

HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *SELF ACCEPTANCE* PADA USIA *QUARTER LIFE CRISIS*

Aullya Eka Pradina¹ Hesty Yuliasari²

RINGKASAN

Individu dengan *self efficacy* tinggi pada usia *quarter life crisis* akan mempengaruhi proses penerimaan dirinya, artinya bahwa ketika individu yang yakin terhadap kemampuannya menunjukkan penerimaan diri yang baik. Berdasarkan dengan hal tersebut, individu pada usia *quarter life crisis* dapat fokus terhadap dirinya sendiri dengan mengatur segala tindakan yang dimiliki sesuai dengan realita keadaannya, hal ini juga menjadikan individu mampu melangkah maju dengan yakin terhadap kemampuan dirinya. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menguji secara empiris hubungan antara *self efficacy* dengan *self acceptance* pada usia *quarter life crisis*. Karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah individu yang berada pada rentang usia 20-29 tahun berjenis kelamin laki-laki atau perempuan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode kuantitatif korelasional untuk melihat hubungan antar variabel. Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu skala *self efficacy* modifikasi dari Amalia (2021) berdasarkan teori dan aspek Bandura, kemudian skala *self acceptance* modifikasi dari Utami (2013) berdasarkan teori dan aspek Sheerer. Hasil uji hipotesis penelitian ini sebesar 5,75 dan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga menunjukkan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima, artinya terdapat hubungan yang positif antara *self efficacy* dengan *self acceptance* pada usia *quarter life crisis*. Persentase sumbangan efektif variabel *self efficacy* terhadap *self acceptance* pada penelitian ini yaitu sebesar 33%.

Kata Kunci: *self efficacy, self acceptance, quarter life crisis.*

RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND SELF ACCEPTANCE AT AGE OF QUARTER LIFE CRISIS

Aullya Eka Pradina¹ Hesty Yuliasari²

ABSTRACT

Individuals with self efficacy high for aged quarter life crisis will affect the process of self-acceptance, meaning that when individuals who are confident in their abilities show good self-acceptance. Accordingly, individuals at the age quarter life crisis can focus on himself by managing all his actions according to the reality of his situation. This also makes the individual able to move forward with confidence in his abilities. The purpose of this study is to test empirically the relationship between self efficacy with self acceptance at age quarter life crisis. The characteristics of the subjects in this study were individuals who were in the age range of 20-29 years, male or female. The method used in this research is to use correlational quantitative methods to see the relationship between variables. The data collection tool used is the scale self efficacy modification from Amalia (2021) based on theory and aspects of Bandura, then scale self acceptance modification of Utami (2013) based on Sheerer's theory and aspects. The results of the research hypothesis test were 5.75 and the p value was 0.000 ($p < 0.05$) indicating that the hypothesis in this study was accepted, meaning that there was a positive relationship between self efficacy and self acceptance at age quarter life crisis. The percentage of effective contribution is variable self efficacy to self acceptance in this study that is equal to 33%.

Keywords: *self efficacy, self acceptance, quarter life crisis.*