

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *FINANCIAL STRESS*
TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA STIE
CENDEKIA BOJONEGORO YANG SUDAH BEKERJA**

SKRIPSI



Oleh:

DWI SISCHA ARDIANA

NIM: 21010137

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
SEKOLAH TINGGI ILMU EKONOMI CENDEKIA
BOJONEGORO**

2025

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *FINANCIAL STRESS*
TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA STIE
CENDEKIA BOJONEGORO YANG SUDAH BEKERJA**

SKRIPSI

Diajukan guna memenuhi salah satu syarat
guna mencapai gelar Sarjana Manajemen pada
Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Cendekia
Bojonegoro

Oleh :

DWI SISCHA ARDIANA

NIM. 21010137

Menyetujui:

Dosen pembimbing I


Drs. Suprpto, MM.
NIDK: 8930430021

Dosen Pembimbing II


Latifah Anom, SE., MM.
NUPTK. 4834751652230152

Dipertahankan di Depan Panitia Penguji Skripsi

Program Studi Manajemen

STIE CENDEKIA BOJONEGORO

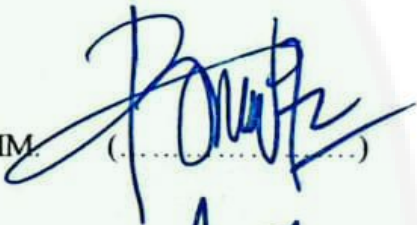
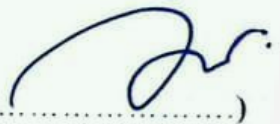
Oleh :

Nama Mahasiswa : Dwi Sischa Ardiana
NIM : 21010137

Disetujui dan diterima pada:

Hari, Tanggal : Rabu, 20 Agustus 2025
Tempat : Ruang J

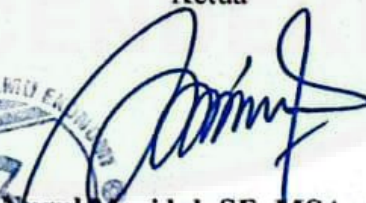
Dewan Penguji Skripsi:

1. Ketua Penguji : Dr. Ari Kuntardina, ST., SE., MM. (.....) 
2. Sekretaris Penguji : Latifah Anom, SE., MM. (.....) 
3. Anggota Penguji : Ahmad Saifurriza Effasa, SHI., MM. (.....) 

Disahkan oleh:

Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Cendekia Bojonegoro

Ketua


Nurul Mazidah, SE., MSA., AK.
NUPTK. 7837753654232242


MOTTO

“Langkah kecil tetaplah langkah, lebih baik melangkah daripada diam ditempat.
Terkadang kita tidak perlu keyakinan penuh untuk melangkah, cukup keberanian
dan niat baik”

(Harry AGZ)

“Kadang yang tidak kelihatan bersinar, itu justru yang nyalain lampu buat orang
lain. Sampai dia juga lupa kalau dia berhak dapat cahayanya”

(Aqeela AGZ)

Kupersembahkan Untuk :

1. Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan pertolongan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Kedua orang tua saya tercinta, Bapak Sukisno dan Ibu Sumijah yang selalu senantiasa mendo'akan dan selalu memberikan motivasi
3. Diri saya sendiri yang telah mampu berusaha dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri walaupun banyak tekanan dari luar dan tidak pernah memutuskan untuk menyerah dengan sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini.
4. Saudara laki-laki saya
5. Sahabat dan teman-teman saya
6. Almamaterku

ABSTRAK

Ardiana, Dwi Sischa. 2025. *Pengaruh work life balance dan financial stress terhadap quarter life crisis pada mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro yang sudah bekerja*. Skripsi, Manajemen; STIE Cendekia. Drs. Suprpto, M.M., selaku pembimbing satu dan Latifah Anom, S.E., M.M. selaku pembimbing dua.

Kata Kunci: *work life balance*, *financial stress*, *quarter life crisis*, mahasiswa bekerja.

Banyaknya mahasiswa yang harus bekerja sambil menyelesaikan studi menimbulkan tantangan tersendiri dalam hal pembagian waktu dan pengelolaan keuangan. Kondisi ini berpotensi memicu *quarter life crisis*, yaitu fase krisis identitas dan kebingungan arah hidup pada usia dewasa awal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *work life balance* dan *financial stress* terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro yang sudah bekerja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner yang dibagikan kepada mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro yang sudah bekerja. Teknik pengambilan sampel menggunakan *nonprobability sampling* dengan menggunakan sampel jenuh, sampel yang diperoleh sebanyak 63 sampel. Teknik analisis data yang digunakan meliputi uji instrumen (uji validitas dan reliabilitas), uji asumsi klasik (uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas), serta uji hipotesis (analisis regresi linier berganda, uji *t*, dan analisis koefisien determinasi). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work life balance* tidak berpengaruh signifikan terhadap *quarter life crisis* karena nilai *t* hitung $< t$ tabel ($-0,711 < 2,000$) dan nilai sig. $0,480 > 0,05$, sedangkan *financial stress* berpengaruh signifikan terhadap *quarter life crisis* karena *t* hitung $> t$ tabel ($7,191 > 2,000$) dan nilai sig. $0,000 < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *work life balance* tidak berpengaruh terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro yang sudah bekerja dan *financial stress* memiliki pengaruh terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro yang sudah bekerja. Dari penelitian ini, dapat disarankan kepada mahasiswa yang sudah bekerja untuk lebih memperhatikan pengelolaan keuangan secara bijak agar dapat mengurangi tekanan finansial yang berpotensi memicu *quarter life crisis*.

BIODATA SINGKAT PENULIS

Nama Lengkap : Dwi Sischa Ardiana
NIM : 21010137
Tempat, Tanggal lahir : Bojonegoro, 28 Oktober 2003
Agama : Islam
Pendidikan Sebelumnya : MAN 1 Bojonegoro
Nama Orangtua/Wali : Sukisno
Alamat Rumah : Ds. Sendangrejo Rt.021 Rw.002 Kec.
Dander Kab. Bojonegoro
Judul Skripsi : Pengaruh *Work Life Balance* dan
Financial Stress Terhadap *Quarter Life*
Crisis Pada Mahasiswa STIE Cendekia
Bojonegoro Yang Sudah Bekerja

Bojonegoro, 20 Agustus 2025

Penulis



Dwi Sischa Ardiana

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dwi Sischa Ardiana

NIM : 21010137

Program Studi : Manajemen

Menyatakan dengan sesungguhnya dan sejujurnya, bahwa skripsi saya yang berjudul “Pengaruh *Work Life Balance* dan *Financial Stress* Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja” adalah asli hasil penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa ini merupakan plagiasi dan karya orang lain, maka saya bersedia ijazah dan gelar Sarjana Manajemen yang saya terima dari STIE Cendekia untuk diajukan kembali.

Bojonegoro, 20 Agustus 2025

Yang menyatakan :



Dwi Sischa Ardiana
NIM.21010137

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Pengaruh *Work Life Balance* Dan *Financial Stress* Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja”**.

Tanpa terasa waktu berjalan begitu cepat, dan selama proses penyusunan skripsi ini, penulis menghadapi berbagai tantangan dan kendala. Namun, berkat ketekunan, kerja keras, serta doa yang tiada henti, disertai dukungan dan bantuan dari banyak pihak, skripsi ini akhirnya dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Skripsi ini disusun dengan tujuan memenuhi sebagian persyaratan guna meraih Gelar Sarjana Manajemen (S.M) program studi Manajemen. Selain itu bertujuan untuk menambah ilmu pengetahuan khususnya bagi penulis dan juga menambah wawasan bagi pembaca. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Ibu Nurul Mazidah, SE., MSA, Ak selaku ketua STIE Cendekia Bojonegoro.
2. Ibu Latifah Amon SE., MM selaku Ketua Program Studi Manajemen Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Cendekia Bojonegoro.
3. Bapak Drs. Suprpto, MM selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah memberikan arahan, petunjuk, koreksi, serta saran yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini. Terimakasih atas kesabarannya dalam membimbing penulis, semoga amal kebaikan Bapak di balas oleh Allah SWT.

4. Ibu Latifah Anom, SE., MM selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah memberikan arahan petunjuk koreksi serta saran yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kesabarannya dalam membimbing penulis dengan penuh perhatian, kesabaran, dan ketelitian memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga amal kebaikan Ibu dibalas oleh Allah SWT.
5. Para Dosen serta staf karyawan STIE Cendekia Bojonegoro yang telah memberikan dukungan dan semangat yang luar biasa dalam bentuk apapun selama proses penelitian dan penulisan skripsi ini.

Penulis disini juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Orang tua dan keluarga tercinta, atas segala doa, kasih sayang, dan dukungan moril maupun materiil yang tiada henti.
2. Sahabat-sahabat terbaik, yang telah memberikan semangat, bantuan, dan kebersamaan selama proses penyusunan skripsi.
3. Teman-teman angkatan 2021 terkhusus dari program studi Manajemen, yang telah melewati masa suka dan duka bersama di bangku perkuliahan.
4. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, namun telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Terakhir, terimakasih untuk diri saya Dwi Sischa Ardiana karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini dan semangat sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan skripsi ini dengan baik dan

semaksimal mungkin, semoga saya tetap rendah diri karena perjuangan mewujudkan cita-cita baru dimulai.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari kelemahan dan kekurangan. Untuk itu penulis harapan saran dan kritik dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga Allah senantiasa memberikan rahmat dan hidayahnya kepada siapa saja yang mencintai pendidikan. Amin Yaa Rabbal Alamin.

Bojonegoro, 20 Agustus 2025
Yang menyatakan :



Dwi Sischa Ardiana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
BIODATA PENULIS	vi
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Dan Cakupan Masalah	7
C. Rumusan Masalah	9
D. Tujuan Dan Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR.....	12
A. Kajian Teori Dan Deskripsi Teori	12
B. Kajian Empiris.....	33
C. Kerangka Berpikir	35
D. Hipotesis	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	38
A. Metode Dan Jenis Penelitian	38
B. Jenis Data Dan Sumber Data.....	39
C. Populasi, Sampel, Dan Teknik Sampling	40
D. Metode Dan Teknik Pengumpulan Data	41
E. Definisi Opsional.....	42
F. Metode Dan Teknik Analisis Data	44

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
A. Gambaran Singkat Objek Penelitian	49
B. Hasil Penelitian dan Analisis Data	57
C. Pembahasan	73
BAB V PENUTUP	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA.....	81

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kajian Empiris.....	33
Tabel 2. Skala Likert	41
Tabel 3. Definisi Operasional.....	42
Tabel 4. Daftar Nama Pengurus Serta Jabatan STIE Cendekia Bojonegoro.....	53
Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	58
Tabel 6. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas	58
Tabel 7. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	59
Tabel 8. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan	60
Tabel 9. Karakteristik Responden Berdasarkan Penghasilan	61
Tabel 10. Karakteristik Responden Berdasarkan Status	62
Tabel 11. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Tanggungan	62
Tabel 12. Hasil Uji Validitas	64
Tabel 13. Hasil Uji Reliabilitas	65
Tabel 14. Hasil Uji Normalitas Berdasarkan Kolmogrov-Smirnov Test	66
Tabel 15. Hasil Uji Multikolinearitas	67
Tabel 16. Hasil Uji Heteroskedastisitas	68
Tabel 17. Hasil Analisis Regresi Linier Berganda	69
Tabel 18. Hasil Uji t (Parsial).....	71
Tabel 19. Hasil Analisis Koefisien Determinasi	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	36
Gambar 2 Struktur Organisasi STIE Cendekia Bojonegoro	52



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Kuesioner Penelitian	84
Lampiran 2. Data Tabulasi Kuesioner.....	89
Lampiran 3. Tabulasi Data Umum Kuesioner.....	94
Lampiran 4. Hasil Olah Data SPSS Uji Validitas	98
Lampiran 5. Hasil Olah Data SPSS Uji Reliabilitas	104
Lampiran 6. Hasil Olah Data SPSS Uji Asumsi Klasik	105
Lampiran 7. Hasil Olah Data Uji Hipotesis	107
Lampiran 8. Kartu Konsultasi Bimbingan Skripsi.....	108

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa dewasa merupakan masa terpanjang dalam tahapan perkembangan manusia. Pada masa ini individu dituntut untuk menyelesaikan, menghadapi, dan bertahan dalam menghadapi masalah yang ada dalam hidupnya. Menurut Hurlock (1996) dewasa muda atau biasa disebut dengan masa dewasa awal dimulai dari usia 18 tahun hingga usia 40 tahun. Dalam rentang usia ini, individu memasuki fase yang lebih spesifik, yaitu *emerging adulthood*, yang menurut Arnett (2015:469) adalah fase eksplorasi diri dalam berbagai aspek kehidupan seperti cinta, pekerjaan, dan pandangan dunia.

Fase *emerging adulthood* berlangsung pada usia 18 hingga 29 tahun, dan dianggap sebagai fase yang penting. Pada tahap ini, individu mulai mengeksplorasi diri lebih dalam mengenai karier yang akan diambil, menjadi individu yang seperti apa, dan gaya hidup yang seperti apa yang diinginkan.

Individu yang merespon negatif pada tahapan perkembangan, kemungkinan dapat mengalami beragam permasalahan psikologis seperti rasa dilema pada ketidakpastian dan mengalami krisis emosional atau sering dikenal sebagai *quarter life crisis* (Aristawati, 2021).

Quarter life crisis (QLC) merupakan suatu respon terhadap ketidakstabilan yang memuncak yang menyebabkan terlalu banyaknya pilihan, perasaan panik, dan tidak berdaya (*sense of helplessness*) yang biasanya muncul pada individu di rentang usia 20 hingga 30 tahun (Syifa'ussurur et al., 2021). Fenomena ini pertama kali diperkenalkan oleh Robbins & Wilner (2001), yang menggambarkan *quarter life crisis* sebagai krisis pencarian identitas diri yang terjadi pada masa transisi dari kehidupan remaja menuju kehidupan dewasa.

Pada fase ini, individu sering kali dihadapkan pada tuntutan untuk memutuskan karier, perencanaan hidup, hingga hubungan sosial yang stabil. Proses pencarian makna hidup ini sering kali menimbulkan ketidakpuasan dan perasaan terjebak antara harapan sosial dan kenyataan yang dihadapi, yang berpotensi menyebabkan ketidakstabilan emosional.

Hal itu sejalan dengan penelitian Sari (2021) individu yang mengalami *quarter life crisis* cenderung merasakan kecemasan dalam menghadapi masa depan, adanya tekanan yang berasal dari lingkungan keluarga, rasa takut mengecewakan orangtua dan rasa kurang percaya diri yang muncul dan suka membandingkan diri dengan orang lain, sering terjadi permasalahan terkait kebutuhan finansial, belum siap menghadapi masa depan beserta tanggung jawabnya, merasa kurang dengan apa yang telah dicapai, adanya perasaan khawatir dengan kehidupan dimasa depan, tidak yakin dengan pasangan dan permasalahan lainnya terkait dengan hubungan lawan jenis hingga pertemanan.

Menurut Lani & Kristinawati (2023) terdapat 54% dari 33 individu di Indonesia yang berusia 25-35 tahun mengalami *quarter life crisis* dengan kategori sedang. Sementara itu, Sandapurti & Mariyati (2024) menemukan angka kejadian *quarter life crisis* pada mahasiswa di Indonesia menunjukkan sebesar 38,02% dalam kategori sedang dan 28,74% pada kategori tinggi dari total 334 mahasiswa. Dari temuan tersebut mengindikasikan bahwa tekanan hidup pada usia muda merupakan fenomena nyata yang perlu mendapat perhatian, karena dapat mempengaruhi kesehatan mental dan perkembangan psikososial individu.

Quarter life crisis dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satu faktor yang turut mempengaruhi gejala *quarter life crisis* adalah *Work Life Balance* (WLB). *Work life balance* merujuk pada kemampuan seseorang dalam membagi waktu, energi, dan fokus secara proporsional antara dunia kerja dan kehidupan pribadi, termasuk aktivitas sosial, istirahat, dan pendidikan. Menurut Febriani et al. (2022) *work life balance* adalah sebuah situasi dimana seseorang dapat menyeimbangkan waktu antara kehidupan pribadi, tuntutan pekerjaan, dan tanggung jawab terhadap keluarga. Dalam konteks mahasiswa pekerja, kesulitan dalam mengatur jadwal kuliah yang padat serta tuntutan pekerjaan yang harus dipenuhi seringkali membuat mereka tidak memiliki cukup waktu untuk diri sendiri, keluarga, atau sekadar beristirahat. Ketidakseimbangan ini dapat memicu stres, kelelahan, dan menurunnya kepuasan hidup, yang apabila tidak dikelola dengan baik, berpotensi mendorong individu ke dalam krisis

identitas dan ketidakpastian masa depan yang menjadi ciri khas *quarter life crisis*.

Selain ketidakseimbangan antara peran akademik dan pekerjaan, faktor lain yang turut berperan dalam memicu *quarter life crisis* pada mahasiswa pekerja adalah *financial stress*. *Financial stress* pada mahasiswa pekerja merupakan kondisi psikologis yang timbul akibat tekanan terhadap keadaan ekonomi pribadi, seperti ketidakmampuan memenuhi kebutuhan hidup dan membayar biaya kuliah. Menurut penelitian oleh Dwiasti & Sipayung (2024) di Surabaya, *financial stress* yang dialami mahasiswa berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mereka. Penelitian ini menunjukkan bahwa masalah uang saku, tekanan biaya kuliah, kesulitan keuangan keluarga, dan tekanan biaya tambahan memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Financial stress* terbukti menjadi faktor utama yang mempengaruhi kemampuan mahasiswa untuk berkonsentrasi, yang pada akhirnya berdampak pada prestasi akademik.

Mahasiswa yang bekerja memikul beban ganda, di mana mereka harus menyeimbangkan antara kewajiban akademik dan tuntutan pekerjaan. Menurut Frans Von Magnis (dalam Pranyoto, 2020) bekerja merupakan sesuatu yang dikeluarkan oleh seseorang sebagai profesi, sengaja dilakukan untuk mendapatkan penghasilan. Kerja dapat juga diartikan sebagai pengeluaran energi untuk kegiatan yang dibutuhkan seseorang demi mencapai tujuan tertentu.

Ketidakpastian mengenai masa depan, terutama mengenai karier dan kestabilan finansial, dapat semakin memperburuk krisis identitas yang terjadi pada masa ini. Oleh karena itu, mahasiswa yang bekerja tidak hanya menghadapi tekanan dari sisi pendidikan, tetapi juga dari dunia kerja yang memaksa mereka untuk cepat matang dan mencapai tujuan yang seringkali belum sepenuhnya jelas. Dalam konteks ini, pengalaman *quarter life crisis* pada mahasiswa yang bekerja menjadi lebih kompleks, karena mereka harus berhadapan dengan dua aspek kehidupan yang penuh tantangan pendidikan dan karier yang keduanya sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka.

Fenomena mahasiswa yang kuliah sambil bekerja cukup banyak ditemukan di banyak perguruan tinggi di Indonesia. Hasil survei yang dilakukan oleh Pusat Studi Ekonomi Keuangan dan Industri Digital UPN Veteran Yogyakarta bekerja sama dengan Bank Indonesia pada tahun 2024 menunjukkan bahwa lebih dari 25% mahasiswa di Yogyakarta menjalani kuliah sambil bekerja, dengan rincian wirausahawan (43,41%), asisten praktikum/dosen (18,43%), freelancer (11,46%), pekerja kafe (9,65%), dan pengajar kursus (9,30%). (Detik.com, 2024). Sementara itu, data dari Universitas Terbuka menyebutkan bahwa sekitar 75% mahasiswanya sudah bekerja bahkan sebelum lulus (Kumparan.com, 2023). Fakta ini menunjukkan bahwa aktivitas kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang jarang ditemui, melainkan sudah menjadi fenomena umum di kalangan

mahasiswa di Indonesia., salah satunya adalah di kalangan mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro, tempat dimana penelitian ini dilakukan.

Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan, ditemukan bahwa sebagian mahasiswa mengambil pekerjaan dengan sistem *shift* untuk membantu pembiayaan studi maupun kebutuhan hidup sehari-hari. Namun, dalam menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja membuat mereka menghadapi berbagai tantangan, seperti kesulitan menyeimbangkan kewajiban akademik dan tanggung jawab pekerjaan (*work life balance*). Mahasiswa pekerja sering kali tidak memiliki cukup waktu untuk istirahat, bersosialisasi, dan mengurus diri sendiri, yang dapat memicu stres dan kelelahan berlebihan.

Selain itu, tekanan finansial yang dialami mahasiswa pekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan biaya pendidikan, sering kali menjadi beban tambahan. Tekanan ini dapat mengganggu konsentrasi dan prestasi akademik mahasiswa, serta memperburuk kondisi psikologis mereka. Tekanan yang datang dari kebutuhan finansial ini semakin memperbesar potensi munculnya *quarter life crisis* apabila tidak dibarengi dengan kemampuan manajemen waktu yang baik dan pengelolaan emosi yang baik.

Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro untuk mengetahui sejauh mana *work life balance* dan *financial stress* berpengaruh terhadap *quarter life crisis*.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang bekerja rentan mengalami *quarter life crisis* akibat tekanan dari

berbagai aspek kehidupan, terutama dari sisi keseimbangan peran dan kondisi finansial. Fenomena ini penting untuk diteliti, khususnya di kalangan mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro yang menjalani peran ganda sebagai pelajar dan pekerja. Minimnya penelitian yang secara khusus menyoroti pengaruh *work life balance* dan *financial stress* terhadap *quarter life crisis* pada populasi ini menunjukkan adanya kesenjangan riset yang perlu diisi.

Oleh karena itu, peneliti ingin mengkaji lebih dalam permasalahan tersebut dan melakukan penelitian yang berjudul **“Pengaruh *Work Life Balance* dan *Financial Stress* Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja”**. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan mahasiswa pekerja serta menjadi dasar bagi penyusunan program dukungan yang lebih efektif.

B. Identifikasi Dan Cakupan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, terdapat permasalahan yang perlu dikaji terkait bagaimana *work life balance* dan *financial stress* berpengaruh terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa yang sudah bekerja di STIE Cendekia Bojonegoro, yaitu:

- a. Banyak mahasiswa yang mengalami ketidakstabilan emosional akibat tekanan dalam menentukan arah hidup, karier, dan masa depan mereka.

- b. Kesulitan dalam menyeimbangkan antara kewajiban akademik dan tanggung jawab pekerjaan berpotensi menimbulkan ketidakseimbangan hidup (*work life balance*).
- c. Mahasiswa pekerja sering kali tidak memiliki cukup waktu untuk istirahat, bersosialisasi, dan mengurus diri sendiri, yang dapat memicu stres dan kelelahan berlebihan.
- d. *Financial stress* menjadi tekanan tambahan bagi mahasiswa pekerja, terutama dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, membayar biaya kuliah, dan mengatasi ketidakpastian ekonomi pribadi.
- e. Tekanan finansial dapat mengganggu konsentrasi dan prestasi akademik mahasiswa, serta memperburuk kondisi psikologis mereka.

2. Cakupan Masalah

Penelitian ini mengkaji pengaruh *work life balance* dan *financial stress* terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa yang bekerja. Subjek penelitian adalah mahasiswa aktif STIE Cendekia Bojonegoro program studi Manajemen kelas ABC semester VIII tahun akademik 2024/2025 yang menjalani kuliah sambil bekerja penuh/paruh waktu. Jenis pekerjaan yang dimaksud mencakup pekerjaan dalam bentuk formal (seperti pegawai tetap/kontrak) maupun informal (seperti freelance dan pekerjaan lepas lainnya).

Pemilihan mahasiswa semester VIII didasarkan pada pertimbangan bahwa mereka berada dalam fase akhir masa studi, di

mana tekanan akademik dan bersiap menghadapi transisi dari dunia perkuliahan ke dunia kerja secara menyeluruh. Oleh karena itu, batasan ini digunakan agar penelitian lebih terarah, fokus, dan relevan dengan permasalahan yang dikaji.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, dapat dirumuskan permasalahan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah *Work Life Balance* Berpengaruh Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja?
2. Apakah *Financial Stress* Berpengaruh Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja?

D. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disusun, penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Untuk Menguji Dan Menganalisis Pengaruh *Work Life Balance* Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja.
- b. Untuk Menguji Dan Menganalisis Pengaruh *Financial Stress* Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja.

2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Manfaat tersebut antara lain:

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang Sumber Daya Manusia (SDM), khususnya memahami bagaimana *work life balance* dan *financial stress* mempengaruhi *quarter life crisis*.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti

Agar lebih memahami fenomena psikologis yang dialami mahasiswa yang bekerja, khususnya terkait *work life balance*, *financial stress*, dan *quarter life crisis*.

2. Bagi mahasiswa

Memberikan pemahaman tentang pentingnya menjaga keseimbangan antara kuliah, kerja, dan kehidupan pribadi, serta menyadarkan mereka akan dampak *financial stress* terhadap kondisi psikologis seperti *quarter life crisis*.

3. Bagi STIE Cendekia Bojonegoro

Menjadi masukan bagi pihak kampus dalam merancang kebijakan atau program pendukung mahasiswa yang bekerja, agar proses belajar mereka tetap optimal.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Menjadi referensi atau dasar untuk penelitian lanjutan yang membahas isu serupa.

A large, faint watermark logo of STIE CENDEKIA is centered on the page. It features a stylized red 'S' and 'C' intertwined, with a yellow chevron-like shape below it. The text 'STIE CENDEKIA' is written in a bold, sans-serif font at the bottom of the logo.

STIE CENDEKIA

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR

A. Kajian Teori Dan Deskripsi Teori

1. *Work Life Balance*

a. Pengertian *Work Life Balance*

Menurut Mardiani & Widiyanto (2021), *work life balance* mengacu pada seberapa jauh individu dapat menyeimbangkan dan memiliki kepuasan dengan peran mereka dalam pekerjaan dan kehidupan pribadi, baik dalam hal waktu maupun keterlibatan psikologis.

Sejalan dengan hal tersebut, *work life balance* juga diartikan sebagai kemampuan individu untuk menyeimbangkan kehidupan di tempat kerja dengan kehidupan di luar jam kerja seperti keluarga atau sekedar melakukan hal yang disukai. *Work life balance* dapat dikatakan tercapai apabila seorang karyawan mampu menyeimbangkan kehidupan kerja dan personal dengan penuh tanggung jawab serta memiliki kepuasan dari hal tersebut (Maharsiwi, 2023).

Selain itu, menurut Putri & Setia (2023), *work life balance* adalah ketika seseorang merasakan adanya keterlibatan dan kepuasan peran yang sama dalam bekerja dan keluarga karena kemampuannya dalam mengatur berbagai tanggung jawab dan menentukan skala prioritas.

Selaras dengan pandangan tersebut, menurut Durudolu & Mamudu (dalam Panie et al. 2025) *work life balance* juga didefinisikan sebagai tindakan menjaga keseimbangan antara untuk berkomitmen pada aktivitas profesional dan komponen kehidupan pribadi seseorang guna menjaga keseimbangan hubungan.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *work life balance* adalah kondisi di mana individu mampu membagi waktu, keterlibatan, dan tanggung jawab antara pekerjaan dan kehidupan pribadi secara seimbang, sehingga menghasilkan kepuasan dalam kedua aspek tersebut. *Work life balance* menekankan pentingnya pengelolaan waktu, keterlibatan emosional, serta kemampuan menetapkan prioritas untuk menjaga kualitas hidup baik secara profesional maupun personal.

b. Aspek-Aspek Work Life Balance

Menurut Hudson (dalam Dewi, 2020), *work life balance* meliputi beberapa aspek, yaitu :

1. *Time balance* (Keseimbangan waktu).

Menyangkut jumlah waktu yang diberikan untuk bekerja dan peran di luar pekerjaan. Waktu yang dibutuhkan dalam melaksanakan tugas dalam organisasi dan perannya dalam kehidupan individu, misalnya seorang karyawan di samping bekerja juga membutuhkan waktu untuk rekreasi, berkumpul bersama teman juga menyediakan waktu untuk keluarga.

2. *Involvement balance* (Keseimbangan keterlibatan).

Menyangkut keterlibatan tingkat psikologis atau komitmen untuk bekerja dan di luar pekerjaan. Keseimbangan yang melibatkan individu dalam diri individu seperti tingkat stres dan keterlibatan individu dalam bekerja dan dalam kehidupan pribadinya.

3. *Satisfaction balance* (Keseimbangan kepuasan).

Tingkat kepuasan dalam pekerjaan maupun di luar pekerjaan. Kepuasan yang dirasakan, individu memiliki kenyamanan dalam keterlibatan di dalam pekerjaannya maupun dalam kehidupan diri individu tersebut.

c. Dimensi *Work Life Balance*

Menurut Fisher (dalam Wicaksana et al., 2020) terdapat empat dimensi pembentuk *work life balance*, antara lain :

1. *Work interference with personal life*, mengacu seberapa jauh pekerjaan bisa mengganggu kehidupan personal seseorang. Contohnya, pekerjaan dapat membuat individu mengalami kesulitan manajemen waktu untuk kehidupan pribadinya.
2. *Personal life interference with work*, mengarah pada sejauh mana kehidupan pribadi seseorang dapat mengganggu pekerjaannya. Misalnya, jika seseorang mempunyai konflik dalam kehidupan personalnya, hal tersebut dapat berpengaruh pada kinerja seseorang saat sedang bekerja.

3. *Personal life enhancement of work*, mengarah pada sejauh mana kehidupan pribadi individu dapat memberikan peningkatan terhadap kinerja seseorang dalam bekerja. Contohnya, jika seseorang merasa bahagia karena kehidupan pribadinya menyenangkan maka hal tersebut berdampak pada perasaan seseorang saat bekerja menjadi lebih menyenangkan.
4. *Work enhancement of personal life*, mengarah pada sejauh mana pekerjaan dapat memberi peningkatan pada kualitas kehidupan pribadi seseorang. Contohnya, keahlian yang didapatkan seseorang saat bekerja, kemungkinan besar keterampilan tersebut akan dimanfaatkan dalam kehidupan pribadinya.

d. Indikator *Work Life Balance*

Menurut Langford (dalam Ardiansyah & Surjanti, 2020)

Indikator *work-life balance* ada empat, yaitu:

1. Keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi

Indikator ini mengukur sejauh mana individu yang sudah bekerja dapat membagi waktu dan energi antara tugas akademik (perkuliahan) dan pekerjaan mereka, serta kehidupan pribadi. Keseimbangan yang baik memungkinkan mereka untuk tetap menyelesaikan pekerjaan dan studi dengan baik tanpa mengorbankan kualitas hubungan pribadi, waktu untuk keluarga, teman, atau kegiatan pribadi lainnya.

2. Tanggung jawab terhadap keluarga dan perusahaan

Indikator ini mengukur sejauh mana individu yang bekerja dapat memenuhi tanggung jawab mereka di perusahaan tempat mereka bekerja, sekaligus menjalankan peran mereka dalam keluarga atau komunitas. Individu yang berhasil menyeimbangkan kedua peran ini dapat menjalani kehidupan yang lebih memuaskan, karena keduanya saling mendukung dan tidak saling mengganggu.

3. Memiliki kehidupan sosial di luar pekerjaan

Indikator ini berkaitan dengan kemampuan individu yang bekerja untuk mempertahankan hubungan sosial yang sehat di luar dunia akademik dan pekerjaan. Memiliki kehidupan sosial yang aktif membantu individu untuk mengurangi stres yang datang dari pekerjaan dan studi, serta meningkatkan kesejahteraan mental mereka.

4. Memiliki waktu untuk melakukan hobi

Indikator ini mengukur sejauh mana individu yang bekerja dapat menyisihkan waktu untuk kegiatan yang mereka nikmati di luar pekerjaan dan kuliah, seperti olahraga, seni, atau hobi lainnya. Memiliki waktu untuk melakukan hobi memungkinkan individu untuk melepaskan diri dari tekanan yang berasal dari pekerjaan dan studi, yang dapat meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

e. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Work Life Balance*

Menurut Schabracq, (dalam Ula et al., 2015) ada beberapa faktor yang mungkin saja mempengaruhi *work life balance* seseorang, yaitu :

1. Karakteristik kepribadian, berpengaruh terhadap kehidupan kerja dan di luar kerja. Menurut Summer dan Knight (dalam Ula et al., 2015) terdapat hubungan antara tipe *attachment* yang didapatkan individu ketika masih kecil dengan *work life balance*. Summer dan Knight menyatakan bahwa individu yang memiliki *secure attachment* cenderung mengalami *positive spillover* dibandingkan individu yang memiliki *insecure attachment*.
2. Karakteristik keluarga, menjadi salah satu aspek penting yang dapat menentukan ada tidaknya konflik antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. Misalnya konflik peran dan ambiguitas peran dalam keluarga dapat mempengaruhi *work life balance*.
3. Karakteristik pekerjaan, meliputi pola kerja, beban kerja, dan jumlah waktu yang digunakan untuk bekerja dapat memicu adanya konflik baik konflik dalam pekerjaan maupun konflik dalam kehidupan pribadi.
4. Sikap, merupakan evaluasi terhadap berbagai aspek dalam dunia sosial. Dimana dalam sikap terdapat komponen seperti pengetahuan, perasaan-perasaan dan kecenderungan untuk

bertindak. Sikap dari masing-masing individu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *work life balance*.

2. *Financial Stress*

a. Pengertian *Financial Stress*

Stres adalah perasaan tidak menyenangkan yang dialami ketika merasa bahwa sesuatu yang berharga menjadi terancam. Seperti merasa terancam atas sesuatu secara materi, sosial, ekonomi, dsb.

Sedangkan dalam bidang finansial, ada *financial stress*. *financial stress* dapat diartikan sebagai ketidakmampuan untuk memenuhi kewajiban finansial, yang kemudian dapat memberikan efek psikologis atau emosional (Northen et al., 2010) (dalam Oetami, 2022). Sedangkan Aldana & Liljenquist, 1998; Kim et al., 2003) (dalam Ratri, 2022) mendefinisikan *financial stress* dengan definisi yang cukup luas, dimana tidak hanya dimaknai sebagai ketidakmampuan seseorang untuk memenuhi tanggung jawab ekonominya, namun *financial stress* berkaitan juga dengan faktor psikologis seperti sikap, keyakinan, dan penilaian kognitif dari tuntutan dan sumber daya yang tersedia.

Lebih lanjut Ponnet (2014) (dalam Oetami, 2022) dalam studinya mengkonsepkan *financial stress* sebagai kombinasi antara (a) kebutuhan finansial yaitu kesulitan memenuhi diluar kebutuhan dasar, (b) beban finansial yaitu beban biaya, serta (c) *financial*

insecurity yaitu khawatir tentang situasi keuangan masa depan. Sedangkan Heo, Cho, et al., (2018) (dalam Oetami, 2022) menggambarkan *financial stress* sebagai kombinasi dari respon psikologis dan fisiologis terhadap ketidakseimbangan, ketidakpastian, dan risiko dalam pengelolaan dan pengambilan keputusan dalam bidang finansial.

Berdasarkan berbagai pandangan para ahli, dapat disimpulkan bahwa *financial stress* adalah bentuk tekanan yang timbul akibat ketidakmampuan individu dalam memenuhi kewajiban atau kebutuhan keuangannya, yang tidak hanya berdampak secara ekonomi tetapi juga mempengaruhi kondisi psikologis dan emosional. Stres ini mencakup kekhawatiran terhadap kondisi keuangan saat ini maupun masa depan, serta persepsi negatif terhadap keseimbangan antara tuntutan finansial dan sumber daya yang dimiliki. Selain itu, *financial stress* juga berkaitan dengan faktor psikologis seperti sikap, keyakinan, serta penilaian kognitif terhadap risiko dan ketidakpastian dalam pengelolaan keuangan. Dengan demikian, *financial stress* merupakan fenomena multidimensional yang melibatkan aspek ekonomi, emosional, dan kognitif secara bersamaan.

b. Dimensi *Financial stress*

Berdasarkan penelitian oleh Heo et al., (2018) (dalam Oetami, 2022), *financial stress* terdiri atas tiga dimensi:

1. *Affective Reaction*

Reaksi afektif yang dapat meliputi cemas, marah hingga depresi.

Umumnya, rasa marah dapat mengonsumsi energi yang berkaitan dengan rasa lelah secara emosional. Sehingga, pengukuran reaksi afektif dapat dinilai dari tiga subkategori yaitu depresi, kecemasan, dan lelah secara emosional.

2. *Relational/Interpersonal Behavior*

Dimensi *relational/interpersonal behavior* berkaitan dengan efek stres pada fenomena kognitif dan perilaku dalam konteks sosial. Perilaku relasional/interpersonal dapat dibagi atas dua, terkait pekerjaan dan non-pekerjaan. Untuk menjalin hubungan sosial sering kali membutuhkan usaha dalam finansial. Dengan adanya masalah finansial juga menjadi faktor penyebab interaksi sosial yang terganggu. Dalam lingkungan kerja, penghindaran yang di sengaja dari setiap interaksi sosial dengan rekan kerja dapat menunjukkan tanda-tanda tekanan keuangan. Demikian pula, tekanan keuangan dapat memanifestasikan dirinya dalam kesulitan atau kurangnya diskusi tentang masalah uang dalam hubungan.

3. *Physiological Response*

Dimensi *physiological response* berkaitan dengan cara tubuh manusia bereaksi terhadap fenomena stres salah satunya ketika mengatasi stres keuangan.

c. Indikator *Financial stress*

Menurut Drentea, n. (dalam Assyarofi, 2023) *financial stress* dapat dikenali melalui beberapa indikator yang menggambarkan tekanan keuangan yang dialami individu dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks penelitian ini, indikator-indikator tersebut disesuaikan dengan kondisi mahasiswa yang sudah bekerja, yaitu:

1. Kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasar

Mengukur sejauh mana seorang individu mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasar hidup seperti makanan, pakaian, tempat tinggal, transportasi, dan akses ke layanan kesehatan.

Dalam konteks penelitian ini mahasiswa yang bekerja juga kesulitan yang sering kali terjadi karena keterbatasan pendapatan yang tidak mencukupi untuk membayar biaya hidup sehari-hari dan biaya kuliah.

2. Kesulitan untuk memenuhi kewajiban keuangan

Indikator ini mengacu pada kesulitan yang dialami individu dalam membayar tagihan-tagihan rutin seperti listrik, air, sewa tempat tinggal, dan cicilan hutang.

Mahasiswa yang bekerja juga cenderung menghadapi tantangan dalam memenuhi kewajiban keuangan seperti pembayaran uang kuliah, cicilan, atau biaya biaya tambahan kuliah lainnya.

Mahasiswa bekerja harus bisa mengatur pendapatan yang terbatas untuk memenuhi kewajiban finansial ini, apalagi jika pekerjaan mereka tidak stabil atau paruh waktu.

3. Kondisi finansial yang tidak stabil

Individu mengalami fluktuasi pendapatan yang signifikan atau tidak konsisten, misalnya pengangguran, pekerjaan sementara, atau pendapatan yang tidak mencukupi.

Ketidakstabilan ini dapat mempengaruhi kemampuan mahasiswa untuk merencanakan keuangan jangka panjang atau memenuhi kebutuhan mendesak.

4. Keterbatasan akses ke kredit

Indikator ini mengukur kesulitan yang dialami individu dalam memperoleh pinjaman atau kredit dari lembaga keuangan karena catatan kredit yang buruk atau tidak memenuhi persyaratan tertentu.

Bagi mahasiswa yang bekerja, ini bisa terjadi jika mereka tidak memiliki jaminan atau riwayat pekerjaan yang cukup stabil, yang membuat mereka sulit memperoleh dana tambahan untuk memenuhi kebutuhan finansial.

5. Penumpukan utang yang berlebihan

Penumpukan utang berlebihan menjadi indikator penting dalam mengukur financial stress. Individu memiliki beban utang yang

berlebihan dan kesulitan untuk membayar cicilan utang secara tepat waktu.

Mahasiswa yang bekerja sering kali terjebak dalam utang untuk membayar biaya pendidikan atau kebutuhan pribadi lainnya. Jika utang terus menumpuk dan tidak dapat dibayar tepat waktu, hal ini bisa menyebabkan tekanan psikologis dan emosional yang berat.

6. Ketidakmampuan menabung atau berinvestasi

Indikator ini mengukur sejauh mana kemampuan individu untuk menabung atau berinvestasi untuk jangka panjang karena pendapatan yang terbatas atau pengeluaran yang melebihi pendapatan.

Mahasiswa yang bekerja sering kali tidak memiliki cukup dana untuk menabung karena sebagian besar pendapatan mereka digunakan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari atau membayar utang, sehingga tidak ada ruang untuk merencanakan keuangan jangka panjang.

3. *Quarter Life Crisis*

a. *Pengertian Quarter Life Crisis*

Quarter life crisis merupakan krisis yang dirasakan individu ketika memasuki fase seperempat kehidupan, yang ditandai dengan kebingungan untuk menentukan arah hidup dan cemas untuk menghadapi masa depan. Krisis ini biasanya dirasakan oleh individu

berusia 20 tahun hingga pertengahan 30 tahun (Indrianie, 2020) (dalam Juliani, 2022).

Penjelasan ini diperkuat oleh pandangan Byock (2010) (dalam Juliani, 2022) yang menjelaskan *quarter life crisis* sebagai hasil dari benturan antara memasuki realita masa dewasa dengan dorongan untuk mencapai kehidupan yang lebih kreatif karena adanya banyak pilihan untuk diambil, misalnya dalam hal pekerjaan, relasi interpersonal serta hubungannya dengan komunitas. Selanjutnya, menurut Fischer (2008) (dalam Umah, 2021), *quarter life crisis* merupakan perasaan yang muncul akibat ketidakpastian di masa depan yang berupa kehidupan sosial pada usia 20-an, karir, dan relasi.

Sementara itu, menurut Robbins & Wilner (2001), *quarter life crisis* merupakan periode di mana individu tanpa henti mempertanyakan masa depan mereka, termasuk perasaan cemas terkait karir, situasi keuangan, dan kehidupan sosial. Krisis ini biasanya paling intens terjadi pada usia dua puluhan yaitu mencakup transisi dari dunia akademis ke dunia nyata.

Dari berbagai pendapat yang ada, dapat disimpulkan bahwa *quarter life crisis* merupakan suatu fase krisis yang dialami individu di usia 20-an hingga pertengahan 30-an, yang ditandai dengan kebingungan dalam menentukan arah hidup dan kecemasan terhadap masa depan. Krisis ini muncul akibat benturan antara

ekspektasi pribadi dengan kenyataan hidup dewasa, terutama terkait dengan keputusan penting seperti karier, kehidupan sosial, dan relasi interpersonal. Selain itu, ketidakpastian mengenai masa depan dan transisi dari dunia akademik ke dunia kerja turut memperburuk perasaan cemas yang dialami individu pada periode ini. *Quarter life crisis* bukan hanya soal pencarian identitas, tetapi juga berhubungan erat dengan perasaan tertekan karena banyaknya pilihan dan tanggung jawab yang harus dihadapi dalam memasuki kehidupan dewasa.

b. Aspek-Aspek *Quarter Life Crisis*

Menurut Robbins & Wilner (2001) *quarter life crisis* memiliki tujuh dimensi diantaranya sebagai berikut:

1. Bimbang Mengambil Keputusan

Individu dihadapkan banyak pilihan dan ketidakpastian dalam hidup terkait pekerjaan, finansial, pendidikan, dan relasi, sehingga membuat individu bimbang dalam mengambil keputusan yang dapat berpengaruh untuk masa depannya. Individu juga merasa belum banyak memiliki pengalaman sehingga ragu dalam mengambil keputusan.

2. Kekhawatiran terhadap Hubungan Interpersonal

Pada dewasa awal, individu akan mulai membangun hubungan dengan pasangan. Namun, mulai muncul beberapa pertanyaan dalam diri individu apakah pasangan yang dipilih merupakan

pasangan yang tepat. Individu merasa khawatir bagaimana agar hubungan pribadi dan hubungan sosialnya dengan keluarga atau teman-temannya bisa seimbang.

3. Rasa Cemas

Individu merasa cemas karena takut gagal di masa depan. Merasa khawatir tidak dapat memberikan hasil yang memuaskan dan takut hidupnya ke depan tidak berjalan dengan baik.

4. Perasaan Tertekan

Individu merasa mendapatkan tekanan dan tuntutan baik dari orang tua untuk segera menyelesaikan pendidikan, mendapatkan pekerjaan, segera menikah, dan lain-lain sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari karena merasa masalah yang dihadapinya semakin rumit.

5. Penilaian Diri yang Negatif

Dengan adanya ketidakpastian dalam hidup serta gejolak emosi yang dirasakan, membuat individu memandang rendah dirinya sendiri akibat sering merasa cemas dan seringkali gagal. Kerap membandingkan dirinya dengan teman sebaya atau orang lain juga membuat individu merasa terisolasi dengan lingkungan sosialnya.

6. Perasaan Terjebak dalam Situasi Sulit

Pada usia dewasa awal, individu akan mendapatkan tekanan-tekanan dari lingkungan jika tidak kunjung mendapatkan

pekerjaan, belum menyelesaikan studi dalam bidng akademis, maupun terkait hubungan dengan lingkungan sosial dan pasangannya. Harapan-harapan yang belum tercapai serta tekanan-tekanan yang sering kali didapatkan membuat individu merasa kesulitan, stuck, dan bingung bagaimana cara memulai memecahkan masalah yang sedang dihadapi.

7. Perasaan Putus Asa

Individu merasa putus asa jika mengalami kegagalan, bahkan seringkali merasa tidak puas dengan hasil yang didapatkan sehingga menganggap proses yang dilalui selama ini hanya sia-sia. Perasaan putus asa ini juga timbul ketika individu merasa bahwa teman sebayanya terlihat lebih sukses dan berhasil baik dalam bidang akademik maupun karir, sedangkan ia merasa belum mendapatkan hasil yang sesuai keinginannya. Karena kurangnya dukungan atau *support system* serta *networking* juga dapat menyebabkan timbulnya perasaan putus asa.

c. Indikator *Quarter Life Crisis*

Dalam penelitian ini, indikator *quarter life crisis* yang diungkapkan oleh Nash dan Murray (dalam Anjayani, 2021) seperti:

1. Mimpi dan Harapan

Munculnya pertanyaan mengenai mimpi dan harapan yang akan dicapai dimasa depan. Dalam hal ini apa yang menjadi minat serta bagaimana cara meraih minat tersebut menjadi hal

yang cukup membingungkan. Mendekati usia tertentu sedangkan belum tercapai target yang diinginkan menjadi kecemasan tersendiri bagi individu.

2. Tantangan di Bidang Akademis

Individu mulai mempertanyakan kemampuan dan kesempatan mereka untuk melanjutkan pendidikan dibidang yang sesuai dengan minat dan bakat yang ada dalam diri mereka.

3. Agama dan Spiritual

Individu akan menghasilkan refleksi pribadi dari kepercayaan terhadap agama dan spiritual, apakah agama yang diikuti sudah terbaik, apakah jika seseorang mengubah keyakinan orang tua akan merasa kecewa.

4. Teman, percintaan dan keluarga

Individu akan merasa khawatir mengenai hubungannya dengan manusia yang lain, seperti keluarga, teman, dan pasangan, individu merasa bahwa dirinya telah membuat kecewa karena situasi yang tidak sesuai harapan.

5. Kehidupan, Pekerjaan, dan Karir

Pada umumnya individu akan terperangkap pada pertanyaan untuk mengerjakan pekerjaan atau mengikuti karir sesuai dengan yang diminati, kebutuhan serta tuntutan untuk bekerja demi mendapat penghasilan yang besar sehingga secara finansial mampu mandiri.

6. Identitas

Individu mulai mempertanyakan esensi dari masa dewasa yaitu sebagai masa yang memberi perasaan antusias namun juga memberi perasaan terancam. Terkait dengan identitas diri, individu mulai memperhatikan penampilan, pembawaan diri sampai reaksi emosi yang di ekspresikan pada lingkungan.

d. Faktor Yang Mempengaruhi *Quarter Life Crisis*

Menurut Arnett (dalam Kadata, 2022) faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* yaitu faktor yang datang dari dalam diri individu (internal) dan faktor yang berasal dari luar individu (eksternal). Berikut penjelasan mengenai faktor internal dan faktor eksternal, yaitu:

1. Faktor Internal

a. *Identity Exploration*

Pada masa ini terdapat proses eksplorasi identitas dengan kata lain mencari dan mengeksplorasi identitas diri atau pun mengeksplorasi pilihan yang tersedia untuk masa depan di berbagai bidang. Hal ini sebagai tanda bahwa individu sudah mencapai fase transisi dari masa remaja ke masa dewasa. Tahap ini individu sudah mulai untuk memikirkan atau merenungkan kembali hal-hal yang sebelumnya belum terpikirkan.

b. *Instability*

Perubahan yang cenderung konstan akan terjadi pada tahap *emerging adulthood*. Perubahan yang terjadi memiliki beberapa sumber yang menjadi faktor penyebabnya seperti sudah menyelesaikan jenjang pendidikan, mulai memasuki dunia kerja, dan keinginan untuk menikah. Semua perubahan tersebut dapat mengakibatkan ketidakstabilan dalam diri individu. Sehingga individu dituntut untuk mampu mempersiapkan diri dengan berbagai situasi yang tidak sesuai dengan rencana.

c. *Being Self Focused*

Fokus terhadap diri sendiri bukan berarti menjadi individu yang egois. Dengan fokus terhadap diri sendiri, berarti individu sedang mengembangkan keterampilan dalam kehidupan sehari-hari, mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai diri sendiri, apa yang diinginkan dari kehidupan, dan mulai membangun fondasi untuk kehidupan dimasa dewasa. Karena pada masa transisi dari masa remaja ke masa dewasa, individu di tuntut untuk mandiri, belajar mengambil keputusan, dan belajar untuk bertanggung jawab atas apa yang sudah dipilih. Dalam proses tersebut, pasti akan dihadapkan dengan keputusan sulit yang nantinya akan berpengaruh untuk masa depan.

d. *Feeling in between*

Feeling in between merupakan masa di mana individu berada di kondisi antara masa dewasa dan masa remaja, artinya kondisi seperti itu mengharuskan individu untuk dapat memenuhi beberapa syarat untuk menjadi dewasa karena individu tersebut belum bisa menjadi dewasa sepenuhnya. Ada saat di mana individu merasa jika dirinya bukan lagi remaja, tetapi di situasi yang berbeda individu tersebut merasa belum dapat memenuhi kriteria menjadi dewasa seperti mulai bertanggung jawab untuk diri sendiri, menetapkan keputusan sendiri, dan memiliki finansial yang mandiri.

e. *The Age of Possibilities*

Pada tahap ini individu memiliki banyak kemungkinan maupun kesempatan baik mengenai karir atau pun pasangan hidup yang akan dirasakan oleh individu. Selain itu, tahap *the age of possibilities* pun akan memberikan suatu harapan yang tidak biasa mengenai masa depan sehingga dapat memunculkan kecemasan dan kekhawatiran jika harapan serta mimpi tersebut tidak tercapai.

2. Faktor Eksternal

a. Teman, Percintaan dan Relasi dengan Keluarga

Relasi menjadi suatu hal yang penting dalam kehidupan individu, karena sifat dasar yang dimiliki manusia adalah saling membutuhkan satu sama lain. Pada fase transisi, individu sudah mulai mempertanyakan hubungan relasi antara keluarga, teman, maupun hubungan percintaan. Seperti hubungan relasi dengan keluarga, kebiasaan hidup bersama dengan orang tua membuat individu terbiasa dengan kondisi yang nyaman. Karena itu individu mulai bertanya kepada diri sendiri apakah ia mampu untuk menjadi sosok yang mandiri secara finansial. Begitupun relasi dengan teman dan hubungan percintaan.

b. Pekerjaan dan karir

Individu yang sedang berada pada fase kecemasan akan masa depan mulai memikirkan untuk mempersiapkan dan memasuki dunia kerja tidak cukup hanya dengan menempuh pendidikan saja. Dalam dunia kerja persaingan yang sangat kompetitif dan penuh tekanan, individu diharapkan mampu untuk beradaptasi dengan cepat. Proses adaptasi tersebut tidak semua individu bisa melewatinya dengan baik, bahkan dapat menyebabkan stres bahkan depresi.

c. Tantangan di bidang akademis

Seringkali individu yang sedang menempuh pendidikan merasa bahwa apa sedang ditempuh saat ini tidak sesuai dengan minatnya. Hal ini dapat memicu peningkatan stres bahkan depresi karena apa yang sedang dijalani menjadi suatu tekanan dalam hidupnya.

B. Kajian Empiris

Tabel berikut menyajikan hasil penelitian terdahulu yang mengkaji variabel secara terpisah, seperti *work life balance*, *financial stress*, dan *quarter life crisis*. Temuan-temuan ini menjadi acuan dalam kajian empiris ini untuk menganalisis pengaruh masing-masing variabel terhadap *quarter life crisis*.

Tabel 1
Kajian Empiris

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metodologi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Nadiah Wahyu Astuti dan Desi Nurwidawati Unversitas Negeri Surabaya Tahun 2023 (Astuti & Nurwidawati, 2023)	Hubungan <i>Work Life Balance</i> dengan <i>Subjective Well-Being</i> pada Mahasiswa Yang Bekerja Part Time Di Surabaya	Kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasi	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara <i>work life balance</i> dengan <i>subjective well-being</i> pada mahasiswa yang bekerja sistem part-time di Kota Surabaya.

Perbandingan: penelitian ini membahas hubungan <i>work life balance</i> dengan kesejahteraan subjektif dan tidak langsung menghubungkannya dengan <i>quarter life crisis</i> , serta tidak mengkaji hubungan secara langsung dengan <i>quarter life crisis</i> maupun <i>financial stress</i> .				
2.	Nur Avina dan Nikmah Sofia Afiati Universitas Mercubuana Yogyakarta Tahun 2024 (Avina & Afiati, 2024)	<i>Work Life Balance dan Subjective Well-Being</i> . Studi pada Mahasiswa yang Bekerja di Yogyakarta	Kuantitatif dengan menggunakan skala sebagai metode pengumpulan data.	Tidak terdapat hubungan positif dan signifikan antara <i>work life balance</i> dengan <i>subjective well-being</i> pada mahasiswa yang bekerja di Yogyakarta.
Perbandingan: Penelitian ini membahas <i>work life balance</i> dan tidak secara langsung mengkaji dengan <i>financial stress</i> maupun <i>quarter life crisis</i> .				
3.	Fidya Noer Aulia Febrianti & Ghazali Rusyid Affandi Muhammadiyah University of Sidoarjo Tahun 2025 (Febrianti & Affandi, 2025)	<i>Work Life Balance as a Mediator of the Correlation between Psychological Well Being and Quarter Life Crisis in Early Adulthood in Ternate City</i>	Kuantitatif	Work life balance menjadi mediator parsial antara psychological well being dan quarter life crisis; psychological well being positif terhadap work life balance; psychological well being & work life balance negatif terhadap quarter life crisis.
Perbandingan: memberikan bukti empiris tentang peran mediator work life balance pada dewasa awal.				
4.	Dea Putriasari Dan Fachruzzaman Universitas Bengkulu	Analisis Perilaku Keuangan dan Literasi Keuangan	Kuantitatif	Perilaku keuangan dan literasi keuangan sama-sama

	Tahun 2025 (Putriasari & Fachruzzaman, 2025)	Terhadap Tekanan Financial Bagi Mahasiswa dengan Kemampuan Ekonomi Keluarga sebagai Variabel Moderasi		berpengaruh signifikan terhadap tekanan finansial yang dialami mahasiswa, namun mekanismenya berbeda.
Perbandingan: penelitian ini sama-sama mengkaji <i>financial stress</i> pada mahasiswa, namun tidak membahas faktor <i>work life balance</i> atau <i>quarterlife crisis</i> secara langsung.				
5.	Noer Faizah Afinda & Nanik Wahyuni Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Tahun 2023 (Afinda & Wahyuni, 2023)	Analisis Hubungan Antara <i>Financial Literacy</i> dan <i>Financial Distress</i> pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi UIN Maliki Malang	Kuantitatif, analisis deskriptif dan korelasi	<i>Financial literacy</i> memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan <i>financial distress</i> pada mahasiswa
Perbandingan: penelitian ini sama-sama membahas <i>financial stress</i> pada mahasiswa, namun fokus utama pada literasi keuangan dan tidak membahas <i>work life balance</i> atau <i>quarter life crisis</i> secara eksplisit.				

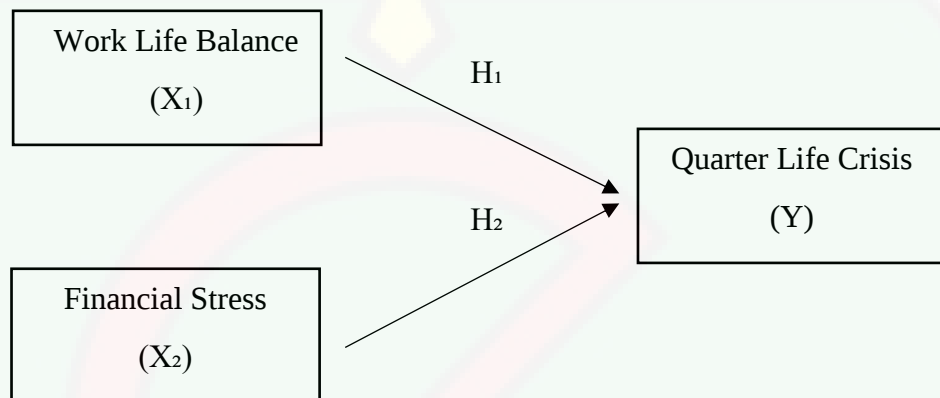
Sumber: Data diolah peneliti (2025)

C. Kerangka Berpikir

Menurut (Sugiyono, 2019), kerangka berpikir adalah suatu model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai variabel yang penting dalam permasalahan penelitian. Kerangka berpikir berfungsi sebagai jembatan yang menghubungkan antara teori yang digunakan dengan variabel yang akan

diteliti, serta menggambarkan alur logis dari permasalahan yang diteliti hingga pemecahannya.

Sebagai gambaran, kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:



Gambar 1.
Kerangka Berpikir

Penelitian ini mengkaji pengaruh *Work Life Balance* (X₁) dan *Financial Stress* (X₂) terhadap *Quarter Life Crisis* (Y) pada mahasiswa yang sudah bekerja. Model ini menjelaskan bahwa semakin seimbang kehidupan kerja dan pribadi, serta semakin rendah tingkat *financial stress* yang dialami individu, maka semakin rendah pula potensi terjadinya *quarter life crisis*. Sebaliknya, ketidakseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi serta tekanan finansial yang tinggi dapat memicu kecemasan, kebimbangan, dan tekanan psikologis yang menjadi ciri *quarter life crisis*.

D. Hipotesis

Dalam penelitian ini, peneliti ingin melihat pengaruh dari *work life balance* dan *financial stress* terhadap *quarter life crisis*. Dalam penelitian ini hipotesisnya adalah:

- H₁: *Work Life Balance* (X₁) berpengaruh terhadap *Quarter Life Crisis* (Y) Pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja.
- H₂: *Financial Stress* (X₂) berpengaruh terhadap *Quarter Life Crisis* (Y) Pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Dan Jenis Penelitian

1. Metode Penelitian

Menurut Sugiyono (2024:2) metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Sedangkan menurut Sujarweni (2019:11) metodologi penelitian adalah cara ilmiah (rasional, empiris, dan sistematis) yang digunakan oleh pelaku suatu disiplin ilmu untuk melakukan penelitian.

Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian asosiatif/kausal. Menurut Winarsunu, (2012:67) penelitian kausal bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara dua variabel atau beberapa variabel yang dinamakan dengan variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *work life balance* dan *financial stress*, sementara yang menjadi variabel terikat adalah *quarter life crisis*.

B. Jenis Data Dan Sumber Data

1. Jenis Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Data kuantitatif merupakan data yang disajikan berupa angka (Sujarweni, 2019:113).

2. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder:

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh dari responden melalui kuesioner, kelompok fokus, dan panel atau juga data hasil wawancara peneliti dengan narasumber (Sujarweni, 2019:114). Dalam penelitian ini, data primer didapatkan dari hasil penyebaran kuesioner langsung kepada mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro program studi Manajemen semester VIII kelas ABC yang sudah bekerja.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang didapat dari catatan, buku dan majalah berupa laporan keuangan publikasi perusahaan, laporan pemerintah, artikel, buku-buku sebagai teori, dan lain sebagainya (Sujarweni, 2019:114). Dalam penelitian ini, data sekunder yang digunakan diperoleh dari data profil dan struktur STIE Cendekia Bojonegoro. Selain itu juga dari jurnal ilmiah, buku, dan penelitian

sebelumnya yang dianggap berkaitan dengan permasalahan yang diteliti.

C. Populasi, Sampel, Dan Teknik Sampling

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2024:126) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas: obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro program studi Manajemen semester VIII kelas ABC yang sudah bekerja sejumlah 63 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2024:127). Sampel digunakan apabila populasi dalam jumlah besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi. Karena jumlah populasi dalam penelitian ini relatif kecil, maka seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Dengan demikian, sampel dalam penelitian ini terdiri dari 63 mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro program studi Manajemen semester VIII kelas ABC yang sudah bekerja.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel, untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian (Sugiyono,

2024:128). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel jenuh yang merupakan teknik penentuan sampel jika semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Hal ini dilakukan karena populasi relatif kecil atau sedikit.

D. Metode Dan Teknik Pengumpulan Data

1. Teknik Kuesioner

Penelitian ini menggunakan kuesioner (angket) sebagai metode pengumpulan data. Menurut Sugiyono, (2022:199) kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk di jawabnya. Dalam penelitian ini, kuesioner akan dibagikan kepada 63 mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro program studi Manajemen semester VIII kelas ABC yang sudah bekerja, dengan menggunakan skala likert 5 poin.

Tabel 2
Skala Likert

Pilihan Jawaban	Skor
Sangat Setuju	5
Setuju	4
Ragu-Ragu	3
Tidak Setuju	2
Sangat Tidak Setuju	1

Sumber: Sugiyono (2018:147)

2. Teknik Wawancara

Menurut (Juliandi et al., 2024) wawancara merupakan kegiatan mengumpulkan data dengan cara berdialog langsung untuk mengetahui sesuatu secara mendalam. Jenis wawancara yang digunakan dalam

penelitian ini adalah wawancara tidak terstruktur. Wawancara tidak terstruktur merupakan wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis untuk pengumpulan datanya (Sugiyoo, 2017:140). Dalam penelitian ini, yang menjadi informan adalah mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro semester VIII program studi Manajemen yang sudah bekerja.

E. Definisi Operasional

Menurut Sujarweni (2019:184), definisi operasional variabel merupakan penjabaran variabel berdasarkan karakteristik yang dapat diamati, sehingga mempermudah peneliti dalam melakukan pengamatan atau pengukuran secara akurat terhadap objek penelitian. Dalam penelitian ini, definisi operasional variabel kemudian dirinci ke dalam beberapa indikator yang merepresentasikan aspek-aspek yang diukur secara terstruktur sebagai berikut:

Tabel 3
Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Item Pernyataan
1.	<i>Work Life Balance</i> (X ₁)	<i>Work Life Balance</i> mengacu pada seberapa jauh individu dapat menyeimbangkan dan memiliki kepuasan dengan peran mereka dalam pekerjaan dan kehidupan pribadi. (Mardiani & Widiyanto, 2021)	Keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi	1, 2
			Tanggung jawab terhadap keluarga dan perusahaan	3, 4
			Memiliki kehidupan sosial di luar pekerjaan	5, 6
			Memiliki waktu untuk melakukan hobi.	7, 8

			Langford (dalam Ardiansyah & Surjanti, 2020)	
2.	<i>Financial Stress</i> (X ₂)	<i>Financial Stress</i> dapat diartikan sebagai ketidakmampuan untuk memenuhi kewajiban finansial, yang kemudian dapat memberikan efek psikologis atau emosional. (Northen et al., 2010).	Kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasar	9, 10
			Kesulitan untuk memenuhi kewajiban keuangan	11, 12
			Kondisi finansial yang tidak stabil	13, 14
			Keterbatasan akses ke kredit	15, 16
			Penumpukan utang yang berlebihan	17, 18
			Ketidakmampuan menabung atau berinvestasi Drentea, n. (dalam Assyarofi, 2023)	19, 20
3.	<i>Quarter Life Crisis</i> (Y)	<i>Quarter Life Crisis</i> merupakan krisis yang dirasakan individu ketika memasuki fase seperempat kehidupan, biasanya dirasakan individu berusia 20 tahun hingga pertengahan 30 tahun. (Indrianie, 2020).	Mimpi dan Harapan	21, 22
			Tantangan di bidang akademis	23, 24
			Agama dan spriritual	25, 26
			Teman, percintaan, dan keluarga	27, 28
			Kehidupan, pekerjaan, dan karir	29, 30
			Identitas (Nash dan Murray (dalam Anjayani, 2021)	31, 32

Sumber: Data diolah peneliti (2025)

F. Metode Dan Teknik Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data kuantitatif. Data kuantitatif merupakan data yang disajikan berupa angka (Sujarweni, 2019:113).

Dalam menganalisis data, penelitian ini menggunakan software SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) 22. Adapun tahapan analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Uji Instrumen

a. Uji Validitas

Validitas adalah salah satu konsep dalam mengevaluasi alat tes, yang dalam konsepnya mengacu pada kelayakan, kebermaknaan, dan kebermanfaatan inferensi tertentu yang dapat dibuat berdasarkan skor hasil tes yang bersangkutan. Validitas merupakan sesuatu yang membahas tentang apakah suatu tes mengukur apa yang hendak diukur (Umah, 2021).

Dalam penelitian ini, uji validitas dilakukan dengan perangkat lunak SPSS, dengan kriteria Jika nilai r hitung lebih besar dari r tabel, maka instrumen dianggap valid. Sebaliknya Jika nilai r hitung lebih kecil dari r tabel, maka instrumen dianggap tidak valid.

b. Uji Reliabilitas

Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Koefisien reliabilitas yang tinggi dapat ditunjukkan

dengan nilai “r” yang mendekati angka 1. Terdapat kesepakatan secara umum terkait reliabilitas yang yang dimana tingkat reliabilitas dianggap sudah cukup memuaskan jika nilai r nya ≥ 0.70 (70%) (Budi, 2021:144).

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Menurut Ghozali (2021:196) uji normalistik merupakan uji persyaratan analisis atau uji asumsi klasik yang bertujuan untuk menilai sebaran data pada kelompok data atau variabel terdistribusi secara normal atau tidak. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka data berdistribusi normal. Jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal.

b. Uji Multikolinieritas

Menurut Ghozali, (2021:157) uji multikolonieritas bertujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas (independen). Apabila nilai VIF (Variance Inflation Factor) > 10 dan nilai tolerance $< 0,1$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat masalah multikolinieritas sebaliknya, jika nilai VIF (Variance Inflation Factor) < 10 dan nilai tolerance $> 0,1$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinieritas.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varians dari residual pada setiap nilai prediktor. Model regresi yang baik mensyaratkan tidak adanya heteroskedastisitas (homoskedastisitas), yang berarti varians residual harus konstan.

Penelitian ini menggunakan Uji Glejser, yaitu dengan meregresikan nilai absolut residual terhadap variabel independen. Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka tidak terjadi heteroskedastisitas. Jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka mengalami heteroskedastisitas.

3. Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Linier berganda

Analisis regresi merupakan suatu pengujian yang dilakukan untuk mengetahui berapa banyak jumlah perubahan nilai variabel terikat, apabila nilai variabel bebas dinaikan atau diturunkan (Sugiyono, 2007:260).

Rumus model regresi:

$$Y = \alpha + b^1X^1 + b^2X^2 + e_1$$

Y = *Quarter Life Crisis*

α = Konstanta

b_1 = Koefisien Regresi *Work Life Balance*

X_1 = *Work Life Balance*

b_2 = Koefisien Regresi *Financial Stress*

X_2 = *Financial Stress*

e = Error

b. Uji t (Uji Parsial)

Uji t atau Uji Parsial merupakan pengujian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel bebas terhadap variabel terkait secara parsial (Sujarweni, 2019:141). Penelitian ini menggunakan taraf signifikansi sebanyak 5%.

- 1) Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan probabilitas signifikansi $< 0,05$ maka variabel independen berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen.
- 2) Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ dan probabilitas signifikansi $> 0,05$ maka variabel independen tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen

c. Analisis Koefisien Determinasi (R^2)

Koefisien determinasi (R^2) merupakan alat analisis yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana model mampu menjelaskan variasi yang terjadi pada variabel dependen. Nilai R^2 berada pada rentang antara 0 hingga 1. Apabila nilai R^2 rendah, hal ini menunjukkan bahwa kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen sangat terbatas. Sebaliknya, jika nilai R^2 mendekati 1, maka variabel independen memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap variabel dependen. Sementara

itu, jika nilainya sama dengan 0, berarti variabel independen sama sekali tidak memberikan pengaruh terhadap variabel dependen (Sujarweni, 2019:142).



STIE CENDEKIA

DAFTAR PUSTAKA

- Afinda, N. F., & Wahyuni, N. (2023). *Analisis Hubungan Antara Financial Literacy Dan Financial Distress Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi UIN Maliki Malang*. 7(1), 318–329.
- Anjayani, S. P. N. (2021). *Faktor- Faktor Quarter Life Crisis (Studi Kuantitatif Deskriptif Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)*. <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/15076/>
- Ardiansyah, C. A., & Surjanti, J. (2020). *Pengaruh Work Life Balance Terhadap Kinerja Karyawan Melalui Komitmen Organisasi Pada Karyawan PT. Bhinneka Life Indonesia Cabang Surabaya*. 8(2018), 1211–1221. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jim/article/view/8937>
- Aristawati, A. (2021). *Emotional Intelligence Dan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengalami Quarter Life Crisis*. 19(2), 1035–1046. <https://doi.org/10.24114/konseling.v19i2.31121>
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging Adulthood: A Theory of Development From the Late Teens Through the Twenties*. August. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469>
- Assyarofi, M. R. (2023). *Pengaruh Financial Literacy, Financial Technology (FINTECH), Financial Stress, Lifestyle, Dan Locus Of Control Terhadap Financial Management Behavior Pada Mahasiswa Di Solo Raya*. <https://eprints.iain-surakarta.ac.id/9329/>
- Astuti, N. W., & Nurwidawati, D. (2023). *Hubungan Work Life Balance dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Yang Bekerja Part-Time Di Surabaya*. 10(03), 122–144. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/54197>
- Avina, N., & Afiati, N. S. (2024). *Work Life Balance dan Subjective Well-Being. Studi pada Mahasiswa yang Bekerja di Yogyakarta*. 615, 149–157.
- Budi, P. (2021). *Metode penelitian pendekatan kuantitatif* (Issue June).
- Detik.com. (2024). *Mahasiswa Jogja Banyak yang Kuliah Sambil Kerja: 43 Persen Jadi Wirausahawan*. https://www.detik.com/edu/perguruan-tinggi/d-7488439/mahasiswa-jogja-banyak-yang-kuliah-sambil-kerja-43-persen-jadi-wirausahawan?utm_source=
- Dewi, N. N. (2020). *Pengaruh Work Life Balance Terhadap Kepuasan Kerja Dengan Burnout Sebagai Variabel Intervening Pada BTN Syariah Malang*. <https://id.scribd.com/document/551382431/16510106>
- Dwiasti, A. N., & Sipayung, T. J. (2024). *Pengaruh Stress Finansial Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Di Surabaya*. 12(7). <https://doi.org/10.8734/musytari.v12i9.9111>
- Febriani, M. R., Handaru, A. W., & Sholikhah. (2022). *Pengaruh Stres Kerja Dan Keseimbangan Kehidupan Kerja Terhadap Kepuasan Karyawan Di PT Taspen (PERSERO) Indonesia*.
- Febrianti, F. N. A. F., & Affandi, G. R. (2025). *Work-life Balance as a Mediator of the Correlation between Psychological Well-being and Quarter Life Crisis in Early Adulthood in Ternate City*. 2(3), 151–163.
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan program IBM SPSS 26*

- (10th ed.). Badan Penerbit Undip.
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*.
- Juliandi, A., Irfan, & Manurung, S. (2024). *Metodologi Penelitian Bisnis*. UMSU PRESS.
- Juliani, D. (2022). *Pengaruh Orientasi Masa Depan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Quarter Life Cisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Kabupaten Purwakarta*. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v3i1.27634>
- Kadata, S. M. A. (2022). *Pengaruh Kematangan Karir Dan Dukungan Sosial Terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas "X."*
- Kim, J., & Garman, E. T. (2003). *Financial Stress and Absenteeism : An Empirically . Derived Model*. 32819.
- Lani, R. K., & Kristinawati, W. (2023). *Hubungan Antara Sense Of Humor Dengan Resiliensi Pada Individu Yang Mengalami QLC*. 2(8), 3349–3360. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i8.5543>
- Maharsiwi, N. N. (2023). *Pengaruh Work Life Balance Dalam Perspektif Islam Terhadap Intention To Remain Pada Generasi Millenial: Mediasi Psychological Well-Being (Studi Kasus PT Pos Indonesia KCU Surakarta)*. eprints.iain-surakarta.ac.id/9118/
- Mardiani, I. N., & Widiyanto, A. (2021). *Pengaruh work-life balance , Lingkungan Kerja dan Kompensasi terhadap Kinerja karyawan PT Gunanusa Eramandiri*. 4(2), 985–993. <https://doi.org/10.36778/jesya.v4i2.456>
- Oetami, D. P. I. (2022). *Pengaruh Financial Stress, Big-Five Personality, Dan Ridha Terhadap Financial Well-Being Pada Pekerja Yang Menikah Di Jabodetadek*. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v3i1.27634>
- Panie, W. S., Fanggidae, R. E., Salean, D. Y., & Timuneno, T. (2025). *Pengaruh Work Life Balance Dan Komitmen Organisasi Terhadap Organizational Citizenship Behavior (OCB) Pada Karyawan PT. Pegadaian Cabang Oesapa Kupang*. 315–322. <https://doi.org/10.70581/glory.v6i1.16641>
- Pranyoto, Y. H. (2020). *Makna Kerja dalam Ajaran Sosial Gereja Ditinjau Dari Perspektif Ensiklik Laborem Exercens dan Ensiklik Rerum Novarum*. June 2017.
- Putri, T. A., & Setia, S. (2023). *Pengaruh Work Life Balance, Work Motivation And Work Discipline On Employee Performance At PT Star Concord Indonesia Cabang Surabaya*. 7(1), 313–321. <https://doi.org/10.31539/costing.v7i1.5580>
- Putriasari, D., & Fachruzzaman. (2025). *Analisis Perilaku Keuangan dan Literasi Keuangan Terhadap Tekanan Financial Bagi Mahasiswa dengan Kemampuan Ekonomi Keluarga sebagai Variabel Moderasi*. 6(4), 593–603. <https://doi.org/10.47065/ekuitas.v6i4.7323>
- Ratri, D. P. (2022). *Pengaruh Money Attitide, Financial Stress, Dan Syukur Terhadap Financial Well-Being Pada Guru Honorer Di Kabupaten Cilacap*.
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties*. Penguin.
- Sandapurti, Y. T., & Mariyati, L. I. (2024). *416 Hubungan Antara Dukungan Sosial dan*. 9(1), 416–426. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6422>

- Sari, M. A. P. (2021). *Quarter Life Crisis Pada Kaum Milenial*.
- Sugiyono. (2024). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sujarweni, V. W. (2019). *Metode Penelitian Bisnis Dan Ekonomi*. Pustaka Baru Press.
- Syifa'ussurur, M., Nurul, H., M, M., & Fahmi, L. (2021). *Menemukenali Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur Discovering Various Alternative Intervention Towards Quarter Life Crisis : A Literature Study*. 1(1), 53–64. <https://doi.org/10.59027/jcic.v1i1.61>
- Ula, I. I., Susilawati, I. R., & Widiasari, S. D. (2015). *Hubungan Antara Career Capital Dan Work-Life Balance Pada Karyawan Di PT. Petrokimia Gresik*. 12(1). <https://doi.org/10.18860/psi.v12i1.6391>
- Umah, R. (2021). *Pengaruh Kematangan Kariir Terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Psikologi Yang Sedang Mengerjakan Skripsi*.
- Wicaksana, S. A., Suryadi, & Asrunputri, A. P. (2020). *Identifikasi Dimensi-Dimensi Work-Life Balance pada Karyawan Generasi Milenial di Sektor Perbankan*. 4(2), 137–143. <https://id.scribd.com/document/617932269/metopel>
- Widi, D. A. P., & Amini, S. (2024). *Efikasi Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Work Life Balance Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta Yang Bekerja*. 16(1), 1–15.
- Winarsunu, T. (2012). *Statistik dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. UMM Press.

*Lampiran 1. Lembar Kuesioner Penelitian***LEMBAR KUESIONER PENELITIAN**

Bersama ini, saya Dwi Siacha Ardiana Mahasiswa Program Studi Manajemen STIE Cendekia Bojonegoro. Mohon kesediaan saudara/i untuk mengisi daftar kuesioner yang diberikan. Informasi saudara/i merupakan bantuan yang sangat berarti bagi saya dalam rangka menyelesaikan penelitian skripsi saya yang berjudul **“Pengaruh *Work Life Balance* Dan *Financial Stress* Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja”** guna menyelesaikan studi SI Sarjana Manajemen. Seluruh jawaban akan dirahasiakan. Atas bantuan dan ketersediaan waktu saudara/i saya mengucapkan terimakasih.

A. Petunjuk Pengisian

1. Berikan tanda (✓) pada kolom jawaban yang menurut anda paling sesuai
2. Setiap satu pertanyaan hanya membutuhkan satu jawaban
3. Isi jawaban sesuai dengan pendapat saudara/i dengan memberikan tanda (✓) pada kotak yang tersedia.

Keterangan dan skor jawaban adalah sebagai berikut :

Keterangan dan skor jawaban adalah sebagai berikut :

- | | | |
|------------------------|-------|---------------|
| a. Sangat Setuju | (SS) | Diberi skor 5 |
| b. Setuju | (S) | Diberi skor 4 |
| c. Netral | (N) | Diberi skor 3 |
| d. Tidak Setuju | (TS) | Diberi skor 2 |
| e. Sangat Tidak Setuju | (STS) | Diberi skor 1 |

B. Identitas Responden

Nama :

Jenis Kelamin : ☐ Laki-Laki ☐ Perempuan

Kelas : ☐ A ☐ B ☐ C

Usia : ☐ 18-21 tahun ☐ 22-25 tahun
☐ 26-30 tahun ☐ > 30 tahun

Jenis Pekerjaan : ☐ Pekerjaan penuh waktu (full time)
bekerja setiap hari dengan jam kerja penuh
(misalnya 8jam/hari)
☐ Pekerjaan paruh waktu (part time)
bekerja secara tetap tetapi hanya beberapa
jam/hari
☐ Freelance
☐ Lainnya

Pekerjaan :

Penghasilan : ☐ < Rp 500.000
☐ Rp 500.000 – Rp 1.000.000
☐ Rp 1.100.000 – Rp 2.000.000
☐ Rp 2.100.000 – Rp 3.000.000
☐ > Rp 3.000.000

Status : ☐ Belum Menikah
☐ Menikah

Jumlah Tanggungan: ☐ Diri Sendiri
☐ 2 orang
☐ 3 orang
☐ > 3 orang

C. Pernyataan variabel *Work Life Balance* (X1), *Financial Stress* (X2), dan *Quarter Life Crisis* (Y)

Variabel <i>Work Life Balance</i> (X1)							
Indikator	No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
Keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi	1	Saya merasa waktu saya seimbang antara pekerjaan dan kehidupan pribadi					
	2	Saya jarang merasa bahwa pekerjaan mengganggu kehidupan pribadi saya					
Tanggung jawab terhadap keluarga dan perusahaan	3	Saya mampu menjalankan tanggung jawab saya baik di keluarga maupun di tempat kerja					
	4	Saya merasa tidak kesulitan membagi waktu antara urusan keluarga dan pekerjaan					
Memiliki kehidupan sosial di luar pekerjaan	5	Saya tetap memiliki waktu untuk bersosialisasi di luar pekerjaan					
	6	Saya aktif dalam kegiatan sosial di luar pekerjaan					
Memiliki waktu untuk melakukan hobi	7	Saya memiliki cukup waktu untuk melakukan hobi atau aktivitas yang saya sukai					
	8	Saya bisa menikmati waktu luang meskipun sedang bekerja atau kuliah					

Variabel <i>Financial Stress</i> (X2)							
Indikator	No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
Kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasar	1	Saya kesulitan untuk memenuhi kebutuhan dasar sehari-hari (seperti makanan, tempat tinggal, dan transportasi)					
	2	Penghasilan saya sering tidak cukup untuk kebutuhan pokok					
Kesulitan untuk memenuhi kewajiban keuangan	3	Saya mengalami kesulitan dalam membayar tagihan atau kewajiban keuangan tepat waktu					

		(seperti listrik, air, sewa tempat tinggal, pembayaran uang kuliah (UKT), cicilan, atau biaya biaya tambahan kuliah lainnya)					
	4	Saya sering menunda pembayaran kewajiban karena kondisi keuangan					
Kondisi finansial yang tidak stabil	5	Keuangan saya sering berubah-ubah dan tidak stabil					
	6	Saya tidak memiliki kestabilan dalam pemasukan dan pengeluaran					
Keterbatasan akses ke kredit	7	Saya sulit mendapatkan akses ke pinjaman atau kredit saat dibutuhkan (lembaga keuangan)					
	8	Saya merasa dibatasi secara finansial karena tidak bisa mengakses kredit (lembaga keuangan)					
Penumpukan utang yang berlebihan	9	Saya memiliki utang yang jumlahnya cukup membebani saya (utang untuk membayar biaya pendidikan atau kebutuhan pribadi lainnya)					
	10	Saya merasa stres karena jumlah utang saya terus bertambah					
Ketidakmampuan untuk menabung dan berinvestasi	11	Saya tidak mampu menabung secara rutin					
	12	Saya tidak memiliki kemampuan untuk berinvestasi karena kondisi keuangan saya					

Variabel Quarter Life Crisis (Y)							
Indikator	No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
Mimpi dan harapan	1	Saya merasa bingung antara mimpi saya dan kenyataan yang saya jalani saat ini					
	2	Saya merasa tidak yakin apakah harapan masa depan saya bisa tercapai					
Tantangan di bidang akademis	3	Saya merasa terbebani oleh tuntutan akademik yang saya hadapi					
	4	Saya merasa cemas menghadapi tugas akademik yang harus diselesaikan					
Agama dan spiritual	5	Saya merasa mengalami kebimbangan dalam menjalani kehidupan agama atau spiritual saya					
	6	Saya mempertanyakan kembali nilai-nilai keagamaan atau spiritual saya akhir-akhir ini					
Teman, percintaan, dan keluarga	7	Saya merasa bingung dalam menjalin hubungan dengan teman, pasangan, atau keluarga (merasa telah membuat kecewa karena situasi yang tidak sesuai harapan)					
	8	Saya sering merasa sendiri atau tidak dipahami oleh orang-orang terdekat saya					
Kehidupan, pekerjaan, dan karir	9	Saya merasa khawatir dengan arah kehidupan, pekerjaan, dan karir saya ke depan					
	10	Saya merasa tidak punya kepastian terhadap pilihan karir saya					
Identitas	11	Saya masih mencari tahu siapa diri saya dan tujuan hidup saya sebenarnya					
	12	Saya sering merasa kehilangan jati diri dalam proses pencarian arah hidup					

Lampiran 2. Data Tabulasi Kuesioner

No	Pernyataan Variabel <i>Work Life Balance</i> (X1)								Total (X1)
	X1.1	X1.2	X1.3	X1.4	X1.5	X1.6	X1.7	X1.8	
1	5	5	4	5	5	4	4	5	37
2	4	4	4	4	4	4	4	4	32
3	2	2	4	2	4	2	2	2	20
4	4	3	4	5	4	3	3	4	30
5	5	5	5	3	5	3	5	5	36
6	4	4	3	4	4	3	4	4	30
7	4	4	5	4	3	3	5	4	32
8	1	2	4	1	3	2	3	1	17
9	4	4	5	5	5	4	4	3	34
10	3	3	3	3	3	3	3	3	24
11	4	4	3	3	4	4	4	4	30
12	5	5	5	5	5	5	5	5	40
13	5	5	5	5	5	4	5	5	39
14	4	4	4	4	4	3	4	4	31
15	4	5	5	4	4	3	5	5	35
16	4	5	4	4	4	4	4	4	33
17	3	4	4	3	4	4	5	4	31
18	4	4	4	4	4	4	4	4	32
19	5	5	5	5	5	5	5	5	40
20	4	5	5	5	5	5	5	5	39
21	5	5	5	5	5	5	5	5	40
22	4	3	4	4	4	3	3	3	28
23	3	2	5	4	4	2	3	3	26
24	2	4	5	4	4	2	3	2	26
25	4	4	3	3	2	4	4	4	28
26	5	4	4	3	3	4	3	2	28
27	4	4	4	4	4	4	3	4	31
28	3	3	4	4	4	3	3	3	27
29	4	4	4	4	4	3	4	4	31
30	5	5	5	5	5	5	5	5	40
31	5	4	5	4	5	4	5	5	37
32	5	4	4	3	5	5	5	4	35
33	5	3	4	5	3	2	3	4	29
34	5	4	5	5	4	5	5	4	37
35	3	3	4	4	3	3	4	4	28
36	5	5	5	5	5	5	5	5	40
37	4	4	4	4	4	3	3	3	29
38	4	4	4	4	4	3	4	4	31
39	5	5	5	5	5	3	5	4	37
40	3	4	3	3	5	4	4	5	31
41	1	3	4	3	1	1	2	2	17

42	4	4	4	4	1	4	4	4	29
43	5	5	5	5	5	5	5	5	40
44	4	4	4	4	4	4	4	4	32
45	4	4	4	4	4	4	4	3	31
46	5	5	5	5	5	5	5	5	40
47	5	4	4	4	4	4	5	4	34
48	4	4	5	3	4	4	4	4	32
49	5	4	4	4	4	4	5	4	34
50	2	3	4	4	1	2	3	2	21
51	4	4	5	4	5	4	4	4	34
52	1	1	3	3	3	2	2	1	16
53	5	5	5	5	5	4	5	5	39
54	3	4	5	4	4	4	5	4	33
55	4	4	4	4	4	4	4	5	33
56	4	4	4	4	4	4	4	4	32
57	4	4	4	4	4	4	4	4	32
58	2	3	1	1	2	2	2	1	14
59	4	4	4	2	4	2	4	5	29
60	4	4	4	2	4	2	4	4	28
61	4	4	5	4	5	2	4	4	32
62	4	4	3	2	4	2	4	4	27
63	3	4	2	2	4	4	4	4	27

No	Pernyataan Variabel <i>Financial Stress</i> (X2)												Total (X2)
	X2 .1	X2 .2	X2 .3	X2 .4	X2 .5	X2 .6	X2 .7	X2 .8	X2 .9	X2. 10	X2. 11	X2. 12	
1	2	1	3	2	5	5	3	2	2	1	2	5	33
2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	40
3	3	5	4	4	3	4	2	2	1	1	3	3	35
4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	2	3	35
5	1	1	1	1	2	2	3	1	1	1	2	2	18
6	3	5	3	3	4	3	1	2	3	3	4	4	38
7	3	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	5	44
8	1	1	1	1	3	2	3	1	1	1	1	1	17
9	3	4	5	5	4	4	2	2	2	2	3	3	39
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
13	1	5	5	4	5	4	3	3	2	1	2	2	37
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
15	1	2	3	3	5	5	3	3	4	3	3	3	38

16	1	2	2	4	4	4	4	2	4	4	2	4	37
17	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	5	4	41
18	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
19	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
20	5	5	5	5	4	4	2	3	2	3	2	4	44
21	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	52
22	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	40
23	1	1	4	3	2	3	2	1	1	1	3	2	24
24	2	2	2	2	4	4	1	1	1	1	3	3	26
25	1	3	1	2	3	2	2	1	1	1	2	3	22
26	2	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	36
27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
28	3	3	2	2	3	4	2	2	2	2	3	3	31
29	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	35
30	3	3	2	2	4	3	2	1	1	1	1	1	24
31	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
32	4	3	4	5	4	5	4	4	3	4	5	5	50
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
34	3	4	4	3	4	4	5	5	1	1	3	3	40
35	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	26
36	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	3	25
37	2	2	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	38
38	2	2	2	2	4	4	2	2	3	2	4	4	33
39	2	2	2	2	3	2	3	3	1	1	2	4	27
40	1	3	1	2	4	3	2	2	2	2	4	4	30
41	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	4	2	18
42	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	18
43	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
44	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	4	3	33
45	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	16
47	4	4	3	5	3	4	3	4	5	4	2	3	44
48	1	2	2	1	3	3	1	2	2	1	3	4	25
49	2	2	4	4	4	4	3	3	1	1	5	3	36
50	2	3	3	4	4	2	1	1	1	1	4	2	28
51	1	1	1	3	4	4	1	1	1	1	5	3	26
52	1	1	4	4	3	1	1	1	5	2	4	5	32
53	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	56
54	3	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	47

55	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	57
56	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
57	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
58	1	1	1	2	2	3	3	2	3	1	1	2	22
59	2	2	4	5	5	5	4	4	4	3	5	5	48
60	4	3	4	4	5	5	3	3	4	3	5	5	48
61	2	2	4	5	5	4	3	3	3	3	5	4	43
62	3	4	4	4	5	5	3	3	3	3	5	5	47
63	3	3	4	4	5	4	3	3	3	3	4	4	43

No	Pernyataan Variabel <i>Quarter Life Crisis</i> (Y)												Total (Y)
	Y. 1	Y. 2	Y. 3	Y. 4	Y. 5	Y. 6	Y. 7	Y. 8	Y. 9	Y. 10	Y. 11	Y. 12	
1	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	56
2	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	43
3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	3	41
4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	3	3	5	50
5	4	2	1	1	1	2	1	1	4	1	4	4	26
6	4	5	3	3	3	3	2	3	5	5	5	5	46
7	5	3	3	4	3	3	3	3	4	4	5	4	44
8	3	3	1	1	1	1	1	5	5	3	5	5	34
9	3	2	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	41
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
13	1	1	2	1	1	1	3	4	3	3	4	3	27
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
15	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
16	4	2	2	2	1	1	4	5	2	1	4	2	30
17	4	2	2	4	3	4	5	4	3	3	3	4	41
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
19	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
20	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	2	1	46
21	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
22	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	36
23	3	2	2	2	1	1	4	2	2	2	2	2	25
24	4	4	2	2	2	2	2	1	3	2	3	3	30
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
26	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	45

27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
28	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	33
29	2	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	33
30	2	2	2	2	2	2	2	5	5	3	5	5	37
31	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	55
32	5	4	5	3	4	4	4	5	5	5	5	4	53
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
34	3	1	2	2	1	3	3	1	2	2	2	2	24
35	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	41
36	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	35
37	5	3	3	3	4	2	4	2	4	3	4	4	41
38	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	4	31
39	3	3	2	2	2	5	5	5	3	4	5	5	44
40	4	4	3	4	4	4	2	2	4	4	4	4	43
41	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	24
42	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	45
43	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	1	42
44	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	45
45	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
47	4	4	3	4	3	4	3	4	4	5	4	4	46
48	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	19
49	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	3	3	34
50	3	3	4	5	4	4	2	4	3	3	4	3	42
51	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	18
52	5	5	2	2	1	1	3	5	5	1	1	1	32
53	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	58
54	4	3	3	4	3	3	2	4	4	3	4	3	40
55	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	59
56	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	26
57	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
58	1	2	1	2	3	5	4	4	5	5	5	5	42
59	4	4	2	1	4	4	2	2	4	4	4	5	40
60	4	5	4	5	4	4	4	4	5	5	4	5	53
61	4	4	2	2	2	2	2	2	4	4	5	5	38
62	4	4	3	3	3	3	4	3	5	5	4	4	45
63	4	4	5	5	4	4	2	2	4	3	4	4	45

Lampiran 3. Tabulasi Data Umum Kuesioner

No	Nama	Jenis Kelamin	Kelas	Usia	Jenis Pekerjaan	Pekerjaa-an	Penghasilan	Status	Jumlah Tanggungan
1	Alvin Rahmawati	P	A	22-25	Freelance	Jualan online	Rp 500.000- Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
2	Shinta Nur Fitriani	P	A	22-25	Freelance	Freelance	< Rp 500.000	Belum menikah	Diri sendiri
3	Rohmatus Sania	P	A	22-25	penuh waktu	Guru	< Rp 500.000	Belum Menikah	2 orang
4	Amanda Badi'atul Musyfiroh	P	A	22-25	penuh waktu	Karyawan pabrik	Rp 500.000- Rp 1.000.000	Belum menikah	2 orang
5	Dyah Ayu Romadhoni	P	A	22-25	paruh waktu	Guru	< Rp 500.000	Belum menikah	Diri sendiri
6	Siti Sofiati Ningsih	P	C	22-25	penuh waktu	Karyawan	Rp 1.100.000- Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
7	Mei Rina Lestari	P	A	22-25	paruh waktu	Penyiar radio	< Rp 500.000	Belum menikah	2 orang
8	Puji Dwi Rindiani	P	A	22-25	penuh waktu	Karyawan Swasta	Rp 2.100.000- Rp 3.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
9	Wulan Nur Fadhillah	P	A	22-25	Freelance	Freelance	Rp 500.000- Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
10	Cahyani Juliana Putri	P	B	22-25	penuh waktu	Koperasi Syariah	Rp 2.100.000- Rp 3.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
11	Saputri Amanda Sari	P	A	22-25	penuh waktu	Karyawan toko baju	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	3 orang
12	Firmanda Adha Ibrahim	L	B	22-25	penuh waktu	Administrasi	> Rp 3.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
13	Allisa	L	C	22-25	penuh waktu	Penjaga kantin	< Rp 500.000	Belum menikah	Diri sendiri
14	Faerry Dwi L.	L	B	> 30	penuh waktu	Karyawan BUMD	> Rp 3.000.000	Menikah	> 3 orang
15	Saidatul Iklimah	P	C	22-25	Paruh waktu	Guru	< Rp 500.000	Belum menikah	Diri sendiri
16	Fardin	L	C	22-25	penuh waktu	Kurir	> Rp 3.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
17	Refi Muhammad Fatchul Qorib Firdausy	L	C	18-21	penuh waktu	Karyawan	< Rp 500.000	Belum menikah	Diri sendiri
18	Muhamad Ribut Wahyudi	L	B	26-30	penuh waktu	Security	Rp 2.100.000 - Rp 3.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
19	Achmad Rony Baihaqi	L	B	22-25	penuh waktu	TNI	Rp 2.100.000 - Rp 3.000.000	Belum menikah	Diri sendiri

20	Wahyuni Widayanti	L	C	18-21	Freelance	Jaga stand teh	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
21	Briliana Syiva M	L	C	22-25	Freelance	Jaga pentol	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
22	Christia Natalia A.	P	B	22-25	penuh waktu	Hse	Rp 2.100.000 – Rp 3.000.000	Belum menikah	2 orang
23	Wulandari Indah	P	A	22-25	paruh waktu	Frontliner konter	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
24	Isnaini Anisnawati	P	A	22-25	penuh waktu	Karyawan apotek	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	2 orang
25	Shania Salsa Bella	P	A	22-25	Freelance	bisnis freelance	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
26	Sisilia	P	A	22-25	Freelance	Marketing	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
27	Achmad Khoirul Roziqin	L	A	22-25	penuh waktu	Jaga asrama	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
28	Metha Alayda	P	A	22-25	penuh waktu	Kasir	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
29	Hendrik Bayu Prasetyo	L	A	22-25	Freelance	Pengawas lapangan	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	2 orang
30	Sundari	P	A	18-21	paruh waktu	Guru les	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	2 orang
31	Guruh harya pratama	L	A	22-25	Paruh waktu	Swasta	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
32	M Apri	L	C	26-30	penuh waktu	Pekerja kontrak	Rp 2.100.000 - Rp 3.000.000	Belum menikah	2 orang
33	Muhammad Syahri Avriadhon	L	B	> 30	penuh waktu	Operator Nitrogen	Rp 2.100.000 - Rp 3.000.000	Menikah	3 orang
34	Septiyana Nur Fadlilah	P	C	22-25	penuh waktu	Admin kantor	Rp 2.100.000 - Rp 3.000.000	Belum menikah	3 orang
35	Luluk Zumaroh	P	B	26-30	penuh waktu	Karyawan swasta	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Menikah	2 orang
36	Rony Sugiarto	L	A	18-21	Freelance	Freelance	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri

37	Dimas Rapi Saputra	L	B	22-25	Penuh waktu	Finance	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	2 orang
38	Puji P	L	B	> 30	Penuh waktu	Swasta	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Menikah	3 orang
39	Ahmad Mustofa	L	C	22-25	penuh waktu	Karyawan swasta	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
40	Arieqo Maiesya Madany	L	C	22-25	penuh waktu	Ob	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
41	Ardistya	P	B	22-25	penuh waktu	FA	Rp 2.100.000 - Rp 3.000.000	Menikah	2 orang
42	Albert	L	C	22-25	penuh waktu	Banker	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
43	Ainuzzuhro	P	A	18-21	Freelance	Ojol freelance panggilan	< Rp 500.000	Belum menikah	Diri sendiri
44	Ahmad Bagus Muzakka	L	A	26-30	Freelance	Swasta	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
45	Imam Sujadi	L	A	22-25	penuh waktu	Jaga Stand	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
46	M Ardiyan Pamungkas	L	A	22-25	penuh waktu	Karyawan	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	2 orang
47	Alfiana Yurika Sari	P	A	18-21	penuh waktu	STAF KWARCAB	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
48	Tito Affrianto	L	C	26-30	penuh waktu	Inspector	Rp 2.100.000 - Rp 3.000.000	Menikah	3 orang
49	Mochamad Ghozali Murtadho	L	C	22-25	penuh waktu	Staff TU	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
50	Intan Yunita	P	C	26-30	penuh waktu	Administrasi Perkantoran	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Menikah	> 3 orang
51	Fendi Setiawan	L	C	26-30	penuh waktu	Karyawan	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	2 orang
52	Miftakhul Asyhar	L	C	26-30	penuh waktu	Buruh pabrik	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Menikah	2 orang
53	Lismuayati	P	B	22-25	paruh waktu	Guru paud	< Rp 500.000	Menikah	2 orang

54	Muhammad Taufik Khurohman	L	C	22-25	penuh waktu	Staf TU	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
55	M Sugiyanto	L	C	22-25	Freelance	Ngajar	< Rp 500.000	Belum menikah	> 3 orang
56	M Jauharul Ma'arif	L	A	22-25	Freelance	Kuli	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
57	Fadila Al Fauzani	L	C	26-30	penuh waktu	Administrasi	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	2 orang
58	Siti Nurul Hidayah	P	C	22-25	paruh waktu	Jaga Stand Dimsum	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
59	Moch. Mar'i Mukarom	L	B	26-30	penuh waktu	Karyawan	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	2 orang
60	Diva	P	C	22-25	penuh waktu	Karyawan pabrik	Rp 500.000 - Rp 1.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
61	Shinta	P	C	22-25	penuh waktu	Agen travel	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri
62	Milla	P	C	22-25	penuh waktu	Karyawan	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Menikah	2 orang
63	Maulidia	P	C	22-25	penuh waktu	Karyawan kds	Rp 1.100.000 - Rp 2.000.000	Belum menikah	Diri sendiri

*Lampiran 4. Hasil Olah Data SPSS Uji Validitas***1. Hasil Olah Data Variabel Work Life Balance (X1)**

		Correlations								
		X1.1	X1.2	X1.3	X1.4	X1.5	X1.6	X1.7	X1.8	X1
X1.1	Pearson Correlation	1	,747**	,432**	,589**	,583**	,652**	,722**	,764**	,867**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X1.2	Pearson Correlation	,747**	1	,432**	,498**	,554**	,654**	,790**	,779**	,852**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X1.3	Pearson Correlation	,432**	,432**	1	,647**	,483**	,316*	,531**	,422**	,652**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,000	,012	,000	,001	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X1.4	Pearson Correlation	,589**	,498**	,647**	1	,416**	,522**	,471**	,519**	,731**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,001	,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X1.5	Pearson Correlation	,583**	,554**	,483**	,416**	1	,513**	,586**	,611**	,745**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,001		,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X1.6	Pearson Correlation	,652**	,654**	,316*	,522**	,513**	1	,696**	,614**	,786**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,012	,000	,000		,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X1.7	Pearson Correlation	,722**	,790**	,531**	,471**	,586**	,696**	1	,807**	,875**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X1.8	Pearson Correlation	,764**	,779**	,422**	,519**	,611**	,614**	,807**	1	,869**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000		,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X1	Pearson Correlation	,867**	,852**	,652**	,731**	,745**	,786**	,875**	,869**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

2. Hasil Olah Data Variabel Financial Stress (X2)

Correlations													
	X2.1	X2.2	X2.3	X2.4	X2.5	X2.6	X2.7	X2.8	X2.9	X2.1 0	X2.1 1	X2.1 2	X2
X2.1 Pearson Correlation	1	,735**	,545**	,498**	,379**	,507**	,569**	,707**	,537**	,700*	,330*	,485*	,744**
Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,002	,000	,000	,000	,000	,000	,008	,000	,000
N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.2 Pearson Correlation	,735**	1	,632**	,581**	,555**	,561**	,524**	,683**	,400**	,606*	,327*	,485*	,753**
Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,009	,000	,000
N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.3 Pearson Correlation	,545**	,632**	1	,870**	,616**	,619**	,522**	,624**	,456**	,526*	,455*	,566*	,791**
Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.4 Pearson Correlation	,498**	,581**	,870**	1	,644**	,654**	,485**	,580**	,520**	,602*	,505*	,599*	,803**
Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.5 Pearson Correlation	,379**	,555**	,616**	,644**	1	,853**	,559**	,592**	,462**	,539*	,550*	,719*	,785**
Sig. (2-tailed)	,002	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.6 Pearson Correlation	,507**	,561**	,619**	,654**	,853**	1	,646**	,686**	,495**	,612*	,524*	,710*	,828**

	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.7	Pearson Correlation	,569**	,524**	,522**	,485**	,559**	,646**	1	,880**	,562**	,711*	,391*	,542*	,781**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,002	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.8	Pearson Correlation	,707**	,683**	,624**	,580**	,592**	,686**	,880**	1	,623**	,763*	,503*	,623*	,876**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.9	Pearson Correlation	,537**	,400**	,456**	,520**	,462**	,495**	,562**	,623**	1	,840*	,427*	,632*	,742**
	Sig. (2-tailed)	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.10	Pearson Correlation	,700**	,606**	,526**	,602**	,539**	,612**	,711**	,763**	,840**	1	,514*	,657*	,859**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.11	Pearson Correlation	,330**	,327**	,455**	,505**	,550**	,524**	,391**	,503**	,427**	,514*	1	,648*	,656**
	Sig. (2-tailed)	,008	,009	,000	,000	,000	,000	,002	,000	,000	,000		,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2.12	Pearson Correlation	,485**	,485**	,566**	,599**	,719**	,710**	,542**	,623**	,632**	,657*	,648*	1	,810**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000

N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
X2	Pearson Correlation	,744**	,753**	,791**	,803**	,785**	,828**	,781**	,876**	,742**	,859**	,656**	,810**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

3. Hasil Olah Data Variabel Quarter Life Crisis (Y)

		Correlations												
		Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y
Y.1	Pearson Correlation	1	,700*	,528*	,549*	,538*	,458*	,451*	,367*	,557*	,446*	,367*	,331*	,659*
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,003	,000	,000	,003	,008	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
Y.2	Pearson Correlation	,700*	1	,701*	,649*	,719*	,543*	,520*	,533*	,758*	,693*	,471*	,525*	,822*
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
Y.3	Pearson Correlation	,528*	,701*	1	,863*	,796*	,609*	,574*	,465*	,524*	,568*	,362*	,329*	,767*
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,004	,008	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
Y.4	Pearson Correlation	,549*	,649*	,863*	1	,805*	,674*	,591*	,480*	,533*	,599*	,419*	,384*	,792*
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,002	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63

Y.5	Pearson Correlation	,538*	,719*	,796*	,805*	1	,821*	,637*	,523*	,669*	,769*	,545*	,594*	,885*
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
Y.6	Pearson Correlation	,458*	,543*	,609*	,674*	,821*	1	,620*	,501*	,554*	,730*	,543*	,605*	,807*
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
Y.7	Pearson Correlation	,451*	,520*	,574*	,591*	,637*	,620*	1	,675*	,516*	,632*	,465*	,489*	,754*
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
Y.8	Pearson Correlation	,367*	,533*	,465*	,480*	,523*	,501*	,675*	1	,686*	,613*	,625*	,553*	,743*
	Sig. (2-tailed)	,003	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
Y.9	Pearson Correlation	,557*	,758*	,524*	,533*	,669*	,554*	,516*	,686*	1	,766*	,740*	,769*	,852*
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
Y.10	Pearson Correlation	,446*	,693*	,568*	,599*	,769*	,730*	,632*	,613*	,766*	1	,768*	,753*	,881*
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63

Y.1 1	Pearson													
	Correlati	,367*	,471*	,362*	,419*	,545*	,543*	,465*	,625*	,740*	,768*	1	,878*	,762*
	on	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*		*	*
	Sig. (2-	,003	,000	,004	,001	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000
	tailed)													
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
Y.1 2	Pearson													
	Correlati	,331*	,525*	,329*	,384*	,594*	,605*	,489*	,553*	,769*	,753*	,878*	1	,765*
	on	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*		*
	Sig. (2-	,008	,000	,008	,002	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000
	tailed)													
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63
Y	Pearson													
	Correlati	,659*	,822*	,767*	,792*	,885*	,807*	,754*	,743*	,852*	,881*	,762*	,765*	1
	on	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	
	Sig. (2-	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	tailed)													
	N	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63	63

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

*Lampiran 5. Hasil Olah Data SPSS Uji Reliabilitas***1. Hasil Olah data Uji Reabilitas *Work Life Balance* (X1)**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,917	8

2. Hasil Olah data Uji Reabilitas *Financial Stress* (X2)

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,943	12

3. Hasil Olah data Uji Reabilitas *Quarter Life Crisis* (Y)

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,945	12

*Lampiran 6. Hasil Olah Data SPSS Uji Asumsi Klasik***1. Uji Normalitas**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		63
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	8,70989852
Most Extreme Differences	Absolute	,068
	Positive	,044
	Negative	-,068
Test Statistic		,068
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

2. Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a							
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta		Tolerance	VIF
1	(Constant)	17,208	6,083		2,829	,006	
	Work Life Balance	-,136	,191	-,070	-,711	,480	,916
	Financial Stress	,712	,099	,704	7,191	,000	,916

a. Dependent Variable: Quarter Life Crisis

3. Uji Heteroskedastisitas

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	13,465	3,152		4,271	,000
Financial Stress	-,091	,061	-,203	-1,503	,138
X11	-,122	,116	-,141	-1,045	,300

a. Dependent Variable: ABS_RES

*Lampiran 7. Hasil Olah Data Uji Hipotesis***1. Analisis Regresi Linier Berganda****Coefficients^a**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	17,208	6,083		2,829	,006
Work Life Balance	-,136	,191	-,070	-,711	,480
Financial Stress	,712	,099	,704	7,191	,000

a. Dependent Variable: Quarter Life Crisis

2. Uji t**Coefficients^a**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	17,208	6,083		2,829	,006
Work Life Balance	-,136	,191	-,070	-,711	,480
Financial Stress	,712	,099	,704	7,191	,000

a. Dependent Variable: Quarter Life Crisis

3. Analisis Koefisien Determinasi R²)**Model Summary^b**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,687 ^a	,473	,455	8,854	,473	26,887	2	60	,000

a. Predictors: (Constant), Financial Stress, Work Life Balance

b. Dependent Variable: Quarter Life Crisis

Lampiran 8. Kartu Konsultasi Bimbingan Skripsi

KARTU KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : DWI SISCHA ARDINA
 NIM : 21010137
 Tahun Angkatan : 2021
 Jurusan/Prodi : Manajemen
 Semester : VIII (DELAPAN)
 Judul Skripsi : Pengaruh Work Life Balance dan Stres Finansial Terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa STIE Cendekia Bojonegoro Yang Sudah Bekerja

Dosen Pembimbing : 1. Drs. Suparpro MM.
 2. Latifah Anom SE MM

REKOMENDASI						
No.	Tanggal	Pembimbing 1	Paraf	Tanggal	Pembimbing 2	Paraf
1.		Jurnal 1		22/4/25	Latar belakang	Anom
2.				5/5/25	Latar belakang + Bab 2	Anom
3.	14/5	Bab 1 & 3 Rev.		6/5/25	ACC Bab 1	Anom
4.	16/5	Bab 1 & 3 Rev.		8/5/25	Kerangka acuan, tra	Anom
5.				14/5/25	Uji t	Anom
6.				14/5/25	ACC seminar	Anom
7.	8/8	Bab 1-5 Rev.		1/7/25	Kuesioner	Anom
8.				18/8/25	Hasil penelitian	Anom
9.	10/8	Bab 1-5 Rev.		8/8/25	Hasil penelitian	Anom
10.				10/8/25	Pembahasan	Anom
11.				10/8/25	Saran	Anom
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						

Bojonegoro, 13 Agustus 2025
 STIE Cendekia Bojonegoro
 Ka. Prodi Manajemen
 Anom
 Latifah Anom SE, MM
 NUPTK. 4834751652230152