

BAB V

PENUTUP

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan antara *self esteem* dan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang. Maka perlu mengemukakan kesimpulan dan saran. Kesimpulan dan saran sesuai dengan hasil penelitian ini adalah:

A. Kesimpulan

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self esteem* mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang yang berjumlah 217 responden, Tingkat *self esteem* tinggi sebanyak 191 (88%) responden memiliki skor di atas 78, yang menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat harga diri tinggi dan positif terhadap diri sendiri. Sedangkan tingkat *self esteem* rendah, sebanyak 26 (12%) responden memiliki skor 78 hingga 26, menunjukkan adanya harga diri rendah dan negatif terhadap diri sendiri.
2. Quarter life crisis yang positif, sebanyak 180 (82,95%) responden memiliki skor diatas 75, rincian hasil menunjukkan bahwa pada kategori ini, BKI memiliki 66 responden (35,02%), PMI sebanyak 34 responden (16,13%), KPI sebanyak 44 responden (20,28%), dan MD sebanyak 36 responden (16,59%) yang menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat quarter life crisis yang positif dan mampu menghadapi tantangan. *Quarter life crisis* yang negatif, sebanyak 37 (17,05%)

responden memiliki skor 74 hingga 25, BKI memiliki 22 responden (10,14%), PMI sebanyak 4 responden (1,38%), KPI sebanyak 6 responden (2,76%), dan MD sebanyak 5 responden (1,38%%) menunjuk kan adanya quarter life crisis yang negatif dan mengalami kecemasan.

3. Berdasarkan hasil penelitian hipotesis, hasil uji chi-square, nilai Pearson Chi-Square adalah 41.336 dengan *P value* sebesar 0.000. *P value* lebih kecil dari 0.05, sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak, dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hubungan yang signifikan antara *self esteem* dan *quarter life crisis* pada responden. Hal ini menggambarkan *self esteem* memiliki hubungan positif yang signifikan dalam menentukan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang. Kesimpulannya adalah semakin tingginya *self esteem* maka semakin positif *quarter life crisis*, dan semakin rendah *self esteem* maka semakin negatif *quarter life crisis*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Peneliti menyarankan kepada mahasiswa dan konselor bahwa pentingnya bimbingan konseling Islam bagi mahasiswa tingkat akhir agar evaluasi dan mampu menghadapi dengan sikap yang lebih matang, dan adanya keyakinan akan pertolongan Allah SWT.

2. Hasil penelitian bisa menambahkan sumber acuan untuk para peneliti kedepannya yang berkaitan dengan *quarter life crisis* karena dalam penelitian ini hanya dengan dua variabel. Apabila dihubungkan *quarter life crisis* dengan faktor lain, seperti akademik, hubungan sosial, resiliensi dan spiritual.



DAFTAR KEPUSTAKAAN

- A Muri Yusuf, 2007, *Metodologi Penelitian*, Padang: UNP Press.
- Adnan Achiruddin Saleh, 2020, Psikologi Sosial, *Sulawesi Selatan*: IAIN Parepare Nusantara Press.
- Afnan Afnan, Rahmi Fauzia, Meydisa Utami, Tanau, 2020, Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis. *Jurnal Kognisia*
- Agus Mujiyanto, 2022, *Hubungan antara Self Esteem dengan Quarter-Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah IAIN Salatiga*, IAIN Salatiga
- Ali Sya'ban M Habu, Sya'ban M Habu, 2020, *Hubungan Quarter-life Crisis dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Skripsi pada mahasiswa tingkat akhir*. *Tingkat Akhir, Walisongo Institutional Repository* 7 (5), 1-2.
- Aulia, 2022, *Hubungan Antara Self – Esteem dengan Perilaku Konsumtif Pada MajelisTaklim di Pekanbaru*, e-repository. Perpustakaan, Universitas Islam Riau Pekanbaru
- Bambang Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah, 2005, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Coopersmith, Stanley *The Antecedent of Self-esteem*, 1967, San Francisco: W.H Freeman and Company San Fransisco, London: printed in the United States of America
- Detik Jatim, 2024, "Motif Mahasiswa Malang Bunuh Diri gegara Depresi Skripsi Tak Selesai" diakses pada tanggal Selasa, 09 Jan 2024 19:05 WIB, <https://www.detik.com/jatim/berita/d-7132997/motif-mahasiswa-malang-bunuh-diri-gegara-depresi-skripsi-tak-selesai>
- Devi Ardiyanti, 2022, *Tips dan Trik Quarter Life Crisis*. Yogyakarta: checklist
- Elly Syahadati, Desi Sri Astuti, 2018, Hamid Asman *Jurnal Pendidikan Bahasa* 7 (2), 318-325.
- Erik Ibnu Hidayat, M. Ramli, and Arbin Janu Setiowati, 2021, "Pengaruh Self Efficacy, Self Esteem, Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir," *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan* 6,no. 4 : 635,
- Ferdiana Suniya Prawesti, Damajanti Kusuma Dewi, 2016, *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 7 (1), 1-8
- Gerhana Nurhayati Putri, 2023 "*Quarter Life Crisis*," in *Quarter Life Crisis*, Jakarta: Elex Media Komputindo
- Getry Febriani and Zulian Fikry, 2023, "Gambaran Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi," *Naskah Publikasi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember* 3 : 1472–87.
- Hardani, S.Pd., M.Si., dkk, 2020, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta

- Ikhwan, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, Tugas Akhir, Skripsi, Tesis & Disertasi), Padang: IAIN Imam Bonjol Padang
- Irene Sophia Dorothea Lepa, Herlan Pratikto, 2020, Pengaruh Supportive Therapy Dalam Meningkatkan Self Esteem. *PD ABKIN JATIM Open Journal System Vol. 1 No. 1*.
- Istiqomah rahmatul ria Hardani, Auliya Hikmatul nur , andriani Helmina , fardani asri Roushandy , ustiawati jumari, utami fatmi evi, sukmana juliana dhika, 2023 *Buku Metode Penelitian Kualitatif, Revista Brasileira de Linguística Aplicada*, vol. 5.
- Jean Michelle Madeline Sallata and Arthur Huwae, “Resiliensi Dan Quarter Life-Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir,” *Jurnal Cakrawala Ilmiah* Vol.2, No., no. 5
- Jewellius Kistomi, 2023 “*Berdamai Dengan Quarter Life Crisis*,” Yogyakarta : Anak Hebat Indonesia.
- Karpika I Puti and Segel Ni Wayan Widiyani, 2021, “*Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia*,” *Widyadari*
- Kartini Kartono, 1980 *Pengantar Metodologi Research*, Bandung: Alumni
- Mashdaria Huwaina, 2021, Khoironi Khoironi, Hubungan Antara Pemahaman Konsep Percaya Diri Dalam Al-Qur'an Terhadap Masalah Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, Volume 4, Nomor 1.
- Mashdaria Huwaina, Khoironi Khoironi Paramurobi, 2021, Pengaruh Pemahaman Konsep Percaya Diri Dalam Al-Quran Terhadap Masalah Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Agama Islam* Vol. 4
- Miftahul Jannah, 2021, Siti Rozaina Kamsani, Nurhazlina Mohd. Ariffin, “*Perkembangan Usia Dewasa : Tugas Dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai*,” Bunayya : *Jurnal Pendidikan Anak* 7
- Muhammad Suhron, *Asuhan Keperawatan Konsep Diri: Self Esteem*, 2017, Ponorogo: UNMUH Ponorogo Press.
- Muri Yusuf, M.Pd., 2014, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan Edisi Pertama*, Jakarta: Kencana.
- Nabilah Hasan and Faisal Ahmad Shah, 2019 “Al-Nafs as the Self in Self-Esteem Construct in Hadith Perspective,” *Jurnal Islam Dan Masyarakat Kontemporer* 20, no. 1.
- Naimi Syifa Urrahma, Sri Wahyuni, Wasisto Utomo, 2022, Hubungan Tingkat Spiritual dengan Kejadian Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Komunitas*
- Ns. Muhammad Suhron S. Kep., M. Kes, 2017, *Terapi dan Asuhan Keperawatan Konsep Diri*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Priyono, 2008, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Taman Sidoarjo: Zifatama Publishing.

- Rahma Adellia and Sheilla Varadhila, 2023 “Dinamika Permasalahan Psikososial Masa,”
Psikosains: *Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi* Vol. 18, No. 1.
- Richard Nelson Jones, 2012, *Pengantar Keterampilan Konseling*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Samuel Elfranata, Damask Jordhi Daud, Yeni Yeni, Nova Pratiwi, Eka Meliyani, Ervin Ervin, Heleri Kasidi Mecang JEID, 2022, Pengaruh Self Esteem dan Self Efficacy Terhadap Kesiapan Kerja Siswa SMK Negeri di Kecamatan Pontianak Utara. *Journal of Educational Integration and Development* Volume 2, Nomor 4.
- Suharsimi Arikunto, 2002 *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sugiyono, 2007, *Statistik untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, 2010, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, 2013 *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Serta R&D*, Alfabeta, CV.
- Sugiyono, 2014, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta
- Srisayekti, Wilis, 2015, Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar, *Jurnal Psikologi* volume. 42, NO.
- Yahya Jaya, M.A, 2014, Wawasan profesional Konseling KSKK Islam, Padang: Hayfa Press