

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, N. H., & Afandi, M. (2021). *Quarter life crisis*: Bentuk kegagalan ego merealisasikan superego di masa dewasa awal. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 18(2), 162-185.
- Afnan, Fauzia, R., & Utami Tanau, M. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase *Quarter life crisis* Relationship of Self-Efication With Stress in Students Who Are in the *Quarter life crisis* Phase. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23–29.
- Afriany, F., Ruh Dwi, H., & Mardansyah. (2024). *Psychological Well Being Pada Masa Quarter life crisis*. *Journal Of Social Science Research*, 4, 363–373.
- Alfian, L. A. D., & Iriani, R. D. D. S. (2024). Self efficacy dan quarter life crisis di kalangan mahasiswa UMSIDA. *Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 13-13.
- Alkatiri, H., & Aprianty, R. A. (2024). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial pada *quarter life crisis* pada dewasa awal. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 7-7.
- Ananda, S. D., Mirwanti, R., & Permana, R. H. (2023). Gambaran self-efficacy dalam melaksanakan blended learning selama pandemi pada profesi ners fakultas keperawatan. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8), 2961-2970.
- Aprilia, T. (2023). *HUBUNGAN LAMA MENDERITA DAN HARGA DIRI TERHADAP RESILIENSI ODHA* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Arlinkasari, F., Rahmatika, R., & Akmal, S. Z. (2020). The Development of Career Decision Making Self-Efficacy Scale (Indonesia Version). *International Symposium on Business and Social Science, Jeju Island, South Korea*, 148-158.
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). hubungan Loneliness dan *Quarter life crisis* pada dewasa awal. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 21-31.
- Asrulla, R., Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan sampling (kuantitatif), serta pemilihan informan kunci (kualitatif) dalam

- pendekatan praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320-26332.
- Azmi, K. N., Azzahra, S. P., & Kusuma Dewi, V. (2024). Self-Efficacy Instrument for Students Experiencing Quarter Life Crisis in Bekasi City. *PARADE Riset*.
- Azzahra, A. (2023). Self-efficacy mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 11(1), 45–53.
- Black, A. S. (2020). *“Halfway between somewhere and nothing”: A exploration of the quarter-life crisis and life satisfaction among graduate students*. University of Arkansas.
- Blegur, J. (2020). *Soft skills untuk prestasi belajar: Disiplin percaya diri konsep diri akademik penetapan tujuan tanggung jawab komitmen kontrol diri*. Scopindo Media Pustaka.
- Dai, D. N. M. R. (2024). *Pengaruh self-compassion dan dukungan sosial terhadap quarter-life crisis pada mahasiswa tingkat akhir UIN Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Dewi, A. P., Lestari, A. C., Hariyanto, I. D., Berliana, W. F., & Sari, Z. P. (2025). PSIKOEDUKASI: MENGHIDUPKAN HARAPAN (HOPE) DAN OPTIMISME DALAM MENETAPKAN TUJUAN HIDUP BAGI SISWA MAN 4 BEKASI. *NETIZEN: JOURNAL OF SOCIETY AND BUSSINESS*, 2(6), 196-207.
- Dharma, G., & Akmal, S. Z. (2020). *Career decision making self-efficacy dan career indecision pada mahasiswa tingkat akhir*. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 2 (2), 1–19.
- Duara, R., Jones, S.H, dan Madill. A., (2022), Photo-elicitation And Time-lining To Enhance The Research Interview: Exploring The *Quarter life crisis* Of Young Adults In India And The UK, *Qualitative Research In Psychology*.
- Efendi, R. (2020). *Self efficacy*: Studi Indigenous pada Guru Bersuku Jawa. *Journal of Social and Industrial Psychology*, Vol. 2(No. 2), 61-67
- Fadhilah, F., Sudirman, S., & Zubair, A. G. H. (2022). *Quarter life crisis* pada Mahasiswa ditinjau dari Faktor Demografi. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(1), 29-35. <https://doi.org/10.56326>

- Fahyuni, E. F. (2021). *Buku Ajar Psikologi Perkembangan. Umsida Press*. <https://doi.org/10.21070/2019/978-602-5914-61-4>
- Firdasannah, A., & Suhana, S. (2025). Efektifitas Group Therapy untuk Menurunkan Kecemasan Mahasiswa yang Mengalami *Quarter life crisis*. *Jurnal Ilmiah Psikologi (JIPSI)*, 7(1), 73-85.
- Fitriani, H., Imanda, R., Juliana, R., Fakhrah, F., Unaida, R., & Alvina, S. (2023). Effectiveness of Prior Knowledge-based Flipped Learning strategy to increase students' self-efficacy. *International Journal of Trends in Mathematics Education Research*, 6(4), 332-337.
- Fitzgerald, S. T. (2020). Self-efficacy theory: Implications for the occupational health nurse. *AAOHN Journal*, 39(12), 552-557. <https://doi.org/10.1177/216507999103901202>.
- Gendolang, N. M., & Ambarwati, K. D. (2023). Self-efficacy dan quarter life crisis pada mahasiswa rantau dari luar Pulau Jawa. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(2), 253-264.
- GenSindo. (2020). Survei: 5 Hal Paling Dicemaskan saat Quarter Life Crisis. <https://gensindo.sindonews.com/read/14429/700/survei-5-hal-paling-dicemaskan-saat-quarter-life-crisis-1588370747>
- Habibie, A., Sholichatun, Y., & Rahayu, I. T. (2023). *The role of life meaningfulness on the quarter-life crisis of university students in Indonesia 's new capital*. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, December.
- Hanifah, N. K. (2023). *Hubungan antara Self efficacy dan dukungan sosial teman sebaya dengan quarter life crisis pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi* (Vol. 4, Issue 1) [Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung]. <http://repository.radenintan.ac.id/28104/>
- Hasanah, P. N., Faozi, B. F., & Fitriani, V. R. N. (2023). Hubungan harga diri dengan kecemasan sosial pada remaja. *JKSA-Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 5(1), 47-54.
- Hastutiningtyas, W. R., & Rosdiana, Y. (2021). Reaksi Psikologis Anak Belajar Daring (Online) Pada Masa Pandemi Covid-19 Di SDN Sumberejo 1 Purwosari Pasuruan. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(1), 16-23.

- Iqomah, I., Meyritha, M., & Yoga, Y. (2021). Gambaran Quarterlife Crisis pada Emerging Adulthood. *Jurnal Psikologi Terapan*, 4(2), 93-101.
- Ismiati, I., Rahmawati, D., & Putri, A. (2023). Perbedaan pola pikir laki-laki dan perempuan dalam menghadapi stres akademik. *Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(2), 134–142.
- Jasmine, K. (2020). Pengaruh Self-Esteem Dan Self-Efficacy Terhadap Motivasi Dalam Menyelesaikan Tugas Pada Siswa Smkn 1 Cilaku Cianjur. *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2020. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2020. 4.
- Kirandita, P. (2023). *Quarter life crisis: Kehidupan Dewasa Datang, Krisis pun Menghadang*. Tirto.Id. <https://tirto.id/quarter-life-crisis-kehidupan-dewasa-datang-krisis-pun-menghadang-dkvU>
- Kotijah, S., Yusuf, A., Sumiatin, T., & Putri, V. S. (2021). Masalah psikososial. *Diakses pada*, 11(21), 2023.
- Kountul, Y. P., Korompis, G. E. C., & Katuuk, M. E. (2021). Hubungan stres dengan kecemasan pada mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 1-7.
- Mardhiah, M. (2024). Studi Statistik tentang Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengambilan Keputusan Siswa dalam Memilih Jurusan Pendidikan. *Al-Amin: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sosial Humaniora*, 2(1), 65-72.
- Moma, L. (2020). Self-efficacy matematik pada siswa SMP. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 3(2), 85-94.
- Muttaqien, F., & Hidayati, F. (2020). Hubungan *Self efficacy* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2015. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 5(1), 75-84.
- Notoatmodjo, S. (2020). Metodologi penelitian kesehatan.
- Noviana, A. N. (2025). *HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA KEPERAWATAN UNISSULA* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).

- Noviana, A. N., Sari, D. P., & Handayani, R. (2024). Hubungan self-efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Mental*, 12(1), 22–30.
- Nugraha, A. C. W., Sarasati, B., Azzahra, S. A., & Permatasari, W. (2024). Dinamika “insecurity” psikologis pada dewasa awal yang mengalami hubungan pacaran. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(2), 4188-4204.
- Oktaviani, P. M., & Soetjningsih, C. H. (2023). *Dukungan Sosial Dan Quarter life crisis Pada Fresh Graduate. Proyeksi*, 18 (2), 237.
- Pamungkas, P. R., & Hendrastomo, G. (2024). *Quarter life crisis di kalangan mahasiswa. Saskara: Indonesian Journal Of Society Studies*, 1.
- Pratiwi, D., & Lestari, S. (2022). Orientasi karier mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi dunia kerja. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 101–109.
- Putri, A., Lubis, B. H., Daulay, A. A., Lubis, R., Siregar, A. R. P., Risdi, M. F., & Hidayat, M. N. (2025). Agama Pada Masa Dewasa. *Karakter: Jurnal Riset Ilmu Pendidikan Islam*, 2(2), 246-258.
- Putri, D. I. R., Hafnidar, H., & Julistia, R. J. (2023). Gambaran Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi Universitas Malikussaleh. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 324-341.
- Rahmah, A. F., Sukiati, D. S., & Kusumandari, R. (2023). *Quarter life crisis pada early adulthood : Bagaimana tingkat resiliensi pada dewasa awal ? INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 959–967.
- Rahman, A. A., Usalmy, N. W., Suárez, C. A. H., & Refugio, C. N. (2025). The impact of project-based learning on mathematics interest and self-efficacy among senior high school students. *Jurnal Elemen*, 11(1), 133-152.
- Rahmawati, N., Hidayat, D. R., & Fitriani, A. (2021). Self-efficacy dan keputusan melanjutkan studi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(1), 66–74.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2019). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.
- Robbins, A. & Wilner, A. (2020) *Quarterlife crisis : the unique challenges of life in your twenties*. USA : Penguin Putnam Inc.

- Rofiqah, T., Yanizon, A., & Taufiqurrahman, M. (2023). *Quarter life crisis The Milenial In Terms Of A Gestalt Approach*. Proceeding, 1(2022), 107–116.
- Rosdiana, Y., & Hastutin Hastutiningtyas, W. R. (2021). Self Efficacy Tinggi Meningkatkan Self Regulation Learning Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 9(2), 248-256. <https://doi.org/10.33366/jc.v9i2.2366>.
- Sallata, J. M. M., & Huwae, A. (2023). Resiliensi dan quarter life-crisis pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(5), 2103-2112.
- Salsabila, I. T. (2022). *Dinamika Psikologis Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Quarter life crisis* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Santri, D. D., Nurrochmah, C., & Pradana, H. H. (2025). Dinamika *Quarter life crisis* pada Masa Dewasa Awal. *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, 3(1), 118-131.
- Santrock, W. J. (2020). *Life-Span development jilid 1 : perkembangan masa-hidup /John W. Santrock ; editor: Novietha I. Sallama*.
- Saragih, N. M. (2022). Pengaruh Mastery Experience Dan Persuasi Sosial Terhadap Peningkatan Self-Efficacy Pegawai Pada Instansi Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Deli Serdang. *Accumulated Journal (Accounting and Management Research Edition)*, 3(2), 132-141.
- Sari, D. T. (2022). Hubungan Antara *Self efficacy* Dengan *Quarter life crisis* Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area. *Psikologi*, 1.
- Sari, D. T., & Aziz, A. (2022). Hubungan antara *Self efficacy* dengan *Quarter life crisis* pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 4(1), 82–90. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v4i1.1122>
- Setiono, E. D. K. (2024). *Psikologi keluarga*. Penerbit Alumni.
- Sigar, V., Solang, D. J., & Sengkey, M. M. (2023). The Relationship between Social Support and *Quarter life crisis* in Early Adulthood in Kolongan Village, Tomohon City. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan (JISIP)*, 7(4), 3321-3329. <https://doi.org/10.58258/jisip.v7i1.5802/http>

- Simbolon, P., Turnip, H., Damanik, C., & Tamba, R. (2025). Mekanisme dan perilaku individu. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 4(1), 669-679.
- Slamet, R., & Aglis, A. H. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan, dan Eksperimen*. Deepublish, 373.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung : Penerbit Alfabeta.
- Sujarweni, V. W. (2022). *Metodelogi penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Perss, 74.
- Sujudi, M., A., & Ginting, B. (2020). Quarterlife crisis di masa pandemi covid-19 pada mahasiswa semester akhir universitas sumatera utara. *Buddayah: Jurnal Pendidikan Antropologi*, 2(2). 105-112.
- Tazkiyyah, D. (2024). *Hubungan kecerdasan emosional dan Meaning in Life dengan perencanaan karir di Fase Quarter-life Crisis* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).
- Umah, R. (2021). Pengaruh kematangan karir terhadap quarter life crisis pada mahasiswa psikologi yang sedang mengerjakan skripsi. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Utami, S., Rufaidah, A., & Nisa, A. (2020). Kontribusi self-efficacy terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi Covid-19 periode April-Mei 2020. *TERAPUTIK Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 8.
- Wahid, A. N. (2022). *Skripsi Hubungan antara Career Decision Making Self-Efficacy Dengan Quarter life crisis Pada Mahasiswa yang Sedang Mengrjakan Skripsi*. Psikologi (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- World Health Organization (WHO). (n.d). *Quarter life crisis*. Retrieved September 2023.
- Wuisang, M., Tendean, A. F., & Jamco, B. (2021). Hubungan Self-Efficacy Dengan Orientasi Masa Depan Pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Skolastik Keperawatan* 7(2), 134-140, <https://doi.org/10.35974/jsk.v7i2.2641>.
- Wulandari, R., & Suryadi, B. (2020). Minat berwirausaha ditinjau dari self-efficacy pada mahasiswa. *Jurnal Kewirausahaan*, 5(1), 23–31.

Yorra M. L. (2020). Self-efficacy and self-esteem in third-year pharmacy students. *American journal of pharmaceutical education*, 78(7), 134. <https://doi.org/10.5688/ajpe787134>

Zuni. (2021). *Quarter life crisis Menerkam Kaum Millenial*. P2Kk.Umm.Ac.Id, 1.

Zwagery, R. V., & Yuniarrahmah, E. (2021). Psikoedukasi “*Quarter life crisis*: Choose the right path, what should i do next?”. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 272-280.

