

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu di dunia ini pasti pernah merasakan masalah dalam hidupnya. Bahkan dapat disebutkan bahwa masalah adalah kehidupan itu sendiri. Usia 20-30 tahun merupakan usia rentan mengalami masalah. Pada usia itu seseorang sudah mulai mengeksplor diri, hidup terpisah dari orangtua dan mengembangkan diri. Individu yang tidak mampu melewati tahap perkembangan ini dengan baik akan menghadapi berbagai persoalan dan mulai mengalami berbagai masalah psikologis karena terus terombang-ambing dalam ketidak-pastian yang disebut *quarter-life crisis*.

Quarter-life crisis adalah perasaan khawatir yang hadir atas ketidakpastian kehidupan di masa mendatang. Baik itu seputar pertemanan, karir, dan kehidupan sosial di usia 20-an yang terkait dengan mimpi dan harapan (Habibie et al, 2019: 130). Permasalahan tersebut biasanya hadir dalam kehidupan mahasiswa. Mahasiswa biasanya menghadapi masalah akademis juga tuntutan dari orangtua terhadap langkah apa yang akan diambil nanti setelah lulus.

Konseling karir menjadi solusi serta upaya dalam menangani masalah yang hadir dikalangan mahasiswa. Konseling karir dapat dijadikan sebagai langkah antisipasi untuk mempersiapkan mahasiswa yang akan terjun ke dalam dunia kerja. Layanan yang dibutuhkan mahasiswa berupa bantuan mengenai

informasi tentang jenis pendidikan lanjut yang tepat, pemahaman kekuatan dan potensi untuk memasuki dunia kerja, serta mengembangkan sikap juga keterampilan yang diperlukan untuk bekerja. Kabar baiknya, secara umum konseling karir telah dilaksanakan pada sebagian sekolah dan perguruan tinggi di Indonesia.

Penulis melakukan observasi di Sekolah Tinggi Agama Islam PERSIS Bandung. Berlokasi di Jalan Ciganitri No.2, Cipagalo, Kecamatan Bojongsoang, Kabupaten Bandung, Jawa Barat. STAIPI Bandung adalah lembaga penyelenggara pendidikan tinggi di bidang ilmu agama Islam di lingkungan PERSIS. Mahasiswa di STAIPI Bandung rata-rata memasuki usia 19-25 tahun dimana biasanya sedang merasakan *quarter-life crisis*. Lembaga Karir STAIPI Bandung mengatakan bahwa permasalahan yang dirasakan mahasiswa mengenai karir mereka yaitu kebimbangan dalam pemilihan keputusan, putus asa, penilaian negatif terhadap diri sendiri, terjebak dalam situasi yang sulit, perasaan cemas, tertekan dan khawatir terhadap relasi.

Lembaga Karir STAIPI Bandung juga mengatakan permasalahan *quarter-life crisis* yang paling sering dirasakan mahasiswa adalah pertama, kebimbangan dalam pemilihan keputusan setelah lulus yaitu akan langsung bekerja atau lanjut sekolah ke jenjang yang lebih tinggi. Kedua, penilaian diri yang negatif yaitu merasa dirinya tidak mempunyai keterampilan apapun yang dapat membuat dirinya diterima ditempat kerja nanti setelah lulus. Ketiga, permasalahan yang paling banyak dirasakan adalah perasaan cemas yaitu hadir kecemasan-kecemasan mengenai ketidakpastian pekerjaan setelah lulus.

Terutama untuk mahasiswa jurusan Pendidikan Agama Islam Semester VIII, Lembaga Karir STAIPI Bandung menjelaskan hadir perasaan khawatir tentang ketidakpastian seperti khawatir tidak bisa lulus tepat waktu, bingung mengenai pekerjaan yang akan dikerjakan nanti, cemas memikirkan ada yang akan menerima mereka bekerja atau tidak, tidak percaya diri dapat menjadi guru, khawatir tidak sukses dan lain sebagainya.

Lembaga Karir STAIPI Bandung menjelaskan dampak yang didapat mahasiswa dari permasalahan *quarter-life crisis* ini yaitu krisis emosional diantaranya depresi, stress, tidak nafsu makan, tidak sanggup melakukan kegiatan sehari-hari, tidak percaya diri, selalu merasa kurang atau tidak puas, kehilangan arah dan yang paling parah adalah keinginan untuk bunuh diri. Hal ini jika tidak diatasi dengan baik akan berpengaruh pada kualitas akademik dan kehidupan sosial mahasiswa.

Untuk membantu mahasiswa dalam mengatasi permasalahan *quarter-life crisis*, Lembaga Karir STAIPI Bandung melakukan program Konseling Karir. Di dalamnya berisi mengenai penanganan karir atau penentuan jalan kedepannya untuk mahasiswa. Layanan ini dilakukan dengan cara memberikan pembelajaran mengenai sistem rekrutmen, informasi mengenai lowongan pekerjaan yang sesuai dengan jurusan serta pemberian konseling kepada mahasiswa yang memiliki masalah mengenai pekerjaan yang akan dilakukan saat ini/lulus nantinya.

Konseling saat ini masih dilakukan secara individu bukan kelompok, dikarenakan kekurangan tenaga kerja yang memang memiliki dasar pendidikan konseling konseling. Saat pandemi, layanan ini dilakukan melalui website resmi STAIPI Bandung. Karena kondisi mengenai virus corona terus membaik, layanan konseling karir dilakukan secara tatap muka kembali. Melihat semua fenomena ini, penulis tertarik untuk meneliti tentang *Pengaruh Konseling Karir Terhadap Penanganan Masalah Quarter-Life Crisis Dikalangan Mahasiswa*.

B. Perumusan Masalah

1. Bagaimana penerapan layanan konseling karir dikalangan mahasiswa STAIPI Bandung?
2. Bagaimana penanganan masalah *quarter-life crisis* dikalangan mahasiswa STAIPI Bandung?
3. Seberapa besar pengaruh konseling karir terhadap penanganan masalah *quarter-life crisis* dikalangan mahasiswa STAIPI Bandung?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui penerapan layanan konseling karir dikalangan mahasiswa STAIPI Bandung.
2. Mengetahui penanganan masalah *quarter-life crisis* dikalangan mahasiswa STAIPI Bandung.
3. Mengetahui pengaruh konseling karir terhadap penanganan masalah *quarter-life crisis* dikalangan mahasiswa STAIPI Bandung.

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan yang diharapkan oleh penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa dalam menambah wawasan atau ilmu pengetahuan serta memperluas pemahaman tentang Bimbingan dan Konseling Islam khususnya dalam layanan konseling karir.

2. Secara Praktis

Pada bagian ini akan dijelaskan mengenai manfaat praktis yaitu yang pertama bagi sekolah dan guru serta yang kedua bagi penulis selanjutnya. Adapun penjelasan lengkap untuk masing-masing bagian sebagai berikut:

- a. Bagi Sekolah dan Guru

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dalam memberikan bantuan kepada mahasiswa khususnya dalam penanganan *quarter-life crisis*.

- b. Penulis Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai rangkaian penelitian yang dilakukan dan berguna untuk membuat layanan selanjutnya yang dapat diuji coba program Bimbingan dan Konseling Islam yang lainnya.

E. Penelitian Yang Relevan

Jurnal yang ditulis oleh Chantika Rahmadhania dengan topik konseling karir tahun 2019 berjudul *Layanan Konseling Karir Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Self Efficacy Siswa Dalam Pengambilan Keputusan*, disebutkan bahwa hasil dan kondisi efikasi diri siswa yang mengikuti konseling karir dan layanan konseling mengalami peningkatan kemampuan untuk menentukan, memelihara dan bertanggung jawab atas pilihan karir mereka.

Penelitian dengan topik *quarter-life crisis* pada tahun 2020 oleh Ameliya Rahmawati Putri yang berjudul *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Quarter-life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Raden Intan Lampung*, hasil tulisannya menyatakan bahwa *quarter-life crisis* adalah masa puncak ketidakstabilan, perubahan terus-menerus, terlalu banyak pilihan, perasaan panik dan tidak berdaya yang muncul pada individu dalam rentang usia 18-29 tahun.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Hamidah Syafira pada tahun 2021 berjudul *Pengaruh Rasa Syukur Terhadap Quarter-life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Angkatan 2017 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, menyatakan bahwa *quarter-life crisis* merupakan krisis kehidupan yang terjadi di usia 20-30 tahun. Krisis ini dapat menyerang kesehatan mental siswa jika terus berlanjut. Banyaknya pilihan dan permasalahan yang akan dihadapi mahasiswa semester akhir ditambah dengan

tren membual tentang prestasi di media sosial, membuat mahasiswa semakin dilematis menghadapi ketidakpastian masa depan.

Jurnal lain yang ditulis oleh Siti Maspuroh dengan topik bimbingan karir tahun 2019 berjudul *Layanan Konseling Karir Dalam Meningkatkan Kematangan Karir Siswa Di Kelas XII*, menyebutkan bahwa hasil dari konseling karir dalam meningkatkan kematangan karir siswa adalah siswa mampu merencanakan, mengambil keputusan karir cermat sesuai dengan minat, bakat dan kemampuan siswa serta mampu mempersiapkan diri menghadapi karir yang dipilih.

F. Kerangka Pemikiran

1. Landasan Teori

a. Konseling Karir

Konseling karir adalah suatu proses bantuan, pelayanan informasi dan pendekatan untuk mengambil keputusan karir dan mengakui bahwa keputusan tersebut paling tepat/sesuai dengan keadaannya dalam kaitannya dengan persyaratan karir atau studi lanjut yang akan ditempuh. Menurut Sukardi, konseling karir adalah pelayanan bantuan yang diberikan kepada individu untuk memilih, mempersiapkan, menyesuaikan, dan memantapkan diri dalam pendidikan dan pekerjaan yang sesuai serta memperoleh kebahagiaan darinya. Sedangkan terkait dengan sekolah, konseling karir dapat dilihat sebagai proses pengembangan berkelanjutan yang membantu terutama dalam hal perencanaan karir, pengambilan keputusan,

pengembangan keterampilan/keahlian, informasi karir, dan pemahaman diri. (Defriyanto dan Purnamasari, 2016: 208)

Pusat informasi karir idealnya dimiliki oleh setiap perguruan tinggi, sebagai wadah terselenggaranya proses konseling karir mahasiswa. Konseling karir merupakan bagian dari pelayanan yang harus diberikan kepada mahasiswa dan merupakan salah satu poin penilaian dalam akreditasi perguruan tinggi. Metode atau cara pelaksanaan konseling karir dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut: (1) layanan orientasi; (2) layanan informasi; (3) konseling individu dan (4) konseling kelompok (Pasmawati, 2018: 10-11).

b. *Quarter-Life Crisis*

Quarter-life crisis adalah perasaan khawatir yang hadir atas ketidakpastian hidup di masa depan. Baik itu tentang persahabatan, karir, dan kehidupan sosial di usia 20-an yang terkait dengan mimpi dan harapan. Mahasiswa yang berusia 20-an juga tidak bisa lepas dari masalah *quarter-life crisis* (Habibie, 2019: 130).

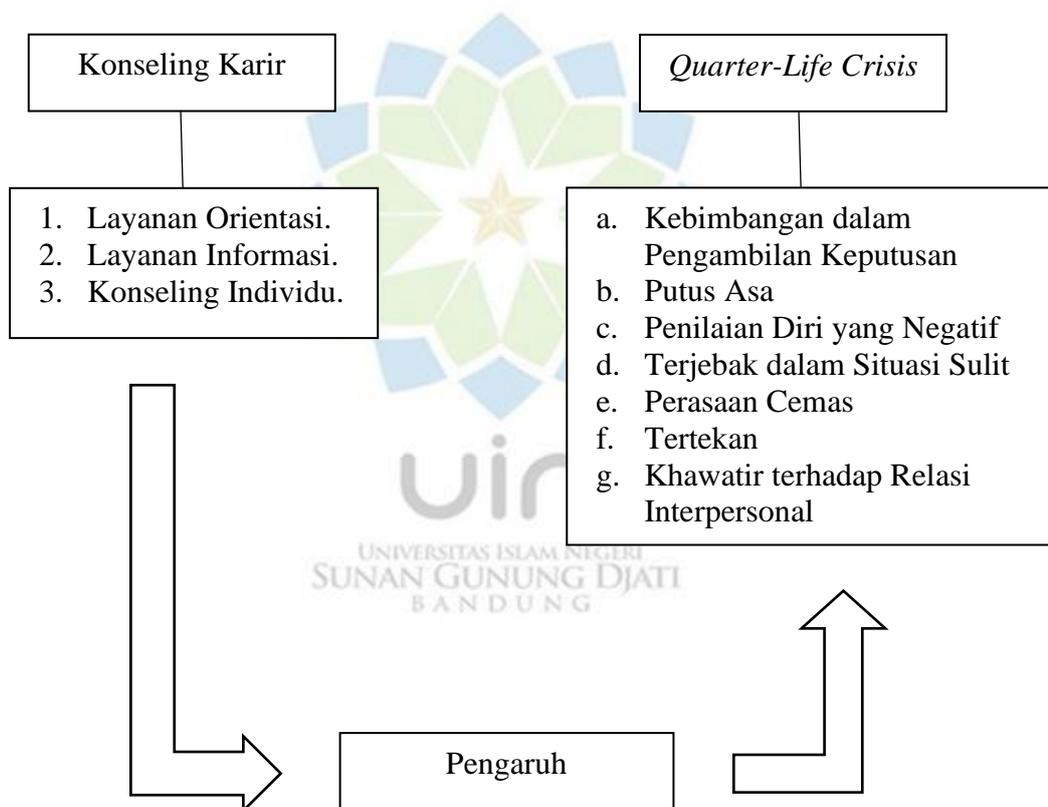
Menurut paparan Robbins dan Wilner, ada tujuh bentuk masalah dalam *quarter-life crisis*, yaitu (1) keragu-raguan dalam pengambilan keputusan; (2) putus asa; (3) penilaian diri negatif; (4) terjebak dalam situasi yang sulit; (5) perasaan cemas; (6) tertekan dan (7) khawatir tentang hubungan interpersonal (Putri, 2020: 16-20). Lompatan akademik yang sering dialami mahasiswa ke dunia kerja terkadang menimbulkan luka dan ketidakstabilan emosi sehingga

mengalami krisis emosi. Krisis yang dialami siswa disebabkan oleh berbagai tuntutan hidup yang mereka hadapi. Umumnya, penyebab utama krisis adalah karena tuntutan dari orang tua tentang langkah apa yang harus diambil di masa depan dan stres karena masalah akademik. (Kartika et al, 2018: 10)

2. Skema Kerangka Pemikiran

Gambar 1.1

Skema Kerangka Pemikiran



3. Desain Penelitian

X = Konseling Karir

Y = Quarter-life Crisis

O = Mahasiswa STAIPI Bandung

G. Hipotesis

Dalam penelitian ini yang berjudul *Pengaruh Konseling Karir Terhadap Penanganan Masalah Quarter-Life Crisis Dikalangan Mahasiswa STAIPI Bandung*, maka rumusan hipotesis statistik disusun sebagai berikut:

H_0 = Tidak terdapat pengaruh konseling karir terhadap penanganan masalah *quarter-life crisis* dikalangan mahasiswa STAIPI Bandung.

H_1 = Terdapat pengaruh konseling karir terhadap penanganan masalah *quarter life crisis* dikalangan mahasiswa STAIPI Bandung.

H. Langkah-langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Dalam penelitian ini penulis akan melakukan penelitian di Sekolah Tinggi Agama Islam PERSIS Bandung atau lebih dikenal dengan disingkat STAIPI Bandung. Berlokasi di Jalan Ciganitri No.2, Cipagalo, Kecamatan Bojongsoang, Kabupaten Bandung, Jawa Barat. STAIPI Bandung adalah lembaga penyelenggara pendidikan tinggi di bidang ilmu agama Islam di lingkungan PERSIS. Alasan penulis memilih lokasi ini yaitu tersedianya data yang akan penulis jadikan objek penelitian dan adanya relevansi kajian yang penulis pelajari dengan rencana penelitian.

2. Paradigma dan Pendekatan

Dalam menyusun penelitian ini, peneliti menentukan paradigma positivisme. Paradigma positivisme adalah pola pikir tentang bagaimana cara pandang peneliti pada data fakta-fakta yang ada. Filsafat positivisme ialah filsafat yang menunjukkan jika ilmu alam adalah satu-satunya bentuk

dari manifestasi sumber pengetahuan yang tidak mengenal spekulasi karena keseluruhan hasil dari paradigma filsafat ini didasarkan pada data empiris. Alasan penulis memilih paradigma dan pendekatan ini yaitu sesuai dengan tujuan penelitian diantaranya meneliti suatu fenomena yang umum dan perilaku manusia yaitu permasalahan *quarter-life crisis*.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengeksplorasi populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data menggunakan instrumen penelitian, dan mengevaluasi data kuantitatif atau statistik untuk menguji hipotesis (Restiyaningrum, 2021: 13). Alasan penulis memilih metode ini yaitu ingin menguji teori. Bertujuan mengetahui apakah teori tersebut berpengaruh untuk objek penelitian dan juga jika datanya terukur dan jelas dapat dijadikan landasan dalam pengambilan langkah selanjutnya oleh STAIPI Bandung. Dengan penelitian kuantitatif ini juga membantu memahami fenomena ini dengan lebih sederhana karena jelas dan terukur.

4. Sumber dan Jenis Data

Sumber dan jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan Pendidikan Agama Islam Semester VIII STAIPI Bandung yang diperoleh melalui penyebaran angket. Sedangkan data sekunder yaitu data yang tidak diberikan secara langsung kepada pengumpul data, disebut data sekunder, biasanya berupa file dokumen atau

melalui orang lain. Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah informasi tentang gambaran umum STAIPI Bandung. Selain itu, sumber data sekunder diperoleh dari bahan pustaka seperti buku, jurnal, dan hasil penelitian terdahulu yang relevan. Alasan penulis memilih sumber dan jenis data tersebut dikarenakan data-data itu sangat diperlukan penulis dalam penelitian ini.

5. Populasi dan Sampel

Pengambilan populasi dan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan subjek dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016: 85). Alasan penulis memilih teknik ini yaitu penulis membutuhkan kriteria subjek berdasarkan kebutuhan penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan Pendidikan Agama Islam Semester VIII di STAIPI Bandung yang berjumlah 136 orang.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini berdasarkan petunjuk yang bisa digunakan antara lain:

- a. Apabila jumlah subyek dalam populasi kurang dari 100, maka lebih baik diambil semua dan pengambilan data penelitian bukan menjadi sampel melainkan populasi.
- b. Jika jumlah subyek tersebut lebih dari 100, maka dapat diambil antara:
 - 1) 10-15%
 - 2) 20-25%
 - 3) 30% atau lebih. (Abdullah, 2015: 234)

Penulis pada penelitian ini mengambil petunjuk dari nomor 2 yaitu 20-25%, atau lebih tepatnya 25% dari jumlah populasi. Berdasarkan pendapat diatas, maka sampel dalam penelitian ini diambil 25% dari 136 orang populasi yaitu 34 orang mahasiswa jurusan Pendidikan Agama Islam Semester VIII di STAIPI Bandung.

Hasil tersebut didapatkan dari pengambilan sampel menggunakan rumus Slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

n = Ukuran sampel

N = Ukuran populasi

e = Batas toleransi kesalahan atau nilai kritis (batas ketelitian) yang diinginkan (persen kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel populasi) 1%, 2%, 3%, 4%, 5%, 10%, 15%, 20%, 25%, 30% (Mundir, 2013: 172-173).

Penelitian ini mengambil batas toleransi kesalahan 15%. Sehingga dapat diketahui bahwa sampel yang akan diambil adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{136}{1+136 \times 15\%^2}$$

$$n = \frac{136}{4,06}$$

$$n = 33,4975$$

dari hasil perhitungan di atas, maka sampel yang diambil adalah 33,4975 dibulatkan menjadi 34 orang.

6. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data yang dikehendaki sesuai dengan permasalahan dalam penelitian ini, maka penulis menggunakan teknik sebagai berikut:

a. Teknik Observasi

Observasi disebut juga pengamatan, meliputi pemantauan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan semua indera. Adapun pada teknik ini penulis menggunakan observasi tidak terstruktur yaitu observasi yang tidak disiapkan secara sistematis tentang apa yang akan diobservasi (Sugiyono, 2011: 227-228). Penulis hanya mengamati objek yang akan diteliti. Observasi dilakukan di Lingkungan STAIPI Bandung. Metode ini digunakan untuk mengetahui layanan konseling karir dan penanganan masalah *quarter-life crisis* dikalangan mahasiswa STAIPI Bandung. Alasan penulis menggunakan teknik ini adalah untuk mengetahui secara langsung apa yang terjadi di tempat penelitian mengenai variabel dan objek penelitian.

b. Teknik Wawancara

Teknik wawancara yang sering disebut dengan wawancara atau angket lisan adalah dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk memperoleh informasi dan diwawancarai. Adapun pada teknik ini penulis menggunakan wawancara semi terstruktur dimana pelaksanaannya lebih bebas dan boleh tanpa pendoman wawancara,

tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka dan pihak yang diajak wawancara diminta pendapat dan ide-idenya. (Sugiyono, 2011: 233). Dalam penelitian ini teknik digunakan untuk menggali data tentang layanan konseling karir dan permasalahan *quarter-life crisis* serta hubungan keduanya terhadap mahasiswa STAIPI Bandung. Wawancara ini dilakukan terhadap Ketua Lembaga Karir. Alasan penulis menggunakan teknik ini adalah untuk mengetahui secara jelas dari sumber terpercaya yaitu Lembaga Karir STAIPI Bandung mengenai variabel dan objek penelitian.

c. Teknik Kuesioner

Teknik kuesioner atau angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden berupa laporan tentang kepribadiannya atau hal-hal yang ingin diketahuinya. Adapun angket yang digunakan yaitu angket tertutup yakni penulis telah menyediakan jawabannya untuk responden. Dalam penelitian ini teknik digunakan untuk mencari data yang berhubungan langsung dengan keadaan subyek yang berupa pengaruh konseling karir terhadap penanganan masalah *quarter-life crisis* dikalangan mahasiswa STAIPI Bandung.

Penggunaan alternatif jawaban dalam angket menggunakan skala Linkert yaitu terbagi dalam lima pilihan diantaranya sangat tidak sesuai, tidak sesuai, kurang sesuai, sesuai, sangat sesuai. Penggunaan

alternatif jawaban angket menggunakan teknik penyusunan skala Likert. Teknik skala Likert memberikan suatu nilai skala untuk tiap alternatif jawaban yang berjumlah lima kategori. Pemberian skor pada lima kategori tersebut dilakukan dengan ketentuan berikut:

- 1) Untuk pernyataan positif, sangat sesuai diberi skor 5, sesuai 4, kurang sesuai 3, tidak sesuai 2, sangat tidak sesuai 1.
- 2) Untuk pernyataan negative sangat sesuai diberi skor 1, sesuai 2, kurang sesuai 3, tidak sesuai 4, sangat tidak sesuai 5. (Syahrudin dan Salim, 2014: 150)

Kuesioner ini dilakukan terhadap mahasiswa jurusan Pendidikan Agama Islam Semester delapan di STAIPI Bandung yang berjumlah 136 orang. Masing-masing item dalam skala berbentuk pertanyaan positif (*favorable*) dan pertanyaan negatif (*unfavorable*). Dalam penelitian ini penulis menggunakan dua angket berdasarkan jumlah variabel yaitu:

- 1) Angket Persepsi Mahasiswa Tentang Konseling Karir (X)

Angket ini mengenai persepsi mahasiswa mengenai layanan konseling karir di STAIPI Bandung. Angket terdiri dari 3 indikator yang dalam setiap indikator terdapat pertanyaan positif (*favorable*) dan pertanyaan negatif (*unfavorable*).

Tabel 1.1**Indikator Favorabel dan Unfavorable Variabel X (Konseling Karir)**

No	Indikator	Nomor Item		Total Item
		Favorable	Unfavorable	
1	Layanan Orientasi	1,3,5,7	2,4,6,8	8
2	Layanan Informasi	9,11,12,14,15	10,13,16	8
3	Layanan Konseling Individu	17,19,21,23,24	18,20,22	8
Jumlah		14	10	24

2) Angket Persepsi Mahasiswa Tentang *Quarter-Life Crisis* (Y)

Angket ini mengenai persepsi mahasiswa mengenai penanganan masalah *quarter-life crisis* di STAIPI Bandung. Angket terdiri dari 7 indikator yang dalam setiap indikator terdapat pertanyaan positif (*favorable*) dan pertanyaan negatif (*unfavorable*).

Tabel 1.2**Indikator Favorabel dan Unfavorable Variabel Y (*Quarter-life Crisis*)**

No	Indikator	Nomor Item		Total Item
		Favorable	Unfavorable	
1	Kebimbangan Dalam Pengambilan Keputusan	3	1,2,4	4
2	Putus Asa	7	5,6,8	4
3	Penilaian Diri Yang Negatif	10	9,11,12	4
4	Terjebak Dalam Situasi Sulit.	13,15	14,16	4
5	Perasaan Cemas	19	17,18,20	4
6	Tertekan	22,23	21,24	4

7	Khawatir Terhadap Relasi Interpersonal	25,27	26,28	4
Jumlah		10	18	28

7. Teknik Analisis Data

a. Uji Validitas

Suatu instrumen dikatakan valid apabila menunjukkan alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data tersebut valid atau dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya. Tes ini digunakan untuk mengukur validitas hasil jawaban angket yang menunjukkan kedalaman pengukuran suatu alat ukur. Menurut Sugiyono, syarat minimal untuk memenuhi syarat valid adalah *r-hitung* lebih besar dari *r-tabel*. Pengujian yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan aplikasi Microsoft Excel 2019. (Nanincova, 2019: 2)

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah sejauh mana ukuran menciptakan respon yang sama dari waktu ke waktu dan lintas situasi, dikatakan reliabel jika hasil pengukuran dari alat ukur tersebut stabil dan konsisten. Uji reliabilitas dilakukan dengan menguji statistik *Cronbach Alpha*, dengan ketentuan variabel yang dikatakan reliabel adalah nilai *Cronbach Alpha*. Pengujian yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan aplikasi Microsoft Excel 2019. (Nanincova, 2019: 2-3)

c. Uji Normalitas

Menurut Ghozali, uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi variabel bebas dan variabel terikat berdistribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik memiliki sebaran data yang normal atau mendekati normal, yaitu sebarannya tidak menyimpang ke kiri atau ke kanan (kurva normal). (Nanincova, 2019: 3) Pengujian yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan aplikasi Minitab 16.

d. Uji Heteroskedastisitas

Ghozali mengatakan bahwa uji heteroskedastisitas bertujuan untuk mengetahui apakah dalam suatu model regresi terdapat ketidaksamaan varian dari residual satu pengamatan ke pengamatan lainnya. Uji heteroskedastisitas untuk menguji terjadi atau tidaknya heteroskedastisitas, dilihat dari nilai koefisien korelasi *Rank Spearman* antara masing-masing variabel bebas dengan variabel pengganggu (Nanincova, 2019: 3). Pengujian yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan aplikasi Minitab 16.

e. Uji Autokorelasi

Menurut Ghozali dan Ratmono, uji autokorelasi bertujuan untuk mengetahui korelasi antara kesalahan residual (residual) pada periode t dan kesalahan pada periode $t-1$ (sebelumnya) pada saat pengujian model regresi linier. (Permana, 2019: 78) Pengujian yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan aplikasi Minitab 16.

f. Uji Regresi Sederhana

Uji regresi linier sederhana bertujuan untuk mengetahui pengaruh satu variabel terhadap variabel lainnya. Variabel yang mempengaruhi disebut variabel bebas atau independent, dan variabel yang dipengaruhi disebut variabel terikat atau dependent (Aripin, 2017: 32). Pengujian dilakukan dengan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics 26.

g. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Koefisien determinasi digunakan untuk mengukur besarnya kemampuan model regresi dalam menjelaskan variabel terikat (Nanincova, 2019: 3). Koefisien determinasi (K_d) yang merupakan kuadrat dari regresi linier sederhana dan biasanya dinyatakan dalam persentase (%), digunakan untuk mengetahui persentase pengaruh variabel X (Konseling Karir) terhadap variabel Y (*Quarter-life Crisis*) (Restiyaningrum, 2021: 22). Pengujian dilakukan dengan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics 26.

h. Uji F

Ferdinand mengatakan uji F digunakan untuk melihat apakah model regresi yang ada layak atau tidak. Layak artinya model regresi yang ada dapat digunakan untuk menjelaskan pengaruh variabel independen (konseling karir) terhadap dependen (*quarter-life crisis*). (Nanincova, 2019: 3) Pengujian dilakukan dengan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics 26.

i. Uji T

Ghozali mengatakan uji T digunakan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat. (Nanincova, 2019: 3) Pengujian dilakukan dengan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics 26.

