1. **Blueprint Skala Harga Diri (Variabel X)**

Skala harga diri (self esteem) yang diadopsi berdasarkan teori Coopersmith dengan reliabilitas 0,897 dengan aspek: 1. Kekuasaan (Power), 2. Keberartian (Significance), 3. Kebajikan (Virtue), 4. Kemampuan (Competence).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Aspek** | **Indikator** | **Nomor Aitem** | |
| **Favorable** | **Unfavorable** |
| Kekuasaan | Mampu mengatur dan mengendalikan tingkah laku diri | 6 | 2, 16 |
| Mampu mengatur dan mengendalikan tingkah | 4 | 25 |
| Keberartian | Kepedulian dari orang lain | 1 | 3, 7 |
| Perhatian dari orang lain | 8 | 9, 18 |
| Afeksi (kasih sayang) dari orang lain | - | 11, 12 |
| Kebajikan | Ketaatan mengikuti kode moral | 13, 14 | 5, 15 |
| Memiliki etika hidup | 17 | 10, 19 |
| Memiliki prinsip-prinsip keagamaan | 20, 23 | 21, 22 |
| Kemampuan | Mampu memenuhi tuntutan prestasi | 24 | - |
| **TOTAL** | | **10** | **15** |

1. **Blueprint Skala Quarter Life Crisis (Variabel Y)**

Skala yang digunakan adalah skala quarter life crisis yang diadopsi berdasarkan teori Robbins & Wilner dengan reliabilitas 0,822 dengan aspek: 1. Bimbang dalam mengambil keputusan, 2. Putus asa, 3. Penilaian diri yang negatif, 4. Terjebak dalam situasi sulit, 5. Tertekan, 6. Cemas, 7. Khawatir dengan hubungan interpersonal.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Aspek** | **Indikator** | **Nomor Aitem** | |
| **Favorable** | **Unfavorable** |
| Kebimbangan dalam pengambilan keputusan | Merasa bimbang dalam menentukan pilihan | 1, 2 | - |
| Mempertanyakan kembali keputusan yang telah diambil | 3 | - |
| Putus asa | Merasa yang dilakukan sia-sia | - | 4 |
| Merasa gagal dalam hidup | 5 | 6 |
| Penilaian diri yang negatif | Menganalisis diri secara berlebihan | 7 | 8 |
| Merasa hidup tidak memuaskan | - | - |
| Terjebak dalam situasi sulit | Merasa berada pada situasi yang berat | 9 | 10 |
| Merasakan kesulitan dalam menentukan tujuan | - | 11 |
| Cemas | Merasa takut gagal | - | 12 |
| Merasa khawatir yang berlebihan | 13 | - |
| Tertekan | Merasakan tekanan hidup yang semakin berat | 14 | - |
| Khawatir terhadap hubungan interpersonal | Memikirkan hubungan dengan teman, keluarga, pasangan dan karier | 15, 16 | 17 |
| **TOTAL** | | **10** | **17** |

1. **Blueprint Skala Kesepian (Variabel Mediasi)**

Skala kesepian (loneliness) yang diadobsi dari teori The Revised UCLA Loneliness Scale oleh Russell et all dengan reliabilitas 0,94 dengan aspek: 1. Social loneliness, 2. Emotional loneliness

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Aspek** | **Indikator** | **Nomor Aitem** | |
| **Favorable** | **Unfavorable** |
| Social Loneliness | Tidak memiliki keterlibatan dalam kelompok dan merasa dikucilkan atau ditolak oleh jaringan sosial | 7, 10, 12, 13, 14 | 1, 2, 5, 9 |
| Emotional Loneliness | Merasa ketidakhadiran hubungan emosional yang intim dan merasa tidak memiliki hubungan bermakna dengan sosok intim | 3, 4, 6, 8, 11 | - |
| **TOTAL** | | **10** | **4** |