

HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KECEMASAN MEMILIH PASANGAN HIDUP PADA WANITA USIA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI *QUARTER LIFE CRISIS*

Rizky Safitri¹ Arini Mifti Jayanti²

INTISARI

Latar Belakang: Masa dewasa awal adalah fase perpindahan dari remaja menuju dewasa. Selain itu pada masa ini, individu juga berada pada fase *quarter life crisis*. Wanita lebih mudah mengalami *quarter life crisis* seperti merasa cemas, tertekan akan tuntutan lingkungan sekitar dan khawatir terhadap status hubungan yang dimilikinya. Harga diri dapat mempengaruhi banyak hal dalam kehidupan. Salah satunya dalam memilih pasangan hidup. Setiap wanita usia dewasa awal memiliki harga diri yang berbeda-beda tergantung bagaimana wanita pada usia ini menilai dirinya.

Tujuan Penelitian: Mengetahui dan menguji secara empiris hubungan antara harga diri dengan kecemasan memilih pasangan hidup wanita usia dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis*.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional dengan alat pengumpulan data menggunakan skala Rosenberg *Self Esteem Scale* yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Azwar (2019) dan skala kecemasan memilih pasangan hidup berdasarkan aspek kecemasan menurut Nevid (2018).

Hasil Penelitian: Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh hasil uji normalitas sebesar 0,183 ($p > 0,05$) untuk variabel harga diri dan 0,270 ($p > 0,05$) untuk variabel kecemasan memilih pasangan hidup sehingga dapat dikatakan data terdistribusi normal. Selain itu, hasil uji linearitas memperoleh 0,612 ($p > 0,05$) sehingga dikatakan terdapat hubungan linear antara kedua variabel. Dan hasil uji hipotesis diperoleh nilai $r = -0,245$ dan $p = 0,01$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Menunjukkan adanya hubungan negatif antara harga diri dengan kecemasan memilih pasangan hidup pada wanita usia dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis* dengan $r = -0,245$ dan $p = 0,01$ sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci: harga diri, kecemasan, pasangan hidup, quarter life crisis, wanita dewasa awal

¹ Mahasiswa Program Studi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE RELATIONSHIP OF SELF-ESTEEM WITH THE ANXIETY OF CHOOSING A LIFE PARTNER IN EARLY ADULT WOMEN THOSE WHO HAVE EXPERIENCED QUARTER LIFE CRISIS

Rizky Safitri¹ Arini Mifti Jayanti²

ABSTRACT

Background: Early adulthood is the transition phase from adolescence to adulthood. In addition, individuals are also in the phase of a quarter life crisis. It is easier for women to experience a quarter life crisis, such as feeling anxious and worrying about the status of their relationship. Self-esteem can affect choosing a life partner. Every woman in early adulthood has a different self-esteem depending on how women at this age judge themselves.

Objective: Determine the relationship between self-esteem and anxiety in choosing a life partner for women in early adulthood who experienced a quarter life crisis.

Methods: This study uses correlational quantitative methods with data collection tools using the Rosenberg Self Esteem Scale which has been adapted into Indonesian by Azwar (2019) and the anxiety scale of choosing a life partner based on aspects of anxiety according to Nevid (2018).

Results: Based on the results of data analysis, the results of the normality test were 0.183 ($p > 0.05$) for the self-esteem variable and 0.270 ($p > 0.05$) for the anxiety variable in choosing a life partner so the data normally distributed. The results of the linearity test obtained 0.612 ($p > 0.05$) so there was a linear relationship between the two variables. And the results of hypothesis testing obtained the value of $r = -0.245$ and $p = 0.01$ ($p < 0.05$).

Conclusion: Shows that there is a negative relationship between self-esteem and anxiety about choosing a life partner in early adult women who experience a quarter life crisis. It can be said that the hypothesis in this study is accepted.

Keywords: anxiety, early adult woman, life partner, quarter life crisis, self-esteem

¹ Student Of Psychology Program Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Lecturer Of Psychology Program Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta