

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN
SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS*
PADA MAHASISWA PERANTAU YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI**

SKRIPSI

Disusun Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) Pada Fakultas
Ushuluddin dan Studi Agama

**Disusun Oleh:
Hanifah Khairin Nisa
NPM 1831080038**

Program Studi : Psikologi Islam



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1444 H/ 2023 M**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN
SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN *QUARTER LIFE CRISIS*
PADA MAHASISWA PERANTAU YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI**

SKRIPSI

Disusun Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) Pada Fakultas
Ushuluddin dan Studi Agama

**Disusun Oleh:
Hanifah Khairin Nisa
NPM 1831080038**

Program Studi : Psikologi Islam

**Pembimbing I : Dra. Yusafrida Rasyidin, M.Ag
Pembimbing II : Eska Prawisudawati Ulpa, M.Si**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1444 H/ 2023M**

ABSTRAK

Hubungan antara *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Oleh :

Hanifah Khairin Nisa

Quarter life crisis adalah kebingungan masa depan setelah lulus kuliah. Masalah yang dihadapi berkisar pada kehidupan karir, pekerjaan, hubungan dengan keluarga dan lawan jenis. Adapun faktor yang di duga dapat mempengaruhi *quarter life crisis* ialah *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *quarter life crisis*. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara *self efficacy* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi, ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi, ada hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa anggota Ikam Lampung Barat sebanyak 80 anggota. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Sampel yang digunakan sebanyak 50 orang dengan teknik pengumpulan data menggunakan skala *quarter life crisis*, skala *self efficacy*, dan skala dukungan sosial teman sebaya. Skala *quarter life crisis* berjumlah 24 aitem dengan ($\alpha = 0,898$), skala *self efficacy* berjumlah 17 aitem dengan ($\alpha = 0,885$), skala dukungan sosial teman sebaya berjumlah 12 aitem dengan ($\alpha = 0,877$). Teknik analisis yang digunakan ialah analisis regresi berganda dua predictor dengan menggunakan alat bantu *software SPSS*.

Hasil penelitian pertama adalah ada hubungan yang negatif signifikan antara *self efficacy* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi dengan nilai $(r_{xy}) = -0,415$ sig 0.003 ($p < 0,01$) dengan sumbang efektif sebesar 18.758%. Hipotesis kedua mendapatkan hasil adanya hubungan yang

negatif signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi dengan nilai $(r_{xy}) = -0.346$ sig. 0.014 ($p < 0.05$) dengan sumbang efektif sebesar 13.424% hasil hipotesis yang ketiga ialah adanya hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa merantau yang sedang menyusun skripsi dengan nilai $R = 0,657$ dan nilai $F = 11.150$ dengan sig $p < (0.01)$ dengan sumbang efektif sebesar 0,332.

Kata kunci : *quarter life crisis*, *self efficacy*, dan dukungan sosial teman sebaya



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalam'ualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hanifah Khairin Nisa

NPM : 1831080038

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul "Hubungan Antara *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Perantau yang Sedang Menyusun Skripsi" merupakan asli karya peneliti dan bukan hasil plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Bandar Lampung, 10 April 202

Yang menyatakan

A handwritten signature in black ink is written over a 1000 Rupiah postage stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'SEPTULUH RIBU RUPAH', '1000', and '70 METERKI TEMPEL'. The serial number '43C49AJK003T45596' is visible at the bottom of the stamp.

Hanifah Khairin Nisa

NPM. 1831080038



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA

Jl. Letkol. H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung 35131 Telp (0721) 703289

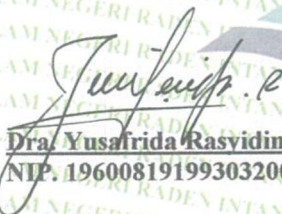
PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **Hubungan Antara *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Quartet Life Crisis* Pada Mahasiswa Perantau yang Sedang Menyusun Skripsi**
Nama : Hanifah Khairin Nisa
NPM : 1831080038
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama


MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam sidang
Munaqosyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I


Dra. Yusafriada Rasvidin, M.Ag
NIP. 196008191993032001

Pembimbing II


Eska Prawisudawati Ulpa, S.Psi, M.Si
NIP. 1960031319890310005

Mengetahui
Ketua Program Studi Psikologi Islam


Drs. M. Nursalim Malay, M.Si
NIP. 196301011999031001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA

Jl. Letkol. H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung 35131 Telp (0721) 703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “ Hubungan Antara *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Quartet Life Crisis* Pada Mahasiswa Perantau yang sedang Menyusun Skripsi ” disusun oleh Hanifah Khairin Nisa NPM: 1831080038, program studi: Psikologi Islam, telah diujikan dalam sidang Munaqosyah di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung pada Hari/Tanggal: **Kamis 13 April 2023**

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua Penguji : **Drs. H. M. Nursalim Malay, M.Si** (.....) 

Sekretaris : **Indah Dwi Cahya Izzah, M.Psi** (.....) 

Penguji Utama : **Dr. Andi Thahir, M.Ag** (.....) 

Penguji Pendamping I : **Dra. Yusafriada Rasyidin, M.Ag** (.....) 

Penguji Pendamping II : **Eska Prawisudawati Ulpa, M.Si** (.....) 

Mengetahui
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama



Dr. Ahmad Isnaini, M.A
 07403302000031001

MOTTO

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ هَٰذَا ذِكْرُ الْفَوْزِ
الْكَبِيرِ

Sungguh, orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, mereka akan mendapat surga yang mengalir di bawahnya sungai-sungai, itulah kemenangan yang agung.

(QS. Al-Buruj : 11)



PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarokatuh

Sembah sujud serta rasa syukur kepada Allah SWT. Atas segala nikmat iman dan Islam yang telah memberikanku kemudahan di setiap kesulitan, memberikan kekuatan, memberikan nikmat sehat serta selalu menjaga dan membimbingku ke jalan kebenaran. Atas segala karunia-Mu dan segala kemudahan yang telah engkau berikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sholawat serta salam selalu tucurahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW.

Dengan ini aku persembahkan hasil karyaku kepada orang-orang yang aku cintai dan sayangi yang telah rela mengkorbankan materil, waktu, tenaga, serta kasih dan sayangnya.

1. Untuk kedua orang tuaku ayahanda Ahmad Khairul Anwar dan untuk ibundaku Naini. Terima kasih telah memberikanku segala cinta dan kasih sayang selama ini, Terima kasih untuk segala doa yang telah engkau berikan tiada henti, terima kasih telah membimbingku dan memberikan pelajaran apa artinya hidup dan selalu memberikan semangat sehingga aku bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Untuk adikku Novan Hadad Anwar Terima kasih telah memberikan hari-hariku dengan kebahagiaan, terima kasih atas bantuan dan semangatnya di saat aku merasa kesusahan dalam menyelesaikan proses kuliah ini hingga saat selesainya skripsi ini. Semoga Allah selalu mencurahkan segala kebaikan untukmu.

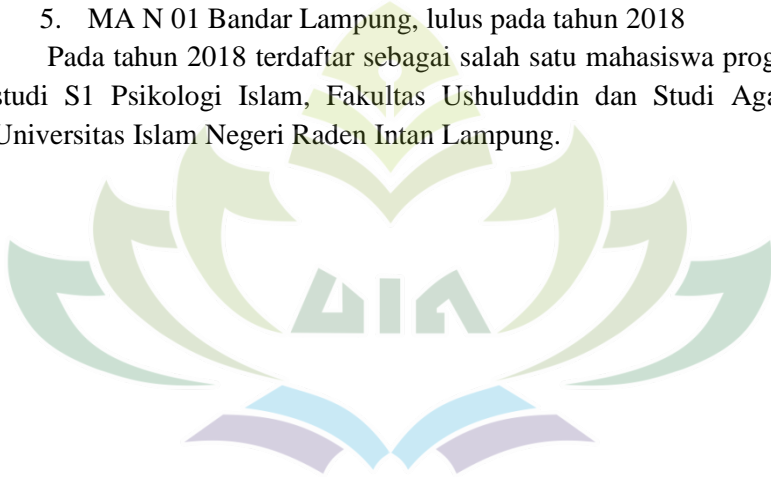
RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap peneliti Hanifah Khairin Nisa. Peneliti lahir di Bandar Lampung, 1 September 2000. Peneliti merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Ahmad Khairul Anwar dan Ibu Naini. Alamat peneliti di Jatimulyo, Jatiagung, Lampung Selatan, Lampung.

Berikut adalah riwayat hidup peneliti :

1. TK Kasih Ibu Bandar Lampung, 2005-2006
2. SD N 02 Waydadi, Bandar Lampung, 2006-2008
3. SD N 01 Jatimulyo, Lampung Selatan, lulus pada tahun 2012
4. MTS N 02 Bandar Lampung, lulus pada tahun 2015
5. MA N 01 Bandar Lampung, lulus pada tahun 2018

Pada tahun 2018 terdaftar sebagai salah satu mahasiswa program studi S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirahim

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarokatuh

Alhamdulillahirobbil'alamin assholatu wassalamu ala asrofil Ambiyai wal mursalin wa ala alihi wa shohbihi ajma'in. Puji syukur peneliti ucapkan atas keberadaan Allah SWT. Yang mana telah memberikan segala nikmat berupa ilmu pengetahuan, kemudahan, serta petunjuk-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan segala kemudahan yang diberikan akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang mana sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi. Peneliti menyadari bahwa selama proses penelitian masih jauh dari kata sempurna dikarenakan keterbatasan satu dan lain hal. Sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kualitas penelitian di masa yang akan datang.

Terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang ikut turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. H. Wan Jamaluddin Z, M. Ag.,ph.D selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. Ahmad Isnaeni, M.A selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
3. Bapak Drs. M. Nursalim Malay, M.Si selaku ketua prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Ibu Annisa Fitriani, S.Psi., M.A selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam yang telah membantu memberi arahan untuk peneliti dalam berbagai hal terutama dalam hal perkuliahan yang telah menyetujui skripsi saya untuk di sidangkan.
4. Ibu Intan Islamia, M.Sc selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan motivasi-motivasi yang membangun selama perkuliahan hingga saat ini.

5. Ibu Dra. Yusafrika Rasyidin, M.Ag selaku dosen pembimbing I yang selalu memberikan saran yang membangun dan yang selalu memberikan solusi serta ilmunya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Eska Prawisudawati Ulpa, M.Si selaku dosen pembimbing II yang selalu memberikan motivasi-motivasi positif dan selalu memberikan arahan ilmunya serta waktu untuk membimbing peneliti hingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu dosen Prodi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan studi Agama, UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan pengajaran ilmu untuk peneliti selama ini.
8. Bapak dan Ibu Staff Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang telah membantu peneliti dalam proses administrasi selama masa kuliah.
9. Epan Dirpa selaku ketua Organisasi Perma Lampung Barat, dan Eko Wiyanto selaku ketua Organisasi Ikam Lampung Barat yang telah memberikan izin penelitian kepada peneliti.
10. Anggota Perma Lampung Barat dan Ikam Lampung Barat yang sudah bersedia dan membantu menjadi partisipan untuk menyelesaikan skripsi ini.
11. Untuk keluargaku tercinta khususnya ayahanda, Ibunda dan adikku tersayang yang selalu mencintai dan selalu mendoakan peneliti di suka maupun duka sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
12. Untuk Anggi Aditia, Rhica Anissa Niagara dan Nur Aisyah Terima kasih telah menjadi sahabat serta partner yang selalu memberikan waktunya dan menjadikan tempat berkeluh kesah sehingga membuat peneliti tidak patah semangat dalam proses menyelesaikan skripsi ini.
13. Untuk teman-temanku tersayang Novia Claudia, syami Deviana fitri, Puji Rahayu, Robiatin, Dhita amanda Putri Sultan, Dian Munawaroh yang selalu menemani disaat

peneliti kesulitan dalam proses perkuliahan sampai selesainya skripsi ini.

14. Terima kasih untuk teman-teman kelas D dan teman-teman angkatan 2018 yang selalu memberikan kesan-kesan indah dan mewarnai masa kuliah peneliti.

Terima kasih banyak peneliti ucapkan untuk berbagai pihak yang mungkin tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang namanya sudah membantu dan memberikan motivasi untuk peneliti dalam proses menyelesaikan skripsi ini. Peneliti berharap atas apapun yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah SWT.

Bandar Lampung, 10 April 2023
Yang menyatakan

Hanifah Khairin Nisa
NPM. 1831080038



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
PERSETUJUAN.....	v
PENGESAHAN.....	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR DIAGRAM LINGKARAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Penelitian Relevan	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Quarter Life Crisis	13
1. Definisi Quarter Life Crisis	13
2. Aspek-aspek Quarter Life Crisis.....	14
3. Faktor-faktor Quarter Life Crisis	15
4. Fase yang dilalui Individu Dalam Quarter Life Crisis	17
5. Quarter Life Crisis Menurut perspektif Islam	18
6. Tahapan Quarter Life Crisis Dalam Perspektif Islam.....	20
B. Self Efficacy	21
1. Definisi Self Efficacy	21
2. Aspek-aspek Self Efficacy.....	21
C. Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	22
1. Definisi Dukungan Sosial Teman Sebaya	22
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya	23
D. Mahasiswa Perantau.....	24

1. Definisi perantau	24
2. Unsur Pokok perantau	24
E. Hubungan Antara Self Efficacy dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Quarter Life Crisis	25
F. Kerangka Berfikir	26
G. Hipotesis	26

BAB III METODE PENELITIAN

A. Definisi Oprasional Penelitian	29
B. Definisi Oprasional Variabel Penelitian	29
1. Quarter Life Crisis	29
2. Self Efficacy	29
3. Dukungan Sosial Teman Sebaya	30
C. Subjek Penelitian	30
1. Populasi dan Sampel.....	30
2. Teknik Pengambilan Sampel	31
D. Metode Pengumpulan data.....	31
1. Skala Quarter Life Crisis	31
2. Skala Self Efficacy	33
3. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	33
E. Validitas dan Resliabilitas.....	34
F. Teknik Analisis Data.....	34

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. A.Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian	35
1. Orientasi Kacah Penelitian.....	35
2. Persiapan Penelitian.....	36
3. Pelaksanaan Try Out Alat Ukur.....	38
4. Seleksi Aitem dan Reliabilitas Instrumen	38
5. Penyusunan Skala Penelitian	41
B. Pelaksanaan Penelitian	43
1. Penentuan Subyek Penelitian.....	43
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data	43
3. Skoring	44
4. Karakteristik Responden.....	44
C. Analisis Data Penelitian	46
1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian	46
2. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	47
3. Uji Asumsi.....	51
4. Uji Hipotesis.....	54
5. Pengujian Sumbangan Efektif	57

D. Pembahasan 58

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 61
B. Rekomendasi..... 61

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Flowchart hubungan antara VB1 dan VB2 dengan VT	26
Gambar 2. Uji Heterokedastisitas	53



DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Blue print quarter life crisis	31
Tabel 2.	Blue print self efficacy	33
Tabel 3.	Blue Print Dukungan Sosial Teman Sebaya	39
Tabel 4.	Hasil Seleksi Aitem Skala Quarter Life Crisis Setelah Try Out	40
Tabel 5.	Hasil Seleksi Aitem Skala Self Efficacy Setelah Uji Coba	41
Tabel 6.	Hasil Seleksi Aitem Dukungan Sosial Teman Sebaya Setelah Uji Coba	42
Tabel 7.	Sebaran Aitem Valid Skala Quarter Life Crisis	42
Tabel 8.	Sebaran Aitem Valid Skala Self Efficacy	43
Tabel 9.	Sebaran Aitem Valid Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya	47
Tabel 10.	Tabel Deskripsi Data Penelitian	48
Tabel 11.	Rumus Norma Kategorisasi Dengan Tiga Kategorisasi (Tinggi, Sedang, Rendah)	48
Tabel 12.	Kategori Quarter Life Crisis	49
Tabel 13.	Kategori Self Efficacy	50
Tabel 14.	Kategori dukungan sosial teman sebaya	51
Tabel 15.	Uji Normalitas Quarter Life Crisis, Self Efficacy, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	52
Tabel 16.	Hasil Uji Linieritas	54
Tabel 17.	Uji Multikolinieritas	54
Tabel 18.	Hasil Uji Hipotesis Self Efficacy dengan Quarter Life Crisis	55
Tabel 19.	Hasil Uji Hipotesis Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Quarter Life Crisis.....	56
Tabel 20.	Hasil Uji hipotesis Self Efficacy dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Quarter Life Crisis.....	56
Tabel 2.	Sumbangan Efektif Variabel Bebas Penelitian	57

DAFTAR DIAGRAM LINGKARAN

Diagram Lingkaran 1. Jenis Kelamin	45
Diagram Lingkaran 2. Usia Responden	45
Diagram Lingkaran 3. Pekerjaan Responden.....	46
Diagram Lingkaran 4. Kategori Quarter Life Crisis	48
Diagram Lingkaran 5. Kategori Self Efficacy	49
Diagram Lingkaran 6. Kategori Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	50



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan manusia mempunyai beberapa tahapan atau proses yang terjadi secara berurutan salah satunya ada masa dewasa awal. Menurut Hurlock (2011), mengkategorikan masa dewasa awal menjadi tiga masa yaitu, masa dewasa awal, masa dewasa menengah dan masa dewasa akhir. Dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa di mana hal ini biasanya di tandai oleh beberapa perubahan yang terjadi pada individu misalnya mulai beradaptasi hidup mandiri, mulai membangun sebuah relasi, karier, masa depan serta memula hubungan percintaan dengan lawan jenis (Hurlock, 2011).

Usia dewasa awal berkisar dari usia 20-30 tahun yang di tandai dengan adanya perubahan kehidupan di mana seseorang sudah bisa mengeksplorasi diri, mulai hidup terpisah dengan orang tua, serta mulai mengembangkan nilai-nilai yang sudah terinternalisasi sebelumnya. Pada fase ini individu yang mulai mengeskplorasi minat bakat seperti apa dan gaya hidup seperti yang mereka inginkan (Santrock, 2011). Masa dewasa awal memiliki ciri khas tersendiri salah satunya adalah individu yang akan di hadapkan oleh berbagai permasalahan baru yang nantinya individu tersebut di tuntut untuk dapat bertanggung jawab. Pada masa dewasa awal juga individu akan mengalami perubahan baik secara kognitif, fisik, maupun secara emosional agar menuju kepribadian yang semakin matang (Afnan et al., 2020).

Tahapan ini individu akan mendengar pertanyaan-pertanyaan dari orang-orang terdekat dan orang-orang sekitar seperti kapan wisuda, kapan memiliki pekerjaan tetap, kapan akan menikah dan masih banyak lagi. Setiap reaksi individu terhadap tuntutan tersebut akan berbeda-beda dan tidak semua individu dapat mengatasi tantangan yang mereka alami pada masa ini. Kondisi ini di sebut sebagai *wilner*, *wilner* yaitu didefinisikan sebagai *quarter life crisis* masa krisis yang di alami pada usia 20 tahunan yang di tandai dengan sebuah respon ketidakstabilan yang luar biasa, terjadinya perubahan secara terus

menerus, dihadapkan terlalu banyaknya pilihan serta merasa panik karena tidak berdaya. Mahasiswa adalah salah satu yang sering terkena dampak *quarter life crisis* karna mahasiswa sedang memasuki usia dewasa yaitu berkisar antara 18-25 tahun, pada saat ini mahasiswa harus bertanggung jawab terhadap perkembangan dirinya di masa dewasa (T. Sari & Aziz, 2022).

Menurut Santrock (2004), Mahasiswa adalah tingkat akhir atau sedang menyusun skripsi pada perguruan tinggi yang terdiri dari sekolah tinggi, institut, universitas, dan perguruan. Masa transisi dari sekolah menengah menuju masa perkuliahan melibatkan banyak perubahan dan memunculkan kondisi stres. Krisis yang di alami mahasiswa tingkat akhir biasanya di sebabkan oleh mencari judul skripsi, kecemasan dalam menghadapi dosen pembimbing, revisi yang terus menerus, hingga tuntutan untuk cepat menyelesaikan pendidikan dan kekhawatiran karir akan masa depan. Terutama

pada mahasiswa perantauan yang umumnya akan merasa berat saat pulang ke kampung halamannya namun tak kunjung lulus dan mendapatkan pekerjaan (Sujudi & GintIng, 2020).

Umumnya mahasiswa perantau adalah individu yang tinggal di daerah lain untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi dan mempersiapkan diri dalam mencapai suatu keahlian jenjang perguruan tinggi diploma, sarjana, magister, doktor, atau spesialis. Mahasiswa perantau dengan mahasiswa bukan perantau sangat berbeda, pelajar yang dari luar daerah harus mampu beradaptasi dengan lingkungan barunya, belum lagi apabila mereka belum kunjung menyelesaikan tugas akhir, mereka akan selalu ditanya oleh orang tuanya jika tidak kunjung menyelesaikan kuliah. Mahasiswa perantau sangat membutuhkan dukungan dari lingkungan teman-temannya untuk mengurangi dampak negatif yang dirasakan dan terjaganya kestabilan kesejahteraan subjektif (Hasibuan et al., 2018).

Mahasiswa merantau memiliki dampak positif dan negatif, dimana dampak positif mahasiswa merantau di kota lain adalah akan mendapatkan pendidikan yang lebih maju di kota perantauan, dimana mudahnya akses teknologi memudahkan mahasiswa dalam melaksanakan pendidikan, dan mahasiswa akan mudah mengenal teman baru di lingkungannya yang baru. Selain

dampak positif terdapat dampak negatif yaitu, dimana budaya atau kebiasaan yang dirasakan oleh mahasiswa perantau seperti jarang bertemu orang tua, dan mendapatkan gunjingan dari orang rumah apabila tidak segera lulus dan mendapatkan pekerjaan yang layak (Wulandari, 2022).

Mahasiswa perantau juga sangat sering sekali mengalami berbagaimacam permasalahan, yaitu seperti permasalahan kepercayaan diri, rindu akan orang tua, sulitnya mengatur keuangan,, kekhawatiran akan nilai kuliah, takut untuk tidak lulus tepat waktu, tuntutan dari orang tua apabila tidak kunjung lulus (Rosyadah, 2023).

Quarter life crisis sendiri dapat mengakibatkan tekanan serta rasa cemas seperti cemas akan pencapaian memikirkan akan masa depannya, cemas terhadap karir, peluang finansial, persaingan dalam suatu kelompok, cemas dalam menjalin hubungan, hingga kurangnya percaya diri, stress bahkan depresi (Mutiarra, 2018). Hal ini di dukung oleh penelitian yang di lakukan GenSINDO (2020). Responden yang berusia 18-25 tahun sebesar 95% mahasiswa dan sisanya pekerja, terdapat lima hal yang paling dicemasi saat memasuki usia dewasa awal yaitu karier, pendidikan, jodoh, persaingan global dan kesehatan (Huwaina & Khoironi, 2021).

Quarter life crisis memiliki tantangan hidup yang cukup dimana emosi dan berfikir menjadi sesuatu yang kompleks, penyebab adanya *quarter life crisis* karena perubahan dalam hidup dari masa remaja menuju masa dewasa yang menyebabkan ketidakstabilan dan terlalu banyak pilihan sehingga merasa tidak berdaya dan panik (Muttaqien & Hidayati, 2020). *Quarter life crisis* juga yaitu perasaan yang muncul di saat individu mencapai usia 20 tahunan, di mana individu merasa takut dalam melanjutkan hidup di masa yang akan datang, termasuk dalam urusan karier, relasi dan kehidupan sosial. *quarter life crisis* juga dapat di definisikan sebagai suatu respon ketidakstabilan yang memuncak, perubahan yang konstan, terlalu banyak pilihan serta perasaan panik dan tidak berdaya yang biasanya muncul di usia 18-29 tahun. Yang ditandai dengan munculnya saat individu sedang menyelesaikan perkuliahan, dengan karakteristik emosi seperti frustrasi, panik, khawatir, tidak tahu arah. Hal ini juga bisa mengakibatkan depresi dan gangguan psikis lainnya (Afnan et

al.,2020). dalam Al-Qur'an *quarter life crisis* tidak di jelaskan secara langsung, tetapi ada potongan yang menegaskan bahwa setiap kesulitan itu pasti ada kemudahan. pada QS. Al-Insyrah 5-6 yaitu :

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا، إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya : *Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.* (QS Al-Insyrah : 5-6)

Kesulitan pertama dalam ayat di ulang kembali pada ayat kedua dengan menggunakan *alif lam*, dan dua huruf ini memiliki pesan tersembunyi bahwa antara yang pertama dan kedua itu sama hakekatnya, adapun kemudahan yang di sebut dalam dua ayat di atas tidak ditampilkan dengan *alif* dan *lam* namun datang dengan *isim nakirah* (umum), maka kaidahnya apabila ada sebuah kata benda yang di ulang dua kali secara *ma'rifah* (jelas) maka yang kedua kalinya sama kedudukannya seperti pertama, melainkan sangat sedikit kasus yang keluar dari kaidah umum ini, dan apabila ada kata benda yang di ulang dua kali dengan ungkapan *nakirah* (umum) maka yang kedua bukan yang di maksud pada jumlah pertama, di karenakan yang kedua juga dengan lafad *nakirah*. Maka kesimpulannya, di dalam dua ayat di atas menjelaskan pada kita bahwa dalam dua kemudahan itu pasti ada satu kesulitan (tafsir al-Qurthubi). Tafsir di atas sesuai dengan remaja yang mengalami *quarter life crisis*, di mana remaja mengalami kesulitan itu pasti ada kemudahan dalam menentukan jalan hidupnya terutama pada mahasiswa yang mengalami tuntutan untu menyelesaikan tugas akhir, setelah lulus mencari pekerjaan yang layak dan masih banyak lagi.

Mahasiswa terutama pada masa tingkat akhir akan sering mengalami perasaan yang negatif seperti kesedihan, bingung, merasa bersalah, marah kepada diri sendiri, maupun kondisi terhadap yang di alaminya, hingga mengalami perasaan tertekan dan hilang harapan akan masa depan. Jika perasaan tersebut tidak di tangani maka akan mengakibatkan depresi pada mahasiwa (Atwood & Scholtz, 2008). Menurut data Kementrian Kesehatan (Kemenkes) pada tahun 2018 sebanyak 6,2% mahasiswa mengalami depresi hingga bunuh diri.

Adapun faktor yang mempengaruhi remaja mengalami *quarter life crisis* menurut Arnett (2004) terdapat dua faktor yang melatarbelakangi terjadinya *quarter life crisis* yaitu berangkat dari faktor internal yaitu ada dua ketidakstabilan (*instability*) dan kebimbangan (*feeling in between*). Di mana kedua faktor tersebut berkaitan erat dengan ketidakmampuan individu dalam menghadapi tekanan-tekanan saat berada dimasa peralihan, dimana individu akan mengalami kegagalan dalam melaksanakan tugasnya. Individu yang mengalami ketidakstabilan dan kebimbangan yang tinggi dapat dikatakan memiliki *self efficacy* yang rendah. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Muttaqien dan Hidayati (2020), Menyatakan mahasiswa yang mengalami *quarter life crisis* di akibatkan oleh *self efficacy* yaitu dengan persentase tingkat rendah sebesar 94,7%.

Self efficacy akan meningkat seiring bertambahnya waktu jika seiring dengan kemampuan dan menambahnya pengalaman, hal ini menanamkan perasaan, pemikiran dan tingkah laku bahwa individu mampu mengendalikan lingkungan (Fitriyah et al., 2019). Dengan demikian kepercayaan diri atau *self efficacy* sangatlah penting dimiliki oleh individu karena untuk melewati fase dewasa yang terbilang cukup sulit dilihat banyaknya tuntutan-tuntutan baik dari lingkungan sekitar maupun dari diri sendiri juga harapan-harapan yang harus dipenuhi. Maka dari itu diperlukan *self efficacy* agar dapat menghadapi segala permasalahan hidup di kemudian hari (Badriyah, 2022).

Selain *self efficacy* adapun faktor eksternal yang mempengaruhi *quarter life crisis* adalah dukungan sosial. Dukungan sosial yang meliputi teman, percintaan, dan juga keluarga, pekerjaan, karir, serta tantangan dalam bidang akademik. Individu akan selalu membutuhkan dukungan sosial dari orang lain. Dukungan sosial teman sebaya sendiri merupakan perilaku atau tindakan yang orang lain berikan dengan maksud memberikan bantuan atau dukungan terhadap orang lain (Rahmadian, 2022). Dukungan sosial teman sebaya juga merupakan dorongan dalam penyediaan sesuatu dalam memenuhi kebutuhan orang lain dengan bentuk motivasi dan nasihat. Dukungan sosial teman sebaya akan memberikan pengaruh kepada individu yang sedang mengalami *quarter life crisis* yang mana semakin besar

dukungan sosial teman sebayanya maka semakin sedikit pula tingkat kecemasan *quarter life crisis*, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman sebayanya maka semakin tinggi pula tingkat *quarter life crisisnya* (Hanapi & Agung, 2018). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Asrar & Taufani (2022), mengatakan dari 143 responden hasil data menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memberikan hasil signifikan sebesar terdapat 89%.

Dukungan sosial teman sebaya dapat mengurangi stres, depresi dan gangguan kesehatan mental. Dukungan sosial teman sebaya juga membuat individu merasa dicintai dan dihargai serta merasa dianggap ikut menjadi bagian dari suatu kelompok (Gottliet & Zimet dalam Asrar & Taufani, 2022). Dukungan sosial juga dapat memberikan kenyamanan secara fisik maupun psikologi yang diberikan terhadap teman atau anggota keluarga. Dukungan sosial juga dilihat seberapa besar individu dalam menjalin kontak kepada lingkungan teman-temannya atau keluarga (Oktariani, 2018).

Dukungan sosial teman sebaya dianggap cukup berpengaruh yang kuat dalam kehidupan individu daripada keluarga, sehingga dalam perkembangannya, individu lebih banyak menghabiskan waktu bersama dengan teman sebayanya, salah satunya berorganisasi (Asrar & Taufani, 2022).

Tak jarang mahasiswa banyak menghabiskan waktunya di organisasi, salah satunya adalah organisasi Perma Lambar (Persatuan Mahasiswa dan Pemuda Lampung Barat) dan Ikam Lambar (Ikatan Keluarga Mahasiswa Lampung Barat), adalah organisasi mahasiswa atau pemuda Lampung Barat yang merantau ke kota Bandar Lampung. Adapun hasil dari wawancara awal dengan lima orang mahasiswa perantau hasil yang di dapat yaitu: wawancara pertama dilakukan dengan mahasiswi berinisial NC yang berusia 23 tahun, NC mengatakan bahwa menyelesaikan tugas akhir adalah beban utama baginya, sulitnya mencari referensi, waktu bimbingan yang tidak menentu, dan banyaknya revisi terhadap tugas akhir, ditambah lagi tuntutan dari orang tua untuk lulus tepat waktu dan cepat untuk mencari pekerjaan yang layak, mengakibatkan beban yang sangat berat baginya.

Wawancara kedua yaitu dengan mahasiswa berinisial AA berusia 23 tahun, ia mengatakan belum bisa menyelesaikan tugas akhir dengan baik, dikarenakan saya harus bekerja di malam hari. Juga Sulitnya mencari referensi, sulit untuk memahami materi, dan kurangnya niat untuk menyelesaikan tugas akhir, itulah hal-hal yang menghambat saya untuk menyelesaikan tugas akhir tepat waktu.

Wawancara ketiga dengan mahasiswa berinisial MR berusia 22 tahun, ia mengatakan bahwa meskipun tugas akhir bukan beban utama baginya, tetapi tetap saja ada rasa khawatir apabila saya tidak dapat menyelesaikan tugas akhir dengan tepat waktu, juga rasa malas dan sering mengulur waktu termasuk salah satu beban utama saya dalam menyelesaikan tugas akhir, tetapi terkadang adanya dukungan dari lingkungan teman-teman membuat saya untuk terus semangat dalam menyelesaikan tugas akhir dan juga tidak lupa untuk terus berdoa.

Wawancara keempat pada mahasiswi berinisial DJA berusia 22 tahun, ia mengatakan beban utama dalam menyelesaikan tugas akhir adalah sulitnya mengatur waktu untuk bimbingan dan mengerjakan revisi, apalagi ia sudah menikah dan memiliki anak di masa kuliah, terkadang rasa lelah untuk mengerjakan tugas akhir, karena harus mengorbankan waktu istirahat, tetapi ia selalu ada support dari suami, teman-teman, keluarga dan tidak lupa berdoa kepada Allah agar dipermudah dalam menyelesaikan skripsi. Orang tua ingin ia lulus tepat waktu dan memiliki karir yang baik di masa depan, tetapi tidak terlalu memaksakan karena orang tuanya tahu ia memiliki dua tanggung jawab yaitu mengurus keluarganya dan menyelesaikan kuliah.

Wawancara terakhir yaitu dengan mahasiswa berinisial MRY yang berusia 23 tahun, ia mengatakan bahwa ia belum sepenuhnya baik dalam menyelesaikan tugas akhir dengan baik, sulitnya dosen pembimbing untuk ditemui, mengakibatkan saya malas untuk menyelesaikan tugas akhir dan akhirnya tugas akhir saya kurang maksimal.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap lima orang mahasiswa di dapatkan hasil bahwa di temukannya *quarter life crisis* pada mahasiswa organisasi Perma Lambar dan Ikam Lambar dikarenakan 5 dari mahasiswa yang di wawancarai masing-masing merasakan

adanya rasa kekhawatiran terhadap kehidupan mereka terutama pada bidang akademis di mana akademis merupakan salah satu aspek yang dikemukakan oleh Nash & Murray (2010) di mana penyebab terjadinya *quarter live crisis* pada seseorang di karenakan adanya rasa khawatir mengenai tantangan dalam bidang akademis. Berdasarkan hal di atas mahasiswa organisasi Perma Lambar dan Ikam Lambar merasakan khawatir dan takut jika seandainya skripsi yang mereka tidak selesai tepat waktu dan dapat membuat orang tua mereka kecewa .Selain itu juga mahasiswa berada pada usia perkembangan di mana pada masa ini rentan mengalami perubahan emosi seperti frustrasi, panik, khawatir, dan tingkah laku yang sangat bervariasi, pada masa ini mahasiswa mencapai usia 20 tahunan yang di sebut juga dengan *quarter life crisis*.

Berdasarkan pemaparan yang di jelaskan di atas, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai Hubungan Antara *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya Dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi?
- b. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi?
- c. Apakah terdapat Hubungan Antara *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya Dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi.
- b. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi.
- c. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau yang sedang menyusun skripsi.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian di harapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan bidang psikologi khususnya dalam bidang klinis membahas mengenai *self efficacy*, dukungan sosial teman sebaya dan *quarter life crisis*.

2. Manfaat praktis

B. Bagi Mahasiswa

Pada mahasiswa tingkat akhir agar dapat memahami fenomena serta penanganan yang tepat dalam menghadapi *quarter life crisis*

C. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti lain untuk dijadikan acuan serta pertimbangan jika di adakan penelitian selanjutnya.

D. Bagi Pembaca

Bagi para pembaca di harapkan dapat menjadi motivasi untuk terus berusaha, dan jangan mudah menyerah di saat mengalami *quarter life crisis*.

E. Penelitian Relevan

Untuk mendukung dalam penelitian ini, maka peneliti mencari berbagai penelitian dari penelitian-penelitian sebelumnya yang berhubungan dengan penelitian ini. Walaupun memiliki kaitan dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Berikut penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian sebelumnya :

1. Penelitian yang di lakukan Muttaqen & Hidayati (2020), dengan judul “hubungan self efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa fakultas psikologi universitas islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan (2015)”. Hasil yang di tunjukan terdapat hubungan antara self efficacy dengan kuarter life crisis pada mahasiswa.
2. Penelitian yang dilakukan Taufani & Asrar (2022), dengan judul “pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap *quarter life crisis* pada dewasa awal”. Hasil yang di tunjukan terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut.
3. Penelitian yang dilakikan Afnan. et al (2020), dengan judul “hubungan efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam *fase quarter life crisis*”. Hasil yang di dapat adalah terdapat hubungan antara dua variabel tersebut.
4. Penelitian yang dilakuan Rahmadian (2022), dengan judul “pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap *quarter life crisis* pada anggota fandom army dimalang”. Yang menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *quarter life crisis*.
5. Penelitian yang di lakukan Suhesti et al (2022), dengan judul “pengaruh krisis seperempat abad (*quarter life crisis*), efikasi diri, dan pola pikir mahasiswa terhadap minat berwirausaha (pada anggota unit kreativitas mahasiswa kewirausahaan *golden preneur* Universitas Islam Malang”. Dari penelitian tersebut terdapat hubungan antara efikasi diri dengan *quarter life crisis*.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, *quarter life crisis* adalah masalah yang sering terjadi pada mahasiswa. Berdasarkan penelitian sebelumnya menyatakan *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya penyebab utama terjadinya *quarter life crisis*. Maka dari itu penelitian *quarter life crisis* mengenai *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap mahasiswa penting dilakukan, dan Perbedaan dari penelitian sebelumnya adalah di mana peneliti mengambil sampel pada mahasiswa sedang menyusun skripsi yang merantau dan mengikuti organisasi Perma Lampung Barat dan Ikam Lampung Barat.





BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Adapun beberapa kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ada hubungan yang negatif signifikan antara *self efficacy* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa dengan hasil yang telah di buktikan yaitu nilai koefisien korelasi $(r_{x_1y}) = -0.415$ sig. 0.003 ($p < 0.01$). Sumbangan efektif *self efficacy* adalah sebesar 18.758% terhadap *quarter life crisis*.

Adanya hubungan yang negatif signifikan antara dukungan teman sebaya dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa dengan hasil yang telah dibuktikan yakni nilai koefisien korelasi $(r_{x_2y}) = -0.346$ sig 0.014 ($p < 0.05$). Sumbangan efektif dukungan sosial teman sebaya sebesar 13.424% terhadap *quarter life crisis*.

Adanya hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa dengan hasil yang telah dibuktikan yakni nilai koefisien korelasi $(r_{x_3y}) = 0.567$ dengan $F =$ dan sig 0.000 ($p < 0.01$). Sumbangan efektif *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *quarter life crisis* sebesar 32.2% sedangkan 67,8% di pengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

B. Rekomendasi

1. Bagi Mahasiswa

Fase *quarter life crisis* merupakan suatu fase yang wajar terjadi khususnya pada kalangan dewasa awal dengan menumbuhkan *self efficacy* dan terjalinnnya dukungan sosial teman sebaya yang baik akan dapat menghadapi *quarter life crisis* yang di perlu di lakukan mahasiswa adalah dapat meminimalisir rasa kecemasan agar tidak berlebihan sehingga

hal tersebut tidak memberikan dampak negative namun menjadi proses pengembangan diri yang lebih positif dan lebih baik lagi.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya agar menjadikan faktor-faktor lain di luar penelitian ini sebagai faktor kunci dalam riset yang akan di laksanakan. Diharapkan juga peneliti dapat mendampingi responden untuk meminimalisir ketidakpahaman responden dalam mengisi kuesioner. Peneliti juga berharap agar dapat menggunakan sampel atau tempat penelitian yang lain.



DAFTAR PUSTAKA

- Afnan., Fauziah, R., & Tanau, M, U. (2020). Hubungan efikasi diri dengan stres pada mahasiswa yang berada dalam fase quarter life crisis. *Jurnal Kognisi*, 3(1), 23–29.
- Arnett, J, J. (2004). Emerging adulthood : a theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480.
- Asrar, M, A., & Taufani, T. (2022). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap quarter life crisis pada dewasa awal. *JIVA: Journal Of Behavior and Mental Health*, 1(3), 1–12.
- Atwood, J., & Scholtz, C. (2008). The quarter life time period : An age of indulgence, crisis or both? *Jurnal of Adult Development*, 8(2), 133–143.
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas*. pustaka pelajar.
- Badriyah, A, S. (2022). *Hubungan antara self-efficacy dengan quarter life crisis pada dewasa awal*. Fakultas psikologi.
- Bandura, A. (1977). *Self-efficacy the exercise of control*. W.H freeman and company.
- Dewi, & Amalia, Y. (2021). *pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan akademik self managemen terhadap prokratinasi akademik pada mahasiswa yang mengalami quarter life crisis*. UIN Sunan gunung jati.
- Erlina, R. (2020). *Efikasi diri dalam meningkatkan kemampuan mobilisasi pasien.politeknik kesehatan kemenkes bandung*.
- Fatchurrahmi, R., & Urbayatun, S. (2022). peran kecerdasan emosi terhadap quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 13(2), 102–113.
- Hanapi, I., & Agung, I, M. (2018). Dukungan sosial teman sebaya dengan self efficacy dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang*, 9(1), 37–34.

- Hasibuan, I., A. M. A., Maulida, N., H, N. N., & F. (2018). *Hubungan antara amanah dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau* (Vol. 3, Issue 1, pp. 101–116).
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan* (R. M. Sibajat (ed.); kelima). Erlangga.
- Huwaina, M., & Khoironi. (2021). Pengaruh pemahaman konsep kepercayaan diri dalam Al-Qur'an terhadap masalah quarter life crisis pada mahasiswa. *Paramurobi: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 4(2), 80–92.
- Machfudh, M, Sahal. (2020). islamic parenting style sebagai solusi anak menghadapi fase quarter life crisis. *jurnal psikologi islam*. 7(2), 35-42.
- Mutiara, Y. (2018). *Quarter life crisis mahasiswa BKI tingkat akhir, skripsi: studi bimbingan konseling*.
- Muttaqien, F., & Hidayati, F. (2020). Hubungan self efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa fakultas psikologi universitas islam negeri maulana malik ibrahim malang angkatan 2015. *Psikologimedia Jurnal, psikologi.*, 75–84.
- Naim, M. (1984). *Merantau: pola migrasi suku Minangkabau*. Gadjah Mada University Press.
- Nash, J, R., & Murray, C, M. (2010). *Helping college students find purpose. The campus guide to meaning making*.
- Ni'mah, A., Tadjri, I., & Kurniawan, K. (2014). Hubungan antara dukungan sosial dan self efficacy dalam menyelesaikan skripsi. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 3(1), 18–25.
- Oktariani. (2018). Hubungan self efficacy dan dukungan sosial teman sebaya dengan self regulated learning pada mahasiswa universitas potensi utama medan. *Kognisi Jurnal*, 2(2), 98–112.
- Oktavian, ilham Z. N. (2022). *Hubungan self efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir*. universitas muhammadiyah malang.
- Rahmadian, K, R. (2022). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya

terhadap quarter life crisis pada anggota fandom army di mlng.
In *Universitas islam negeri maulana malik ibrahim*.

Rosyadah, H, W. (2023). Peran keterhubungan sosial dan kompetensi interpersonal terhadap kesepian pada mahasiswa perantau.universitas sriwijaya.

sabila, N, C. (2022). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir di fakultas psikologi uin ar-raniry*. Universitas negeri ar-raniry.

Santrock, J. W. (2011). *Adolescence : Perkembangan remaja*. Erlangga.

saputro, N, Z, H., & Sugiarti, A. (2021). Dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA kelas X. *Pholantrhopy Journal Psychology*, 5(1), 59_72.

Sarafino, P, E., & Smith, W, T. (2012). *Healt psychology biopsichosocial interaction* (7th ed.). WILEY.

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Healt psychology; biopsychosocial interactions* (Seven Edit). Jhon Wiley & Sons, Inc.

Sari, meilie ayu puspita. (2021). *Quarter life crisis pada kaum milenial*. universitas muhammadiyah surakarta.

Sari, M. (2019). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan konsep diri peserta didik kelas VIII D di SMP Negeri 9 Bandar Lampung Tahun ajaran 2019/2020, lampung*. UIN Raden Intan Lampung.

Sari, T., & Aziz, D. (2022). *Hubungan antara self efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa psikologi universitas medan area*. *Tabularasa : jurnal ilmiah megister psikologi* (Vol. 4, Issue 2, pp. 82–90).

Sudaryono. (2019). *Metode penelitian; kuantitatif, kualitatif, dan mix method* (eds kedua). Rajawali pers.

Suhesti, P., Pardiman, P., Milaningtyas, P., & R. (2022). Pengaruh krisis seperempat abad (quarter life crisis). Efikasi diri, dan pola pikir mahasiswa terhadap minat berwirausaha (pada anggota unit

reativitas mahasiswa kewirausahaan golden preneur universitas islam malang. *Jurnal Riset Menejemen*, 11(10).

Sujudi, A, M., & Ginting, B. (2020). Quarter life crisis dimasa pandemi covid-19 pada mahasiswa semester akhir universitas sumatra utara. *Buddayah: Jurnal Pendidikan Antropologi*, 2(2), 105–112.

Thouless, R, H. (2000). *Pengantar psikologi islam* (terjemahan (trans.)). PT raja grafindo persada.

Wulandari, E. (2022). *Strategi mahasiswa perantau dalam menyesuaikan diri terhadap budaya akademik kampus (studi kasus mahasiswa organisasi primordial uin jakarta*. UIN Syarif Hidayatullah.

Yusran, M. (2017). *Popularitas merantau sebagai solusi mendapatkkn kehidupan yang layak (studi deskriptif perantau di desa peandangan kecamatan baraka kabupaten enerkang*. Universitas Muhammadiyah Makasar.

