

**HUBUNGAN *SOCIAL COMPARISON* DENGAN *QUARTER
LIFE CRISIS* PADA DEWASA AWAL DI KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama sebagai
Salah Satu Syarat dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
(S.Psi)*



Oleh:

Sugiati Tri Rizki

NIM.2115040019

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA

UIN IMAM BONJOL PADANG

1447 H/ 2025 M

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “*Hubungan Social Comparison dengan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal di Kota Padang*” disusun oleh **Sugianti Tri Rizki**, NIM 2115040019, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk dilanjutkan ke sidang munaqasah.

Padang, 23 Juli 2025

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Nur Aisyah Yusri, M.Si
NIP.197501162005012005

Pembimbing II



Mai Tiza Husna, M.Psi., Psikolog
NIP. 199305312020122019

PERNYATAAN KEORSINILAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sugiati Tri Rizki

NIM : 2115040019

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Hubungan *Social Comparison* dengan *Quarter Life Crisis* pada Dewasa Awal di Kota Padang”** merupakan hasil karya saya sendiri dan dapat di publikasikan sepenuhnya oleh Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang. Adapun bagian-bagian dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadaran.

Padang, 23 Juli 2025

Penulis



Sugiati Tri Rizki

PENGESAHAN TIM PENGUJI

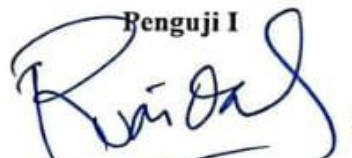
Skripsi dengan judul “*Hubungan Social Comparison dengan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal di Kota Padang*”. Sugiati Tri Rizki NIM. 2115040019 telah diuji dalam sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, pada hari Kamis, 14 Agustus 2025 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program Studi Psikologi Islam.

Padang, 18 Agustus 2025

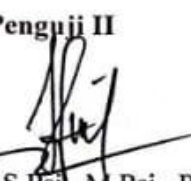
Tim Penguji
Ketua


Nur Aisyah Yusri, M.Si
NIP. 197501162005012005

Penguji I


Dr. Ruaidah, SS., M.Pd
NIP. 197912192008012011

Penguji II


Mardenny, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 197403252023211005

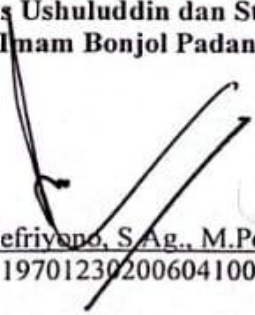
Penguji III


Nur Aisyah Yusri, M.Si
NIP. 197501162005012005

Penguji IV


Mai Tiza Husna, M.Psi., Psikolog
NIP. 199305312020122019

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Imam Bonjol Padang


Dr. Sefriyono, S.Ag., M.Pd
NIP. 197012302006041007

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul "**Hubungan *Social comparison* Dengan *Quarter life crisis* Pada Dewasa Awal Di Kota Padang**". Disusun oleh Sugianti Tri Rizki, NIM 2115040019 Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *social comparison* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal di Kota Padang. *Social comparison* merupakan kegiatan penilaian terhadap pencapaian dan pertahanan diri dalam berbagai aspek kehidupan dengan membandingkan dirinya dengan orang lain untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan dirinya bertahan sedangkan *quarter life crisis* adalah perasaan atau perubahan emosional yang muncul saat individu memasuki rentang usia 20-an, pada fase ini individu akan mengalami perasaan khawatir terhadap apa yang terjadi di kehidupannya di masa depan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 157.536 dewasa awal di Kota Padang dan sampel penelitian berjumlah 342 dewasa awal di Kota Padang. Teknik sampling yang digunakan adalah accidental sampling. Instrumen penelitian menggunakan *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure* (INCOM) yang disusun oleh Gibbons dan Buunk kemudian diadaptasi oleh Krisanti dengan reliabilitas 0,848 dan skala *quarter life crisis* dari Robbins dan Wilner yang dimodifikasi oleh Hardiansyah dengan reliabilitas 0,798. Penelitian ini menggunakan analisis data Korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan SPSS for windows.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *social comparison* dan *quarter life crisis* pada dewasa awal di Kota Padang berada pada kategori sedang. Hasil pengujian hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social comparison* dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal di Kota Padang, dengan nilai p-value yang diperoleh adalah 0,00 ($p < 0,05$). Nilai korelasi yang diperoleh sebesar 0,725 (kuat). Semakin tinggi tingkat *social comparison*, maka semakin tinggi pula tingkat *quarter life crisis* yang dimiliki dewasa awal di Kota Padang.

Kata Kunci: *Social comparison*, *quarter life crisis*, dewasa awal.

ABSTRACT

*This thesis is entitled “**The Relationship between Social comparison and Quarter life crisis in Early Adults in Padang City**”. Written by Sugiati Tri Rizki, NIM 2115040019 Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, Imam Bonjol State Islamic University Padang.*

This study aims to determine the relationship between social comparison and quarter life crisis in early adults in Padang City. Social comparison is an assessment of achievement and self-defense in various aspects of life by comparing himself with others to find out how far his ability to survive while quarter life crisis is a feeling or emotional change that arises when individuals enter their 20s, in this phase individuals will experience feelings of worry about what happens in their lives in the future.

This study uses a quantitative approach with a correlational method. The population in this study was 157,536 early adults in Padang City and the research sample amounted to 342 early adults in Padang City. The sampling technique used was accidental sampling. The research instrument used the Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) compiled by Gibbons and Buunk and adapted by Krisanti with a reliability of 0.848 and the quarter life crisis scale from Robbins and Wilner modified by Hardiansyah with a reliability of 0.798. This study uses Pearson Product Moment Correlation data analysis with the help of SPSS for windows.

The results of this study indicate that the level of social comparison and quarter life crisis in early adults in Padang City is in the moderate category. The results of hypothesis testing in this study indicate that there is a significant positive relationship between social comparison and quarter life crisis in early adults in Padang City, with the p-value obtained is 0.00 ($p < 0.05$). The correlation value obtained is 0.725 (strong). The higher the level of social comparison, the higher the level of quarter life crisis owned by early adults in Padang City.

Keywords: Social comparison, quarter life crisis, early adulthood.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT, taburan cinta dan kasih sayangmu telah memberikanku kekuatan dan membekaliku dengan ilmu. Atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan Judul, **“Hubungan *Social Comparison* dengan *Quarter Life Crisis* pada Dewasa Awal di Kota Padang”**. Sholawat beserta salam semoga terlimpahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW. Proses terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, sehingga penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama.
3. Ketua dan Sekretaris Program Studi Psikologi Islam beserta jajaran dosen.
4. Ibu Nur Aisyiah Yusri M.Si selaku pembimbing I dan Ibu Mai Tiza Husna M.Psi Psikolog selaku pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan perhatian, semangat, dukungan dan senantiasa sabar dalam mengarah dan membimbing penulis selama proses penyelesaian skripsi. Pada saat penyusunan skripsi, ibu hadir sebagai sosok orang tua yang senantiasa membimbing penulis. Sehat selalu untuk Ibu.
5. Teristimewa penulis ucapkan kepada keluarga tercinta dan tersayang yang senantiasa mendukung baik dari segi mental maupun finansial. Penulis ingin menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada kedua orang tua tercinta, Bapak (Ahmad) dan Ibu (Robiah), yang telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi dalam setiap langkah hidup penulis. Tanpa doa,

dukungan moral, dan pengorbanan yang tiada henti penulis tidak mungkin bisa menyelesaikan skripsi ini.

6. Terkhusus penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Resti Oktariani, Dhelvina Rhesma, Tania Wardah Utami, Dian Utari, Sri Opera Dwi Andini, Zikra Dwi Amanda, Fransisko Nelson dan Vinta Zalvianti selaku teman-teman seperjuangan yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan skripsi ini. Kebersamaan, saling membantu, bertukar pikiran, serta dukungan moral yang diberikan selama masa perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi ini sangat berarti bagi penulis.
7. Penulis ingin menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan informasi, serta menjawab pertanyaan-pertanyaan dalam instrumen penelitian dengan penuh kesungguhan dan keterbukaan. Kontribusi kepada responden sangat berarti dalam memperoleh data yang diperlukan untuk menyelesaikan penelitian. Tanpa bantuan dan partisipasi aktif dari para responden, penulis tidak akan dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Semoga hasil dari penelitian ini dapat memberikan manfaat tidak hanya bagi pengembangan ilmu pengetahuan, tetapi juga bagi pihak-pihak yang berkepentingan.
8. Terima kasih juga kepada teman-teman Psikologi Islam Angkatan 21 yang seperjuangan dengan penulis.

9. Kepada seluruh pihak terkait yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang turut andil dalam proses penyelesaian skripsi ini, semoga Allah SWT memberikan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya kepada kita semua.
10. Terakhir penulis ucapkan kepada diri sendiri yang telah mampu menyelesaikan skripsi ini sampai akhir. Skripsi ini merupakan hasil dari proses panjang yang tidak hanya menguji kemampuan akademik, tetapi juga ketekunan, kesabaran, dan kepercayaan diri penulis. Dalam perjalanan penyusunan karya ilmiah ini, penulis belajar untuk menghadapi tantangan, mengelola waktu, dan mengatasi keraguan diri. Melalui proses ini, penulis menyadari pentingnya menjaga semangat, keyakinan, dan komitmen terhadap tujuan yang ingin dicapai. Keberhasilan menyelesaikan skripsi ini bukan hanya tentang pencapaian akademik, tetapi juga bentuk pertumbuhan pribadi yang berarti. Penulis berharap bahwa hasil dari skripsi ini dapat memberikan kontribusi, walaupun kecil, bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan menjadi langkah awal menuju proses belajar yang lebih luas dan mendalam di masa depan.

Padang, 31 Juli 2025



Sugianti Tri Rizki

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
PERNYATAAN KEORISINILAN.....	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Batasan Masalah.....	11
D. Tujuan Penelitian.....	12
E. Manfaat Penelitian	12
F. Sistematika Penulisan	13
BAB II	15
LANDASAN TEORI.....	15
A. <i>Quarter Life Crisis</i>	15
1. Definisi <i>Quarter Life Crisis</i>	15
2. Aspek-Aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	16
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i>	22
4. Fase <i>Quarter Life Crisis</i>	27
5. <i>Quarter Life Crisis</i> dalam Perspektif Islam	29
B. <i>Social Comparison</i>	36
1. Definisi <i>Social Comparison</i>	35
2. Aspek-Aspek <i>Social Comparison</i>	37
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Social Comparison</i>	42
3. Jenis-Jenis <i>Social Comparison</i>	45
4. <i>Quarter Life Crisis</i> dalam Perspektif Islam	46

C. Hubungan <i>Social Comparison</i> dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	47
D. Penelitian Relevan.....	49
E. Kerangka Konseptual	55
F. Hipotesis.....	56
BAB III.....	58
METODE PENELITIAN	58
A. Jenis Penelitian.....	58
B. Identifikasi Variabel Penelitian	58
C. Definisi Operasional Variabel-Variabel Penelitian.....	59
D. Populasi dan Sampel	60
E. Instrumen Penelitian.....	62
F. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	64
G. Teknik Analisis Data	69
BAB IV	73
HASIL DAN PEMBAHASAN	73
A. Pelaksanaan Penelitian	73
B. Deskripsi Responden Penelitian.....	74
C. Hasil Penelitian	76
1. Deskripsi Data.....	76
2. Uji Asumsi.....	81
3. Uji Hipotesis	82
D. Pembahasan Penelitian.....	84
BAB V.....	96
KESIMPULAN DAN SARAN	96
A. Kesimpulan	96
B. Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA.....	98
LAMPIRAN.....	102

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel Isaac	60
Tabel 3.2 Penilaian Skala Likert	62
Tabel 3.3 Blue-print Skala Quarter Life Crisis Sebelum Uji Coba.....	62
Tabel 3.4 Blue-print Skala Social Comparison Sebelum Uji Coba	64
Tabel 3.5 Blue-print Skala Quarter Life Crisis Setelah Uji Coba	66
Tabel 3.6 Blue-print Skala Social Comparison Setelah Uji Coba.....	67
Tabel 3.7 Reliabilitas Skala Quarter Life Crisis.....	68
Tabel 3.8 Reliabilitas Skala Social Comparison	69
Tabel 3.9 Rumus Tingkat Kategori	70
Tabel 4.1 Deskripsi Usia Subjek	73
Tabel 4.2 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek.....	74
Tabel 4.3 Deskripsi Status Subjek.....	74
Tabel 4.4 Deskripsi Pekerjaan Subjek.....	75
Tabel 4.5 Deskripsi Pendidikan Terakhir Subjek	75
Tabel 4.6 Rumus Tingkat Kategori	76
Tabel 4.7 Kategorisasi Social Comparison	78
Tabel 4.8 Kategorisasi Quarter Life Crisis.....	80
Tabel 4.9 Uji Normalitas Social Comparison dengan Quarter Life Crisis.....	81
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas Social Comparison dengan Quarter Life Crisis..	82
Tabel 4.11 Uji Hipotesis Social Comparison dengan Quarter Life Crisis	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	57
--------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

1. SK Seminar Proposal	102
2. SK Pembimbing Skripsi.....	103
3. Surat Izin Penelitian	104
4. Blue-print Skala Social Comparison Sebelum Uji Coba	105
5. Blue-print Skala Quarter Life Crisis Sebelum Uji Coba.....	106
6. Skala Social Comparison Sebelum Uji Coba.....	107
7. Skala Quarter Life Crisis Sebelum Uji Coba	110
8. Uji Reliabilitas Skala Social Comparison	113
9. Uji Reliabilitas Skala Quarter Life Crisis	115
10. Blue-print Uji Validitas Skala Social Comparison (Setelah Uji Coba).....	118
11. Blue-print Uji Validitas Skala Quarter Life Crisis (Setelah Uji Coba)	119
12. Informed Consent.....	120
13. Skala Penelitian Social Comparison	121
14. Skala Penelitian Quarter Life Crisis.....	124
15. Uji Normalitas Skala Social Comparison dengan Quarter Life Crisis.....	127
16. Uji Linearitas Skala Social Comparison dengan Quarter Life Crisis	127
17. Uji Hipotesis	128
18. Tabulasi Data Uji Coba Skala Social Comparison.....	129
19. Tabulasi Data Uji Coba Skala Quarter Life Crisis	130
20. Tabulasi Data Penelitian Skala Social Comparison	131
21. Tabulasi Data Penelitian Skala Quarter Life Crisis.....	134
22. Bukti Bimbingan Skripsi.....	137
23. Expert Judgment Skala Penelitian.....	141