ARZUSIN
Jurnal Manajemen dan Pendidikan Dasar

e-ISSN : 2809-4093
p-ISSN : 2809-4484

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

https://doi.org/10.58578/arzusin.v4i2.2730

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA YANG MENGIKUTI ORGANISASI DI UNIVERSITAS NEGERI PADANG

The Relationship Between Self-Efficacy and Quarter Life Crisis Among Students Participating in Organizations at Universitas Negeri Padang

Revan Revelino Putra & Farah Aulia
Universitas Negeri Padang
revelinorevan@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Feb 5, 2024	Feb 10, 2024	Feb 13, 2024	Feb 16, 2024

Abstract

In facing the quarter life crisis period, students have high self-efficacy so that individuals can face the quarter life crisis period smoothly. Individuals who have self-efficacy will resolve it effectively when facing difficult situations and will focus on resolving it smoothly. BEM is a forum for students to channel their aspirations and also develop their potential so that they have the skills needed in the future. The type of research used is quantitative research with a correlational research design. The sample was taken based on the provisions of the Isaac and Michael table with an error rate of 1% with a total of 269 students from a population of 450 students who took BEM at both faculty and university levels at UNP. The sampling technique used in this research was the Accidental Sampling technique. Based on the results of research on the relationship between self-efficacy and quarter life crisis, it can be concluded that self-efficacy for students taking BEM at UNP is in the medium category with a percentage of 90%, Quarter life crisis for students taking BEM at UNP is in the medium category with a percentage of 85 .9% and self-efficacy and quarter life crisis in students taking BEM at UNP have a correlation of -0.379 with a low relationship. Self-efficacy and quarter life crisis are also negatively related, meaning that the higher self-efficacy, the quarter life

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

crisis will decrease. Conversely, if self-efficacy is low then the quarter life crisis will increase.

Keywords: Self Efficacy, Quarter Life Crisis, Student

Abstrak : Dalam menghadapi masa quarter life crisis, mahasiswa memiliki efikasi diri yang tinggi sehingga individu dapat menghadapi masa quarter life crisis dengan lancar. Individu yang memiliki efikasi diri akan menyelesaikan tugasnya dengan efektif ketika berhadapan dengan situasi yang menyulitkannya dan akan fokus menyelesaikan tugasnya dengan lancar. BEM merupakan wadah mahasiswa untuk menyalurkan aspirasi dan juga mengembangkan potensi yang dimiliki agar memiliki skill yang dibutuhkan di masa yang akan datang. Jenis penelitian yang digunakan yakni penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Sampel diambil berdasarkan ketentuan tabel Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 1% dengan jumlah 269 mahasiswa dari populasi yang berjumlah 450 mahasiswa yang mengikuti BEM baik tingkat fakultas dan universitas yang ada di UNP. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah teknik Accidental Sampling. Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan quarter life crisis, dapat disimpulkan bahwa Efikasi diri pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP berada pada kategori sedang dengan persentase 90%, Quarter life crisis pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP berada pada kategori sedang dengan persentase 85,9% dan Efikasi diri dan quarter life crisis pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP memiliki korelasi sebesar -0.379 dengan hubungan yang rendah. Efikasi diri dan quarter life crisis juga berhubungan negatif yang artinya semakin tinggi efikasi dirinya maka quarter life crisisnya akan menurun. Sebaliknya, jika efikasi dirinya rendah maka quarter life crisis akan meningkat.

Kata Kunci : Efikasi Diri, Quarter, Life Crisis, Mahasiswa dan Organisasi

PENDAHULUAN

Manusia pada hakikatnya akan mengalami beberapa proses tahap dalam kehidupan. Mulai pada fase kelahiran, lalu bertumbuh ke dewasa, sampai pada akhirnya masa lanjut usia. Di saat melewati masa-masa dalam kehidupan, manusia juga memiliki tanggung jawab yang harus tercapai dan dikenal dengan istilah perkembangan. Pada fase perkembangan tersebut, ada masa peralihan dari fase remaja menuju fase dewasa. Masa peralihan disetiap tahapan memiliki peran yang penting bagi setiap individu. Di mana masa dewasa merupakan salah satu tahapan perkembangan manusia (Hahuly, 2022). Pada masa ini, individu akan mengeksplorasi tentang identitas dirinya, karir masa depan, relasi dari interpersonalnya, dan pandangannya terhadap kehidupan (Nelson & Barry, 2005). Individu yang tidak mampu merespon dengan baik permasalahan yang dihadapi akan merasa ragu, berada dalam ketidakpastian, merasa tidak mampu, merasa terisolasi dan mengalami ketakutan untuk gagal, mengalami krisis emosional. Permasalahan psikologi seperti ini yang sering ditemukan pada masa ini disebut sebagai quarter life crisis (Robbins & Wilner, 2001).

Quarter life crisis merupakan perasaan yang timbul ketika individu sudah berada pada usia 20-an tahun, ketika merasa takut untuk memikirkan masa depan, seperti karier, kehidupan sosial ataupun relasi. Quarter life crisis juga dapat diartikan dengan reaksi individu ketika menghadapi ketidak stabilan, adanya pilihan-pilihan ataupun perasaan cemas dan tidak mampu yang dirasakan oleh individu dari usia 18-29-an tahun. Krisis ini mulanya muncul ketika individu sedang menyelesaikan perkuliahan, respon individu menjadi panik, frustasi, khwatir, dan kehilangan arah yang mana kondisi ini juga bermuara kepada depresi serta individu juga akan terkena gangguan psikis yang lain (Robbins & Wilner, 2001). Selain itu, proses quarter life crisis ini juga dimulai dengan munculnya pertanyaan tentang tujuan hidup, merasa berjalan di tempat, mengalami motivasi yang kurang, tidak bahagia dengan

pencapaian yang didapatkan, susah dalam menentukan keputusan karena merasa terombang-ambing. Individu yang merasakan quarter life crisis merasakan kesedihan, diri yang terisolasi, ketidakmampuan, diri yang raguragi, serta ketakutan dengan kegagalan dalam menghadapi masa depan (Atwood & Scholtz, 2008). Quarter life crisis memilki fenomena yang cukup sering dialami oleh individu di usia 20-an yaitu tentang kecemasan dalam berhadapan dengan situasi yang tidak sesuai dengan yang diinginkannya. Pada masa ini mahasiswa akan merasa krusial karena mereka akan mengeksplorasi dirinya dalam bidang akademik, pekerjaan, peran sosial, dan jodoh. Makin luas yang dieksplorasi oleh mahasiswa terhadap dirinya maka semakin banyak pula hal-hal baru yang berakibat ketidak nyamanan pada diri mahasiswa sehingga mengganggu stabilitas emosi (Rosalinda & Michael, 2019).

Dalam menghadapi masa quarter life crisis, mahasiswa memiliki efikasi diri yang tinggi sehingga individu dapat menghadapi masa quarter life crisis dengan lancar (Muttaqien & Hidayati, 2020). Individu yang memiliki efikasi diri akan menyelesaikan tugasnya dengan efektif ketika berhadapan dengan situasi yang menyulitkannya dan akan fokus menyelesaikan tugasnya dengan lancar (Simanjuntak et al., 2019).

Efikasi diri adalah bagaimana individu melihat atau menilai kemampuan diri sendiri dalam melakukan sesuatu untuk mencapai tujuannya. Selain itu, efikasi diri juga merupakan keyakinan dan kepercayaan diri individu terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menjalankan pekerjaan sehingga mampu berhadapan dengan tantangan dan mencapai tujuan yang diharapkan (Sari & Aziz, 2022). Efikasi diri juga mampu memberi keyakinan kepada individu untuk berhadapan dengan kehidupan serta memberikan motivasi pada dirinya (Bandura, 1997). Efikasi diri mampu memberikan keyakinan kepada individu terhadap

kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam berhadapan dengan tantangan sehingga mampu memperoleh target yang ingin dicapai (Sari & Aziz, 2022). Jika individu memiliki efikasi diri yang baik, akan berpengaruh terhadap sifat dan pemikiran yang positif serta optimis akan hasil yang dicapai. Begitu juga sebaliknya, individu yang memiliki efikasi diri yang buruk akan berpengaruh terhadap sifat dan pemikiran pesimis akan hasil yang dicapai. Jadi, indvidu yang memiliki keyakinan dalam dirinya dengan kemampuan diri akan terdorong dalam mencapai tujuannya. Dengan demikian, individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan memiliki sikap optimis untuk mencapai tujuan yang akan dicapai (Bandura, 1977).

Mahasiswa merupakan kelompok individu dalam kategori dewasa awal yang diharapkan mampu mempersiapkan masa depan untuk mencapai tujuan, salah satunya dalam hal karir (Rahmi, 2019). Mahasiswa yang mengikuti organisasi membantu membentuk nilai-nilai seperti kepemimpinan, komunikasi, yang baik, mandiri, tanggung jawab, serta kerja sama yang berguna menjadi bekal bagi masa depan individu (Azidin et al., 2022). Skills yang dimiliki oleh mahasiswa seperti kepemimpinan atau perilaku terorganisir

tidak hanya membantu mahasiswa untuk dunia perkuliahannya, tetapi juga mampu membantu mahasiswa memberikan kesiapan menghadapi dunia kerja (Kurniawan, 2020). Mahasiswa sebenarnya sudah disediakan oleh Universitas sarana untuk kegiatan organisasi kemahasiswaan supaya mahasiswa bisa mengembangkan kreativitas, daya kritis, serta kepemimpinan. Selain itu, juga diwadahi kegiatan Mahasiswa dalam mengembangkan minat, bakan, dan potensi mahasiswa yang tertera di pasal 77 Undang-Undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi. Organisasi mahasiswa ini diharapkan mampu menjadi wadah bagi mahasiswa sebagai sarana dalam melakukan pengembangan terhadap perilaku sosial maupun kelompok. Organisasi kemahasiswaan ini juga diharapkan mampu memberikan perubahan yang drastis kepada pola pikir, wawasan, pengetahuan, serta perilaku adaptasi sosial dan kepemimpinan. Jadi, dengan pengalaman tersebut, mahasiswa organisasi diharapkan memiliki keyakinan diri dalam menyelesaikan permasalahan yang tengah dihadapi (Cahyorinartri, 2018).

Salah satu organisasi kemahasiswaan yang dapat mengembangkan pola pikir, wawasan, pengetahuan, serta perilaku adaptasi sosial dan kepemimpinan mahasiswa adalah Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM). Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) merupakan salah satu organisasi mahasiswa intra kampus yang merupakan lembaga eksekutif di tingkat Fakultas dan Universitas. BEM merupakan wadah mahasiswa untuk menyalurkan aspirasi

dan juga mengembangkan potensi yang dimiliki agar memiliki skill yang dibutuhkan di masa yang akan datang (Zulfauzi, 2017).

Penelitian serupa pernah dilakukan oleh Oktavian (2022) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan quarter life crisisi, yang maksudnya semakin tinggi efikasi diri maka quarter life crisis pada mahasiswa akan semakin rendah dan sebaliknya quarter life crisis akan tinggi jika efikasi dirinya rendah. Individu yang mempunyai efikasi diri yang rendah akan meningkatkan kecemasan individu (Bandura, 1977).

Berdasarkan dengan uraian yang data di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui tentang hubungan efikasi diri dengan quarter life crisis pada mahasiswa organisasi di Universitas Negeri Padang. Oleh sebab itu, peneliti ingin menuangkan dalam bentuk karya tulis ilmiah berupa penelitian dengan judul "Hubungan Efikasi Diri dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa yang Mengikuti Organisasi di Universitas Negeri Padang".

METODE

Jenis penelitian yang digunakan yakni penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Peneliti menggunakan desain penelitian kuantitatif sebagai penggambaran secara jelas mengenai penelitian yang dilakukan.Sampel diambil berdasarkan ketentuan tabel Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 1% dengan jumlah 269 mahasiswa dari populasi yang berjumlah 450 mahasiswa yang mengikuti Badan Eksekutif Mahasiswa baik tingkat fakultas dan universitas yang ada di Universitas Negeri Padang. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah teknik *Accidental Sampling*. Kriteria sampel untuk dijadikan subjek dalam penelitian yaitu :

1. Mahasiswa aktif Universitas Negeri Padang.
2. Sedang menjadi pengurus BEM.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah efikasi diri dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah *quarter life crisis*. Dalam penelitian ini, *quarter life crisis* dan efikasi diri diukur menggunakan skala Likert. Teknik pengambilan data menggunakan dua skala, Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala efikasi diri dan *quarter life crisis*. Skala efikasi diri yang dikembangkan oleh Bandura (1997) yang terdiri atas tiga aspek yaitu, magnitude, strenght

dan generality dan skala *quarter life crisis* yang dikembangkan oleh Robbins & Wilner, (2001) dan terdiri atas tujuh aspek, yaitu kebimbangan dalam mengambil keputusan, putus asa, penilaian terhadap diri negatif, terjebak dalam situasi sulit, merasakan kecemasan, tertekan, merasakan kekhawatiran terhadap hubungan interpersonal. Data penelitian ini dikumpulkan pada tanggal 11 Januari 2024 sampai tanggal 28 Januari 2024, kemudian teknik analisis data menggunakan uji korelasi product moment dengan bantuan program SPSS 25.0 for windows.

HASIL

1. Deskripsi Data Penelitian

Peneltian ini memperoleh hasil melalui analisis data yang berbentuk angka dengan pengolahannya melalui statistik lalu dijabarkan. Penjabaran data berikut akan memberikan penjelasan mengenai fenomena efikasi diri dan *quarter life crisis* pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP. Penjabaran data pada penelitian ini yaitu rerata hipotetik dan rerata empirik serta dibuat kategorisasi pada masing-masing variabel.

a. *Quarter Life Crisis*

Deskripsi data rerata hipotetik dan rerata empirik variabel *quarter life crisis* dijabarkan pada tabel berikut ini.

Tabel X. Rerata hipotetik dan Rerata Empirik *Quarter Life Crisis*

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	**Max**	**Mean**	**SD**	**Min**	**Max**	**Mean**	**SD**
Quarter Life Crisis	15	60	37,5	7,5	27	49	40,19	4,21

Berdasarkan data yang ada pada tabel x, nilai rerata hipotetik *quarter life crisis* adalah 37,5 dan rerata empirik adalah 40,19. Secara umum skor rerata empirik *quarter life crisis* lebih besar dibanding dengan rerata hipotetik sehingga hal ini menjelaskan kalau *quarter life crisis* pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP lebih tinggi dibanding skor mean yang ada pada kuesioner. Data yang sudah diperoleh ini akan dipakai untuk melakukan kategorisasi tingkat *quarter life crisis* menjadi tiga kategori

yaitu *quarter life crisis* rendah, *quarter life crisis* sedang dan *quarter life crisis* tinggi. Pengkategorisasian ini didapatkan melalui sebaran hipotetik *quarter life crisis*.

Tabel X. Kategorisasi Skor Skala *Quarter Life Crisis*

Skor	Kategorisasi	Frekuensi	Persentasi
X < 30	Rendah	3	1,1%
30 ≤ X < 45	**Sedang**	**231**	**85,9%**
45 ≤ X	Tinggi	35	13 %
Jumlah		269	100%

Berdasarkan tabel X, secara umum *quarter life crisis* pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP dinyatakan berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 231 mahasiswa dari 269 mahasiswa dengan persentase 85,9%. *Quarter life crisis* pada kategori rendah sebanyak 3 mahasiswa dengan persentase 1,1% dan pada kategori tinggi berjumlah 35 mahasiswa dengan persentase 13%.

b. Efikasi Diri

Deskripsi data rerata hipotetik dan rerata empirik variabel efikasi diri dijabarkan pada tabel berikut ini.

Tabel X. Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik Efikasi Diri

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Efikasi Diri	17	68	42,5	8,5	31	63	43,88	5,43

Berdasarkan tabel X, nilai rerata hipotetik efikasi diri adalah 42,5 dan rerata empiriknya adalah 43,88. Secara umum, skor rerata empirik efikasi diri lebih kecil dari rerata hipotetik sehingga hal ini menjelaskan kalau efikasi diri pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP lebih dari skor mean kuesioner. Data yang didapatkan akan dipakai untuk melakukan kategorisasi tingkat efikasi diri ke dalam tiga kategiri yaitu efikasi diri rendah, efikasi diri sedang dan efikasi diri tinggi. Tingkatan kategori ini didapatkan berdasarkan sebaran hipotetik efikasi diri.

Tabel X. Kategorisasi Skor Skala Efikasi Diri

Skor	Kategorisasi	Frekuensi	Persentasi
X < 34	Rendah	3	1,1%
34 ≤ X < 51	**Sedang**	**242**	**90%**
51 ≤ X	Tinggi	24	8,9%
Jumlah		269	100%

Berdasarkan tabel X, pada umumnya efikasi diri pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP pada kategori tinggi sebanyak 23 mahasiswa dengan persentase 8,9%. Efikasi diri pada kategori sedang sebanyak 242 mahasiswa dengan persentase 90% dan efikasi diri pada kategori rendah sebanyak 3 mahasiswa dengan persentase 1,1%.

2. Analisis Data Penelitian

a. Uji Normalitas

Uji normalitas memiliki tujuan untuk mengetahui tentang data variabel yang diteliti apakah berdistribusi normal atau tidak normal. Uji normalitas ini juga dilakukan untuk uji prasyarat ketika akan melakukan uji hipotesis atau sebelum melakukan uji hipotesis. Teknik yang dipakai untuk melakukan analisis uji normalitas dengan SPSS adalah *one sample kolmogrov-smirnov*. Dalam melakukan pengambilan keputusan, digunakan pedoman dari hasil uji normalitas yaitu jika nilai signifikansi > 0,05 maka data dapat dianggap berdistribusi normal dan begitupun sebaliknya jika nilai signifikansi < 0,05 maka data dianggap tidak berdistribusi normal. Hasil penjabaran uji normalitas dapat diliat dari tabel yang ada di bawah.

Tabel X. Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian

Variabel	K-SZ	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
Efikasi Diri & Quarter Life Crisis	0,541	0,931	Normal

Berdasarkan tabel X dapat diketahui hasil uji normalitas yang memperoleh nilai signifikansi 0,078 > 0,05, yang artinya kesimpulan dari nilai residual berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas memiliki tujuan untuk mengetahui data variabel *independen* dan *dependen* apakah berhubungan secara liner atau tidak. Jika nilai *deviation from linearity* > 0,05 maka bisa dianggap linear dan jika nilai *deviation from linearity* < 0,05 maka dianggap tidak linear. Hasil uji linearitas melalui SPSS bisa diliat pada tabel di bawah.

Tabel X. Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian

Variabel	*Deviation from linearity*	Keterangan
Efikasi Diri & Quarter Life Crisis	0,097	Linear

Berdasarkan tabel X, hasil dari uji linearitas variabel efikasi diri (X) dan variabel *quarter life crisis* (Y) mendapatkan hasil nilai signifikansi 0,097, yang artinya sebaran kedua variabel termasuk linear karena signifikansinya memiliki nilai yang lebih dari 0,05.

c. Uji Hipotesis

Pada tahap uji hipotesis dilaksanakan untuk mengetahui bagaimana taraf signifikansi statistik dari koefisiensi yang didapat agar diterima atau ditolak. Penelitian ini mengajukan hipotesis hubungan antara efikasi diri dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP. Hipotesis di uji dengan uji korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS 24. Penelitian ini menggunakan pedoman dengan taraf signifikansi < 0,05. Jika taraf signifikansi < 0,05 maka hipotesis (H1) diterima. Begitupun sebaliknya, jika taraf signifikansi > 0,05 maka hipotesis (H0) ditolak).

Tabel X. Uji Korelasi

Pearson correlation	Sig. (2-tailed)
-0.379	0.000

Berdasarkan tabel X, dapat disimpulkan kalau penelitian ini memiliki koefisien korelasi -0.379 dengan signifikansi 0,000. Signifikansi memperoleh hasil nilai < 0,05, artinya hipotesis H1 peneliti diterima. Koefisien korelasi yang nilainya -0.379 mengungkapkan hubungan negatif dan bisa ditarik kesimpulan hasil dari uji

hipotesis adalah terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP. Hal tersebut menjelaskan jika semakin tinggi tingkat efikasi diri maka akan berbanding terbalik dengan *quarter life crisis* yang tingkatnya menurun. Begitu juga sebaliknya, jika tingkat efikasi diri rendah maka tingkat *quarter life crisis* akan meningkat.

PEMBAHASAN

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan quarter life crisis pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP. Hasil penelitian ditemukan skala efikasi diri pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP berada di tingkat sedang. Efikasi diri juga mampu memberi keyakinan kepada individu untuk berhadapan dengan kehidupan serta memberikan motivasi pada dirinya (Bandura,

1997). Hasil penelitian ditemukan skala quarter life crisis pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP berada di tingkat sedang. Quarter life crisis yang tinggi ditunjukan pada saat mahasiswa berada ketika terjebak dalam situasi yang sulit. Hal ini dibuktikan dengan mayoritas responden lebih banyak merasa terjebak dalam situasi sulit dibandingkan dengan aspek-aspek yang lain, walaupun semua aspek berada dalam tingkat kategori sedang. Individu akan mencari kepastian tentang dirinya sebenarnya siapa, bagaimana cara dia mencari tau tentang dirinya, apa yang mampu dilakukan oleh individu, dan kondisi seperti ini kenapa bisa terjadi, sehingga individu yang semakin dalam dengan kebingungan ini akan kesulitan dalam menghadapi semua ini. Individu tersebut sebenarnya merasa tau apa yang harus dilakukan, akan tetapi individu juga merasa kebingungan bagaimana cara melakukannya (Sallata & Huwae, 2023). Penelitian serupa oleh Sari & Aziz (2022) ikut menjelaskan bahwa quarter life crisis merupakan sebuah kondisi ketika adanya permasalahan pada emosional dan terjadi pada masa remaja akhir ke dewasa awal yang ditandai dengan adanya perasaan yang bingung, keputusaan, dan rasa cemas. Akan tetapi, semua permasalahan pada quarter life crisis akan bisa dilewati dengan baik dan lancar, jika individu yang melewatinya memiliki efikasi diri yang tinggi (Muttaqien & Hidayati, 2020).

Analisis korelasi yang sudah dilakukan memperoleh hubungan yang signifikan dan berkorelasi negatif pada efikasi diri dengan quarter life crisis terhadap mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Sari & Aziz (2022) yang menunjukan kalau efikasi diri memiliki pengaruh negatif

terhadap quarter life crisis, yang berarti adanya hubungan negatif signifikan antara efikasi diri terhadap quarter life crisis. Dalam menyelesaikan permasalahannya, mahasiswa memilih untuk melihat level kesulitan (magnitude) terlebih dahulu. Hal ini dijelaskan dengan mayoritas responden menjawab dengan level kesulitan dibanding dengan kekuatan keyakinan maupun generalisasi. Meskipun ketiganya berada pada tingkat kategori sedang. Menurut Suseno (2009) setiap individu mempunyai keyakinan dan keberhasilan dalam berhadapan dengan permasalahan dari individu ketika mempunyai persepsi yang berbeda terkait apakah masalah yang dihadapi sulit atau mudah. Individu berusaha akan menghadapi tugas yang dia merasa lebih mudah untuk lebih dulu dilakukan dan juga berusaha mengindari masalah yang dia rasa lebih berat atau tidak mampu dia lewati. Magnitude ini merupakan tingkat kesulitan tugas atau masalah yang akan dihadapi oleh individu. Penelitian serupa juga pernah dilakukan oleh Oktavian (2022) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan quarter life crisis, yang maksudnya semakin tinggi efikasi diri maka quarter life crisis pada mahasiswa akan semakin

rendah dan sebaliknya quarter life crisis akan tinggi jika efikasi dirinya rendah. Individu yang mempunyai efikasi diri yang rendah akan meningkatkan kecemasan individu (Bandura, 1997). Walshe (2018) mengungkapkan quarter life crisis memiliki faktor yang mempengaruhi dari segi lingkungan. Dari tuntutan yang berasal dari lingkungan, individu tidak mampu memberikan respon yang baik atas tuntutan tersebut. Efikasi diri yang dimiliki oleh individu dan cenderung tinggi akan memiliki keyakinan dari kemampuan yang ada pada individu dalam menyelesaikan suatu permasalahan.

Penjelasan di atas menyimpulkan bahwa penelitian ini menghasil jawaban terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan quarter life crisis pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP. Penelitian ini juga memberikan hasil signifikansi negatif terkait hubungan antara kedua variabel dengan koefisiensi -0.379 dengan signifikansinya 0.000. Efikasi diri dan quarter life crisis pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP memiliki hubungan pada kategori rendah.

Penelitian ini diharapkan untuk mahasiswa supaya yakin kalau bergabung ke dalam organisasi mahasiswa terutama BEM, akan membantu dalam melewati masa-masa quarter life crisis dan lebih siap dalam menghadapi dunia setelah perkuliahan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan quarter life crisis, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Efikasi diri pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP berada pada kategori sedang dengan persentase 90%.
2. Quarter life crisis pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP berada pada kategori sedang dengan persentase 85,9%
3. Efikasi diri dan quarter life crisis pada mahasiswa yang mengikuti BEM di UNP memiliki korelasi sebesar -0.379 dengan hubungan yang rendah. Efikasi diri dan quarter life crisis juga berhubungan negative yang artinya semakin tinggi efikasi dirinya maka quarter life crisisnya akan menurun. Sebaliknya, jika efikasi dirinya rendah maka quarter life crisis akan meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurrahman, lubis, s. H., & Sahputra, d. (2021). Hubungan kecerdasan emosi dengan efikasi diri pada siswa the relationship of emotional intelligence with self-efficacy. Edukasi islam: jurnal pendidikan islam, 10(2).Https://doi.org/10.30868/ei.v10i02.1737

Afnan, fauzia, r., & Utami tanau, m. (2020). Hubungan efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam fase quarter life crisis relationship of selfefication with stress in students who are in the quarter life crisis phase. Jurnal kognisia, 3(1).

Atwood, j. D. , & Scholtz, c. (2008). The quarter-life time period: an age of indulgence, crisis or both? Contemp fam ther, 30, 233–250.

Azidin, y., rahmah, a., zuraida, d., & Maulana, r. (2022). Pelatihan kepemimpinan dan manajemen organisasi dalam kegiatan organisasi kemahasiswaan. Amma : jurnal pengabdian masyarakat, 1(02), 82–87.

Azzahra, s. P., azmi, k. N., ramadhayanti, n., & Firjatullah, m. A. (2023). Self efficacy pada mahasiswa yang mengalami quarter life crisis di universitas bhayangkara jakarta raya.

Bandura, a. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. Psychological review, 84(2), 191–215.

Bandura, a. (1997). Self-efficacy the exercise of control. W.h. Freeman. Cahyorinartri, n. (2018). Motivasi mahasiswa berorganisasi di kampus. Jurnal psikologi insight , 2(2), 27–38.

Fazira, s. H., handayani, a., & Lestari, f. W. (2023). Faktor penyebab quarter life crisis pada dewasa awal (vol. 5).

Ghozali, i. (2016). Aplikasi analisis multivariete dengan program ibm spss 23 .

Hahuly, m. S. (2022). Menghadapi quarter life crisis dalam terang perspektif alkitab. Jurnal teologi gracia deo, 4(1), 1–14. Https://doi.org/10.46929/graciadeo.v4i1.102

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

Hurlock, e. B. (1991). Psikologi Perkembangan ; suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan edisi 5 (5th ed.). Erlangga.

Kurniawan, m. U. (2020). Analisis kesiapan kerja mahasiswa di era revolusi industri 4.0 ditinjau dari soft skills mahasiswa. Equilibrium, 8(2).

Muttaqien, f., & Hidayati, f. (2020). Hubungan self efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa fakultas psikologi universitas islam negeri maulana malik ibrahim malang angkatan 2015. Psikoislamedia journal psikologi, 05.

Nash, r. J., & Murray, m. C. (2010). Helping college studentsfind purpose the campus guide to meaning-making. Www.josseybass.com

Nelson, l. J., & Barry, c. M. N. (2005). Distinguishing features of emerging adulthood the role of self-classification as an adult. Journal of adolescent research, 20(2), 242–262. Https://doi.org/10.1177/0743558404273074

Oktavian, i. Z. N. (2022). Hubungan self efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir.

Rahmi, f. (2019). Efikasi diri dalam membuat keputusan karier pada mahasiswa career decision making self efficacy in college students. Insight, 21(1).

Robbins, a., & Wilner, a. (2001). Quart erlife crisis the unique challenges of life in your twenties. Penguin putnam inc.

Rosalinda, i., & Michael, t. (2019). Pengaruh harga diri terhadap preferensi pemilihan pasangan hidup pada wanita dewasa awal yang mengalami quarterlife crisis. Penelitian dan pengukuran psikologi, 8. Https://doi.org/10.21009/jppp

Sallata, j. M. M., & Huwae, a. (2023). Resiliensi dan quarter life-crisis pada mahasiswa tingkat akhir. Jurnal cakrawala ilmiah, 2(5).

Sari, d. T., & aziz, a. (2022). Hubungan antara self efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa psikologi universitas medan area. Tabularasa: jurnal ilmiah magister psikologi, 4(1), 82–90. Https://doi.org/10.31289/tabularasa.v4i1.1122

Sebayang, s., & sembiring, j. (2017). Pengaruh self esteem dan self efficacy terhadap kinerja karyawan studi kasus di pt. Finnet indonesia effect of self esteem and self efficacy of employee performance case study at pt. Finnet indonesia. E-proceeding of management, 4(1), 355.

Simanjuntak, c. E., simangunsong, r. M., & hasugian, a. P. (2019). Gambaran self efficacy pada mahasiswa psikologi universitas hkbp nommensen medan. Jurnal Psikologi universitas hkbp nonmensen, 6(1). Http://jurnal.uhn.ac.id/index.php/psikologi

Sugiyono. (2013). Metode penelitian kuantitatin, kuantitatif dan r & d (19th ed.). Alfabeta.

Suseno, m. N. (2009). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap efikasi diri sebagai pelatih pada mahasiswa the effect of interpersonal communication training in improving self efficacy as a trainer among college students. Jurnal intervensi psikologi, 1(1).

Walshe, ó. (2018). The quarter-life crisis: investigating emotional intelligence, selfesteem and maximization as predictors of coping self-efficacy.