

PENGARUH SOCIAL COMPARISON DAN SELF ESTEEM TERHADAP QUARTER-LIFE CRISIS PADA DEWASA AWAL

**Dharma Surya Sasana Putra
Tabah Aris Nurjaman**

Program Studi Psikologi,
Fakultas Bisnis & Humaniora
Universitas Teknologi Yogyakarta
Email: dharmasuryasp99@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh social comparison dan self esteem terhadap quarter-life crisis pada dewasa awal. Berdasarkan data pada artikel satu persen yang dilakukan oleh Akbar (2020) menyatakan bahwa quarter-life crisis dinilai berdampak pada 86% kaum milenial yang sering merasa tidak nyaman, kesepian, serta depresi dalam hidupnya. Data tersebut menunjukkan bahwa rendahnya kesadaran untuk mengenali diri sendiri membuat individu kesulitan untuk bisa hidup lebih bermakna. Fase quarter-life crisis akan dilewati oleh individu dewasa awal sehingga melakukan social comparison untuk memperoleh gambaran positif agar dapat mempertahankan harga diri. Penelitian ini mendapat 173 responden yang berdomisili di Yogyakarta dengan rentang usia 20 hingga 25 tahun. Jumlah responden laki-laki sebanyak 53 responden dan perempuan sebanyak 120 responden. Berdasarkan kategorisasi menunjukkan responden yang memiliki social comparison tinggi ada 16,18%, sedang 72,26%, dan rendah 11,56%. Sedangkan responden yang memiliki self esteem tinggi 13,87%, sedang 72,84%, dan rendah 13,29%. Selain itu, responden yang memiliki quarter-life crisis tinggi ada 16,18%, sedang 68,21%, dan rendah 15,61%. Hasil uji regresi linear berganda menunjukkan bahwa social comparison dan self esteem terhadap quarter-life crisis pada dewasa awal memiliki nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 diterima. Artinya, terdapat pengaruh yang signifikan social comparison dan self esteem terhadap quarter-life crisis pada dewasa awal. Hal tersebut menunjukkan bahwa social comparison dan self esteem memiliki kontribusi sebesar 52,7% terhadap quarter-life crisis pada dewasa awal.

Kata kunci: Social Comparison, Self Esteem, Quarter-Life Crisis, Dewasa Awal

THE EFFECT OF SOCIAL COMPARISON AND SELF ESTEEM ON QUARTER-LIFE CRISIS IN EARLY ADULT

Dharma Surya Sasana Putra
Tabah Aris Nurjaman

Psychology Study Program,
Faculty of Business & Humanities
University of Technology Yogyakarta
Email: dharmasuryasp99@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of social comparison and self-esteem on the quarter-life crisis in early adulthood. Based on data in a one percent article conducted by Akbar (2020), the quarter-life crisis is considered to have an impact on 86% of millennials who often feel uncomfortable, lonely, and depressed in their lives. These data show that low awareness of self-identification makes it difficult for individuals to live more meaningfully. Early adult individuals will pass the quarter-life crisis phase so that they perform social comparisons to obtain a positive image in order to maintain self-esteem. This study received 173 respondents who live in Yogyakarta, ranging age from 20 to 25 years old. The respondents were 53 male respondents and 120 female respondents. Based on categorization, it shows that respondents who have high social comparison are 16.18%, moderate 72.26%, and low 11.56%. Meanwhile, respondents who had high self-esteem were 13.87%, moderate 72.84%, and low 13.29%. In addition, respondents who had a high quarter-life crisis were 16.18%, 68.21% and 15.61% low. The results of the multiple linear regression test show that social comparison and self-esteem on the quarter-life crisis in early adulthood has a significance value of $0.000 < 0.05$ so ha accepted. It is mean that there is a significant effect of social comparison and self-esteem on the quarter-life crisis in early adulthood. This is shows that social comparison and self-esteem have a contribution of 52.7% to the quarter-life crisis in early adulthood.

Keywords: Social Comparison, Self Esteem, Quarter-Life Crisis, Early Adult