

ABSTRAK

Ratna Asih (2026). **Pengaruh Pemberdayaan Diri terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Pendidikan Masyarakat Universitas Siliwangi Angkatan 2024.** Skripsi. Jurusan Pendidikan Masyarakat, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, 2026.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena *Quarter Life Crisis* (QLC) yang rentan dialami oleh individu pada masa transisi dewasa awal (*emerging adulthood*), termasuk mahasiswa yang sering kali dihadapkan pada ketidakpastian masa depan, kecemasan karier, dan krisis identitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengaruh Pemberdayaan Diri (*Self-Empowerment*) terhadap *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa Pendidikan Masyarakat Universitas Siliwangi Angkatan 2024. Metode penelitian yang digunakan adalah metode korelasi dengan pendekatan kuantitatif dan jenis penelitian eksplanatori (*explanatory research*). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 129 mahasiswa, dengan sampel linear sebanyak 98 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin pada taraf signifikansi 5%. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, kuesioner (angket) dengan skala Likert 1–5, dan studi dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif, uji asumsi klasik (uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, uji heteroskedastisitas, uji linearitas), serta analisis regresi linear sederhana dan uji hipotesis (uji t) secara parsial. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas tingkat pemberdayaan diri mahasiswa berada dalam kategori tinggi sebesar 76% (74 orang) dengan rata-rata empiris 51.93 yang melampaui nilai rata-rata ideal teoritisnya. Sementara itu, tingkat *Quarter Life Crisis* mayoritas berada dalam kategori rendah sebesar 71% (70 orang) dengan rata-rata empiris 34.08. Berdasarkan uji hipotesis, ditemukan nilai t hitung sebesar -39.391 dengan nilai signifikansi 0.000 (< 0.05), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Nilai koefisien regresi (B) sebesar -1.094 menunjukkan arah pengaruh yang negatif, yang berarti setiap peningkatan satu satuan pemberdayaan diri akan diikuti oleh penurunan skor *Quarter Life Crisis* sebesar 1.094. Nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0.942 menunjukkan bahwa kontribusi pemberdayaan diri terhadap penurunan tingkat *Quarter Life Crisis* adalah sebesar 94.2%, sedangkan 5.8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Nilai korelasi (R) sebesar 0.970 menunjukkan tingkat keeratan hubungan yang sangat kuat antarkedua variabel. Simpulan penelitian menyatakan bahwa pemberdayaan diri berpengaruh signifikan secara negatif terhadap *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa Pendidikan Masyarakat Universitas Siliwangi Angkatan 2024.

Kata Kunci: Pemberdayaan Diri, *Quarter Life Crisis*, Mahasiswa Pendidikan Masyarakat.

ABSTRACT

Ratna Asih (2026). The Influence of Self-Empowerment on Quarter Life Crisis Among Community Education Students at Universitas Siliwangi Batch 2024. Undergraduate Thesis. Department of Community Education, Faculty of Teacher Training and Education, Universitas Siliwangi, 2026.

This research is motivated by the prevalence of the Quarter Life Crisis (QLC) phenomenon during emerging adulthood, particularly among university students facing future anxiety, identity crisis, and adult role expectations. This study aims to analyze and determine the influence of Self-Empowerment on the Quarter Life Crisis among Community Education students at Universitas Siliwangi, Batch 2024. The method employed in this study is an explanatory quantitative correlation method. Out of a total population of 129 students, a sample of 98 respondents was obtained using the Slovin formula at a 5% significance level. Data collection was conducted through observation, a 1–5 Likert scale questionnaire, and documentation study. Data were statistically analyzed using simple linear regression and a partial hypothesis test (t-test). Descriptive analysis results indicated that the majority of students possessed a high level of self-empowerment at 76% (74 students) with an empirical mean of 51.93. Meanwhile, the level of Quarter Life Crisis fell into the low category at 71% (70 students) with an empirical mean of 34.08. The simple linear regression test proved that self-empowerment had a significant negative effect on the Quarter Life Crisis, with a t-statistic value of -39.391 ($p = 0.000 < 0.05$). The coefficient of determination (R-squared = 0.942) demonstrated that self-empowerment contributed 94.2% to reducing the Quarter Life Crisis, with a very strong correlation between variables ($R = 0.970$). In conclusion, empirically strengthening self-empowerment—encompassing self-awareness, self-education, and decision-making independence—serves as an effective psychological shield in suppressing Quarter Life Crisis symptoms among university students.

Keywords: *Self-Empowerment, Quarter Life Crisis, Community Education Students.*