

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN
*QUARTER LIFE CRISIS***

SKRIPSI



Oleh :

Desy Ayu Rahmawati

NIM. 20010024

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

JEMBER

2024

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang Berjudul Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan *Quarter Life Crisis* telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Desy Ayu Rahmawati

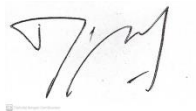
NIM : 20010024

Hari, tanggal : Selasa, 09 Juli 2024

Program Studi : Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi

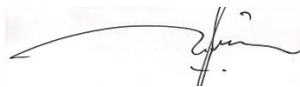
Tim Penguji

Ketua Penguji



Ns. Trisna Vitaliati, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0703028602

Penguji Anggota I



Ns. Zidni Nuris Yuhbaba S.Kep., M.Kep
NIDN.0728049001

Penguji Anggota II



Ns. Wahyi Sholehah, E.S, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0710119002

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIK. 19890603 201805 2 148

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA DEWASA AWAL

THE RELATIONSHIP OF EMOTIONAL INTELLIGENCE WITH *QUARTER LIFE CRISIS* IN EARLY ADULT

Desy Ayu Rahmawati¹, Zidni Nuris Yuhbaba², Wahyi Sholehah Erdah Suswati³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

*Korespondensi Penulis : desyayuu1@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: *Quarter life crisis* atau krisis seperempat abad ialah krisis emosional yang dialami oleh individu dikisaran usia 20-30 tahun agar ia mampu mengenali dirinya sendiri secara mendalam. Kecerdasan individu bukan satu-satunya hal yang dibutuhkan untuk memecahkan masalah dalam menghadapi fase ini, sehingga kecerdasan emosional memiliki posisi yang sangat penting, agar individu dapat mengatur emosinya dengan intelegensi. **Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan kecerdasan emosional dengan *quarter life crisis*. **Metode:** Metode yang digunakan pada penelitian ini yakni penelitian analitik korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal dengan rentang usia 20-30 tahun dengan populasi 119 responden dihitung menggunakan rumus *slovin* menjadi 92 responden. Teknik pengambilan *sampling* yang digunakan adalah *random sampling*, dengan menggunakan instrumen kuesioner kecerdasan emosional dan kuesioner *quarter life crisis*. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kecerdasan emosional hampir separuh dari responden pada kategori sedang sebanyak 45 (48,9%), dan tingkat *quarter life crisis* hampir separuh responden pada kategori sedang sebanyak 47 (51,1%). Hasil uji *spearman's rho* menunjukkan *p-value* $0,000 \leq 0,05$. **Kesimpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa *p-value* $\leq 0,05$ yakni ada hubungan kecerdasan emosional dengan *quarter life crisis* dengan korelasi negatif yang artinya semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang, maka tingkatan *quarter life crisis* semakin rendah. Sehingga pengembangan kecerdasan emosional dapat menjadi faktor kunci dalam mengurangi tingkat *quarter life crisis* di kalangan individu dewasa awal.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosional; *Quarter Life Crisis*; Dewasa Awal

Abstract

Background : *Quarter life crisis* or *quarter century crisis* is an emotional crisis experienced by individuals aged 20-30 years so that they are able to know themselves in depth. Individual intelligence is not the only thing needed to solve problems in facing this phase, so emotional intelligence has a very important position, so that individuals can regulate their emotions with intelligence. . **Objective:** This research is to find out whether there is a relationship between emotional intelligence and *quarter life crisis*. **Method:** The method used in this research is correlation analytical research with a *cross-sectional* approach. The population used in this study were early adult individuals with an age range of 20-30 years with a population of 119 respondents calculated using the *Slovin* formula to be 92 respondents. The sampling technique used was *random sampling*, using emotional intelligence questionnaire instruments and *quarter life crisis* questionnaires. **Results:** The results of this study show that the level of emotional intelligence is almost half of the respondents in the medium category, 45 (48.9%), and the level of *quarter life crisis* is almost half of the respondents in the medium category, 47 (51.1%). *Spearman's rho* test results show a *p-value* of $0.000 \leq 0.05$. **Conclusion:** This research shows that the *p-value* ≤ 0.05 means that there is a relationship between emotional intelligence and *quarter life crisis* with a negative correlation, which means that the higher a person's emotional intelligence, the lower the level of *quarter life crisis*. So the development of emotional intelligence can be a key factor in reducing the level of *quarter life crisis* among early adult individuals.

Keywords: Emotional Intelligence; *Quarter Life Crisis*; Early adulthood
