

Daftar Isi

Lembar Persetujuan	i
Lembar Pengesahan	ii
Lembar Pernyataan Bebas Plagiarism	iii
Lembar Pernyataan	v
Lembar Persembahan	vi
Abstrak	vii
Kata Pengantar	viii
Ucapan Terima Kasih	ix
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Bab 1	15
Pendahuluan	15
A. Latar Belakang Masalah	15
B. Rumusan Masalah	19
C. Tujuan Penelitian	19
D. Kegunaan penelitian	20
Bab 2	21
Tinjauan Pustaka	21
A. Tinjauan Pustaka	21
<i>Gratitude</i>	21
Mindfulness	25
<i>Quarter life crisis</i>	29
B. Kerangka Pemikiran	33
Hipotesis Penelitian	36
Bab 3	38
Metode Penelitian	38
A. Rancangan Penelitian	38
Variabel Penelitian	38

<i>Gratitude</i>	39
<i>Mindfulness</i>	40
<i>Quarter life crisis</i>	41
Subjek Penelitian	41
Populasi	42
Sampel	42
Prosedur Penelitian dan Instrumen Pengambilan Data	43
Prosedur Penelitian	43
Teknik pengumpulan data.....	43
Instrumen Penelitian	44
Instrumen <i>Gratitude</i>	44
Instrumen <i>Mindfulness</i>	45
Instrumen <i>Quarter life crisis</i>	45
Analisis Instrumen Penelitian.....	47
Analisis Item.....	47
Uji Validitas	47
Uji Reliabilitas.....	52
Teknik Analisis Data	53
Analisis Statistik Deskriptif.....	53
Analisis Statistik Inferensial.....	53
Uji Asumsi Klasik	53
Uji Normalitas.	53
Uji Autokorelasi.....	53
Uji Linearitas	54
Uji Heterokedastisitas.....	54
Uji Multikolinieritas	54
Uji Analisis Regresi Linear Berganda	54
Bab 4	56
Hasil dan Pembahasan	56
1. Jenis Kelamin Responden.....	56
3. Rentang Usia Responden.....	57
B. Analisis Statistik Deskriptif.....	57

C. Analisis Statistik Inferensial	58
Uji Asumsi Klasik.....	58
Uji Normalitas	58
Uji Autokorelasi.....	59
Uji Linearitas	60
Uji Heterokedastisitas.....	61
Uji Multikolinearitas.....	62
D. Uji Regresi Linier Berganda	63
- Uji F (Pengaruh Model Secara Keseluruhan)	63
- Uji T (Pengaruh Masing-Masing Variabel Independen dengan <i>Quarter life crisis</i>)	63
Koefisien Determinasi.....	65
E. Gambaran Variabel Penelitian	66
- Gambaran <i>Gratitude</i>	66
- Gambaran <i>Mindfulness</i>	66
- Gambaran <i>Quarter life crisis</i>	67
F. Pembahasan Penelitian.....	67
Bab 5	71
Simpulan dan Saran	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	73
Lampiran: Kisi-kisi Instrumen	77