Tahun 2022. Berdasarkan nilai besaran pengaruh kematangan karir dan *quarter life crisis* mahasiswa psikologi sebelum dan sesudah adanya UU PLP No.23, Tahun 2022 terlihat menurun namun tidak terlalu besar. Berdasarkan penjabaran di atas dapat diketahui bahwa salah satu faktor dari terjadinya *quarter life crisis* adalah kematangan karir. Menurut Agustin (2012) faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan mahasiswa dalam mengatasi situasi *quarter life crisis* adalah dengan pemilihan pekerjaan dan karir.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil analisis pada penelitian tentang pengaruh kematangan karir terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir psikologi Universitas Negeri Padang, dapat disimpulakan bahwa mahasiswa tingkat akhir psikologi Univeristas Negeri padang memiliki tingkat *quarter life crisis* yang cenderung sedang, Mahasiswa tingkat akhir psikologi Univeristas Negeri padang memiliki tingkat kematangan karir cenderung sedang sedang, dan terdapatnya pengaruh kematangan karir terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir psikologi Univeristas Negeri padang.

Untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti mengenai *quarter life crisis* dapat mempertimbangkan variabel lain seperti stres akademik dan *career devlopment*, memperluas subjek yang ingin diteliti dan dapat melihat pengaruh peranan faktor SES (status ekonomi sosial) dan status pekerjaan dengan *quarter life crisis*. Subjek sebagai mahasiswa tingkat akhir pada penelitian ini memiliki quarter life crisis yang cenderung sedang ke tinggi, hal ini

merupakan priode yang lumrah dialami oleh dewasa awal seperti mahasiswa oleh karena itu mahasiswa diharapkan dapat meminimalisir kecemasan dan membangun pemikiran positif agar dapat melewati periode tersebut. Pada kematangan karir mahasiwa tingkat akhir cenderung sedang ke tinggi, diharapkan mahasiswa dapat mengaplikasikan kematangan karirnya setelah menyelesaikan pendidikanya di perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

Agusti, S., Ifdil, I., & Amalianita, B. (2022). Analysis of final student quarterlife crisis based on gender. *Konselor*, *11*(2), 36–42. http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, *55*(5), 469–480. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469

Arnett, J. J., & Tanner, J. L. (2007). Emerging Adults in America: Coming of age in the 21st century. In *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*. https://doi.org/10.1037/11381-002

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. https://doi.org/10.1007/s10591-008-9066-2

Fadhilah, F. (2021). *Perbedaan Quarterlife Crisis Berdasarkan Demografi Pada Mahasiswa di Kota Makassar*. Universitas Bosowa Makassar.

Hamidah, F. W. (2023). *Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kematangan Karir Mahasiswa Bki Tingkat Akhir Uin Surakarta*. Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Hanim, lailatul muarofah, & Ahlas, S. (2020). Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *11*(1), 41–48.

Hassler, C. (2009). *Are You Having A Quarterlife crisis?* Christinehassler.Com. https://christinehassler.com/2009/10/are-you-having-a-quarterlife-crisis/.

Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife Crisis Pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, *5*(2), 145–156. https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.1036

Murphy, M. (2011). Emerging adulthood in Ireland: Is the quarter-life crisis a common experience? *Thesis of Family and Community Studies*, *September*, 1–44. https://pdfs.semanticscholar.org/0f75/a32d8463a5b30b4c5c435219805e33a73eeb.pdf

Murray, J. L., & Arnett, J. J. (2018). Emerging adulthood and higher education: A new student development paradigm. In *Routledge Taylor & Frsncid Group*. https://doi.org/10.4324/9781315623405

Nash, R. J., & Murray, M. C. (2010). *Helping College Students Find Purpose*. Jossey-Bass A Wiley Imprint.

Nurhariza, F. M., Masduki, M., & Wahyunengsih, W. (2022). Analysis of the Comparison of Quarter Life Crisis Level of 2Nd Semester Students and Final-Level Students of Uin

Syarif Hidayatullah Jakarta. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, *5*(4), 269. https://doi.org/10.22460/fokus.v5i4.11368

Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Menyelami perkembangan manusia* (12th ed.).

Robbins, A., & Wilner, A. (2001). Quarterlife crisis : the unique challenges of life in your twenties. In *Penguin Putnam*. http://www.amazon.com/dp/1585421065

Saifuddin, A. (2018). *Kematangan Karier Teori dan Strategi Memilih Jurusan dan Merencanakan Karier*. Pustaka Pelajar.

Savickas, M. . . (1990). Developing Career Choice Readiness. *The American Association for Counseling and Development*, *maret*, 1–23.

Savickas, M. L. (2001). A Developmental Perspective on Vocational Behaviour : Career Patterns , Salience , and Themes. *Internat. Jnl. for Educational and Vocational Guidancenl*, *1*, 49–57.

Sharf, R. S. (2013). *Applying Career Development Theory to Counseling* (J. Perkins (ed.); sixth edit). Jon-David Hague.

Super, D. E. (1977). Vocational Maturity in Mid-Career. *Vocational Guidance Quarterly*, *25*(4), 294–302. https://doi.org/10.1002/j.2164-585x.1977.tb01242.x

Yusuf, A. M. (2014). Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, Dan Penelitian Gabungan. In *Kencana* (1st ed.).