

INTEGRASI LOGOTERAPI DAN TASAWUF

DALAM MENGHADAPI *QUARTER LIFE CRISIS*

**(Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan
Filsafat UIN Sunan Ampel Surabaya)**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S-1)

dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Oleh:

Tiara Alvianita

07010620013

PRODI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI

FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2024

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini saya:

Nama : Tiara Alvianita

NIM : 07010620013

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk pada sumbernya.

Surabaya, 5 Juni 2024

Saya yang menyatakan,



Tiara Alvianita

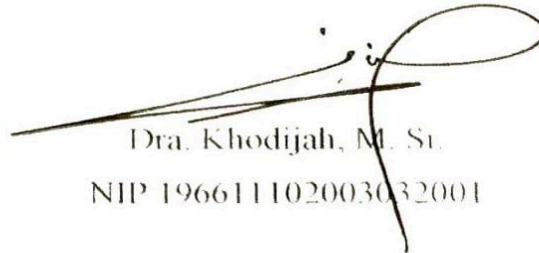
07010620013

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Tiara Alvianita ini telah disetujui untuk diajukan.

Surabaya, 5 Juni 2024

Pembimbing,



Dra. Khodijah, M. Si.
NIP 196611102003032001

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Tiara Alvianita ini telah dipertahankan di depan
Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 2024

Mengesahkan

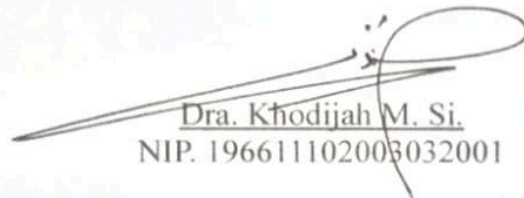
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Fakultas Ushuluddin dan Filsafat



Dekan

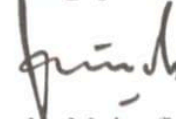
Prof. Abdul Kadir Riyadi, Ph.D
NIP. 197008132005011003

Tim Penguji:
Penguji I,



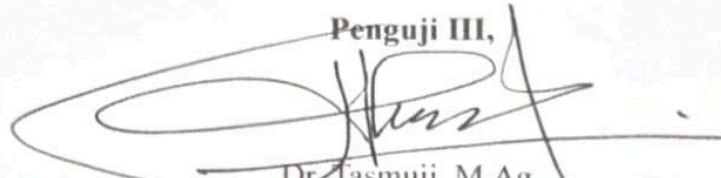
Dra. Khodijah M. Si.
NIP. 196611102003032001

Penguji II,




Prof. Dr. H. Muktafi M.Ag.
NIP. 196008131994031003

Penguji III,



Dr. Tasmuji, M.Ag.
NIP. 196209271992031005

Penguji IV,



Latifah Anwar, M.Ag.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300

E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Tiara Alvianita
NIM : 07010620013
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat/Tasawuf dan Psikoterapi
E-mail address : tiaraalvianita@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Integrasi Logoterapi dan Tasawuf dalam Menghadapi Quarter Life Crisis (Pada Mahasiswa
Tingkat Akhir Angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Sunan Ampel Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 28 Juli 2024

Penulis

(Tiara Alvianita)

ABSTRAK

Tiara Alvianita. “Integrasi Logoterapi dan Tasawuf dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* (pada Mahasiswa Tingkat Akhir Angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Sunan Ampel Surabaya).

Skripsi ini mengkaji mengenai integrasi logoterapi dan tasawuf dalam mengatasi *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir angkatan 2020 fakultas ushuluddin dan filsafat UIN Sunan Ampel Surabaya. Penelitian ini dilatar belakangi oleh maraknya fenomena mahasiswa yang mengalami depresi bahkan ada yang sampai bunuh diri. Fenomena tersebut tidak jauh dari pengaruh *quarter life crisis* yang umum terjadi pada individu yang memasuki usia dewa awal. *Quarter life crisis* merupakan gejala kekhawatiran yang muncul dalam diri individu karena ketidakpastian masa depan. Dalam hal ini peneliti berupaya menggunakan konsep logoterapi dan tasawuf, yang menekankan pada penemuan makna hidup, yang dapat membantu mengatasi permasalahan ini dengan mengubah sudut pandang individu terhadap penderitaan. Berangkat dari persoalan itulah penelitian ini menjawab dua rumusan masalah, di antaranya; Bagaimana dinamika *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Sunan Ampel Surabaya? Bagaimana integrasi logoterapi dan tasawuf dalam menghadapi *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir UIN Sunan Ampel Surabaya? Diharapkan hasil penelitian ini dapat menyumbangkan manfaat bagi pengembangan metode dan teknik dalam terapi kognitif-behavioral sufisme dan juga dapat membantu mahasiswa tingkat akhir untuk mengatasi *quarter life crisis* yang mereka hadapi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data *library research* dan *field research*. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan angket dan melakukan sesi wawancara dalam kurun waktu 4 hari, yaitu mulai tanggal 24 Februari 2024 sampai 27 Februari 2024. Jumlah narasumber terdiri dari lima mahasiswa yang terpilih memenuhi kriteria dengan skor *quarter life crisis* tertinggi. Kemudian, hasil temuan dianalisis secara deskriptif menggunakan teori Robbins dan Wilner, Victor E. Frankl, dan Al-Ghazali. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun banyak mahasiswa mengalami *quarter life crisis*, namun pemahaman mereka tentang makna hidup cukup tinggi, yang membantu mereka lebih optimis dan cepat bangkit dari krisis. Dengan memiliki pemahaman yang mendalam tentang makna dan tujuan hidup yang dimiliki, maka mahasiswa mampu menghadapi krisis dengan lebih positif dan terhindar dari dampak negatif seperti: kesedihan berlarut, depresi, bahkan bunuh diri. Meski demikian, konsep kebermaknaan hidup dalam logoterapi hanya berada pada tangga paling dasar dalam sufisme. Oleh karena itu diperlukan integrasi logoterapi dan tasawuf, sehingga menciptakan logoterapi sufistik yang lebih kaya dan komprehensif dalam membantu klien menemukan makna hidup. Sehingga makan hidup yang dituju bukan hanya bersifat duniawi namun juga ukhrawi, yang tidak hanya mentargetkan kebahagiaan dunia namun juga kebahagiaan akhirat.

Kata Kunci: *Quarter life crisis*, Logoterapi, Tasawuf.

ABSTRACT

Tiara Alvianita. "Integration of Logotherapy and Sufism in Facing the Quarter Life Crisis (for Final Year Students Class of 2020, Faculty of Ushuluddin and Philosophy, UIN Sunan Ampel Surabaya).

This thesis examines the integration of logotherapy and Sufism in overcoming the quarter life crisis in final year students class of 2020, Faculty of Ushuluddin and Philosophy, UIN Sunan Ampel Surabaya. This research was motivated by the increasing phenomenon of students experiencing depression, some even committing suicide. This phenomenon is not far from the influence of the *quarter life crisis* which commonly occurs in individuals entering early adulthood. *Quarter life crisis* is a symptom of anxiety that arises in individuals due to uncertainty about the future. In this case, researchers are trying to use the concepts of logotherapy and Sufism, which emphasize finding the meaning of life, which can help overcome this problem by changing an individual's perspective on suffering. So that individuals can take positive action in managing the suffering they experience. Starting from this problem, this research answers two problem formulations, including; What are the dynamics of the *quarter life crisis* among final year students class of 2020, Faculty of Ushuluddin and Philosophy, UIN Sunan Ampel Surabaya? How is the integration of logotherapy and Sufism in dealing with the *quarter life crisis* for final year students at UIN Sunan Ampel Surabaya? It is hoped that the results of this research can contribute benefits to the development of methods and techniques in Sufism cognitive-behavioral therapy and can also help final year students to overcome the *quarter life crisis* they face. This research uses descriptive qualitative research methods with library research and field research data collection techniques. Data collection was carried out by distributing questionnaires and conducting interview sessions over a period of 4 days, namely from February 24 2024 to February 27 2024. The number of narasumberts consisted of five students who were selected to meet the criteria with the highest *quarter life crisis* score. Then, the findings were analyzed descriptively using the theories of Robbins and Wilner, Victor E. Frankl, and Al-Ghazali. The research results show that although many students experience a *quarter life crisis*, their understanding of the meaning of life is quite high, which helps them be more optimistic and recover quickly from the crisis. By having a deep understanding of the meaning and purpose of life, students are able to face crises more positively and avoid negative impacts such as: prolonged sadness, depression, and even suicide. However, the concept of meaningfulness of life in logotherapy is only at the most basic level in Sufism. Therefore, it is necessary to integrate logotherapy and Sufism, thereby creating a richer and more comprehensive Sufistic logotherapy in helping clients find the meaning of life. So that the goal of eating life is not only worldly but also spiritual, which not only targets worldly happiness but also happiness in the afterlife.

Keywords: Quarter life crisis, Logotherapy, Sufism

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
ABSTRAK.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan.....	10
D. Manfaat.....	10
E. Kajian Terdahulu.....	11
F. Kerangka Teoritis.....	21
G. Metode Penelitian.....	27
H. Sistematika Pembahasan.....	33
BAB II KONSEP <i>QUARTER LIFE CRISIS</i>, LOGOTERAPI, DAN <i>MA'RIFAT</i>.....	35
A. <i>Quarter Life Crisis</i>	35
B. Logoterapi.....	48

C. <i>Ma'rifat</i> dalam Tasawuf.....	63
BAB III PEMBAHASAN DINAMIKA <i>QUARTER LIFE CRISIS</i> DAN	
MAKNA HIDUP PADA MAHASISWA.....	68
A. Data tentang Dinamika Pengalaman <i>Quarter Life Crisis</i> pada	
Mahasiswa.....	68
B. Data tentang Makna Hidup Mahasiswa dalam Menghadapi <i>Quarter Life</i>	
<i>Crisis</i>	81
BAB IV ANALISIS DINAMIKA <i>QUARTER LIFE CRISIS</i> DAN MAKNA	
HIDUP PADA MAHASISWA.....	89
A. Dinamika Pengalaman <i>Quarter Life Crisis</i> pada Mahasiswa.....	89
B. Integrasi Logoterapi dan <i>Ma'rifat</i> dalam Menghadapi <i>Quarter Life Crisis</i>	
pada Mahasiswa.....	98
BAB V PENUTUP.....	116
A. Kesimpulan.....	116
B. Saran.....	117
DAFTAR PUSTAKA.....	119

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Kajian terdahulu.....	12
Tabel 3. 1 Biodata narasumber.....	72
Tabel 3. 2 Skala <i>quarter life crisis</i>	73
Tabel 3. 3 Hasil Pengisian angker <i>quarter life crisis</i>	74
Tabel 3. 4 Hasil pengukuran angket <i>quarter life crisis</i>	75
Tabel 3. 5 Skala pengukuran makna hidup.....	85
Tabel 3. 6 Hasil pengisian angket makna hidup.....	86
Tabel 3. 7 Hasil pengukuran angket makna hidup.....	87
Tabel 3. 8 Hasil wawancara makna hidup.....	89



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrohim, A. "Pendidikan Berbasiskan Makrifat (Telaah Kitab Misykat Al-Anwar Al-Ghazali Dan Tahdzib Al-Akhlaq Ibnu Miskawaih)." *Madinatul Iman*, 2022, 1–24. <http://madinatul-iman.com/index.php/jurnal/article/view/6>.
- Adhandayani, Amalia. "Modul Metode Penelitian 2 (Kualitatif)." *Malaysian Palm Oil Council (MPOC)* 21, no. 1 (2020): 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203%0Ahttp://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/>.
- Agarwal, Shantenu, Sharath Chandra Guntuku, Oliver C. Robinson, Abigail Dunn, and Lyle H. Ungar. "Examining the Phenomenon of Quarter-Life Crisis Through Artificial Intelligence and the Language of Twitter." *Frontiers in Psychology* 11, no. March (2020): 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00341>.
- Arroissi, Jarman, and Rhmah Akhirul Mukharrom. "Makna Hidup Perspektif Victor Frankl." *Universitas Darussalam Gontor Ponorogo* 20, no. 1 (2021): 112.
- Asiyah, Nur. "Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri Dan Kemandirian Mahasiswa Baru." *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 2, no. 2 (2013): 108–21. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.98>.
- Bakhtiar, Muhammad Ilham, Erwan, and Nurhidayatullah. "Penerapan Logoterapi Dalam Menangani Perilaku Hedonis." *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya* 3, no. 1 (2021): 28–37. <https://doi.org/10.31960/konseling.v3i1.1391>.
- Deswita. "Konsep Al-Ghazali tentang Fiqih dan Tasawuf," 2017, 84–92.
- Dian Novita Siswanti, Andi Muhammad Fadhli Ajra, Izzul Haq Ramli, Siti Sukhaisi Khashayanti, and Atikah Andraini. "Psikoedukasi Tentang *Quarter life crisis*: 'Berdamai Dengan Diri Sendiri, Sadarilah Dirimu Berharga.'" *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora* 2, no. 5 (2023): 952–59. <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i5.2245>.
- Diniari, Ni Ketut Sri. "Logoterapi (Sebuah Pendekatan Untuk Hidup Bermakna)." Denpasar, 2017.
- "Dosa Dan Kesulitan Hidup (Prof. Dr. H. Syamruddin M.Ag) – Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau." Accessed February 19, 2024. <https://www.uin-suska.ac.id/blog/2015/08/19/dosa-dan-kesulitan-hidup-prof-dr-h-syamruddin-m-ag/>.
- Ekawati, Dian. "Eksistensialisme." *Tarbawiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan* 12, no. 1 (2017): 137–53.
- Endang Kartikowati, S.Ag. Dr. Zubaedi, M.Ag., M.pd. "Psikologi Agama & Psikologi Islam." *Jonal of Chemical Information and Modelingur* 53, no. 9 (2016): 1689–99.
- Fahrudin. "Hakikat Dan Tujuan Hidup Manusia Menurut Al- Ghazali," 2002. http://file.upi.edu/Direktori/FPIPS/M_K_D_U/195910081988031-FAHRUDI N/konsep_manusia_al-ghazali.pdf.

- Hana, Khansa Kamilya. "Terapi Syukur Al-Ghazali dan Logoterapi Victor E. Frankl untuk Mengurangi Kecemasan pada Mahasiswa Prodi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Ampel Surabaya Angkatan Tahun Pembelajaran 2019/2020," no. July (2020): 1–23. [http://digilib.uinsa.ac.id/63058/2/Khansa Hana Kamilya_E97219074 ok.pdf](http://digilib.uinsa.ac.id/63058/2/Khansa_Hana_Kamilya_E97219074_ok.pdf).
- Hasyim, Farah Fadilah, Hari Setyowibowo, and Fredrick Dermawan Purba. "Factors Contributing to *Quarter life crisis* on Early Adulthood: A Systematic Literature Review." *Psychology Research and Behavior Management* 17 (2024): 1–12. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S438866>.
- Heryadi, Nabila Netrianda. "Sebuah Strategi Dalam Menghadapi Qualiter Life-Crisis: A Strategy in Dealing with Qualiter Life-Crisis." *Jurnal Psikologi Islam* 7, no. 1 (2020): 29–34. <https://doi.org/10.47399/jpi.v7i1.104>.
- Hulukati, Wenny, and Moh. Rizki Djibran. "Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo." *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)* 2, no. 1 (2018): 73. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>.
- Indah Ramadani Putri, Dwi, Hafnidar, and Julistia Rini. "Gambaran Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi Universitas Malikussaleh." *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi* 1, no. 2 (2023): 324–41. <https://ojs.unimal.ac.id/index.php/jpt/index>.
- Jean Michelle Madeline Sallata, and Arthur Huwae. "Resiliensi Dan Quarter Life-Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir." *Jurnal Cakrawala Ilmiah* Vol.2, No., no. 5 (2023): 1–22. <http://bajangjournal.com/index.php/J>.
- Karisma, Nurul, Aida Rofiah, Siti Nur Afifah, and Yuni Mariani Manik. "Kesehatan Mental Remaja Dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus Bullying Di Indonesia." *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 3, no. 03 (2024): 560–67. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>.
- Konto Iskandar Dinata, Umi Nur Kholifah, Ulifah ayu Mumpuni, Dkk. "Exploring the Meaning of Life from Victor Frankl's Perspective: A Study on the Spiritual Dimensions in Logotherapy." *International Conference Traditional and Religious Studies* Vol: 1 No. (2022): 38–45.
- Kurniawati, Juliana, and Siti Baroroh. "Literasi Media Digital Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu." *Jurnal Komunikator* 8, no. 2 (2016): 51–66. https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrjwLmv_NiYcJ9B1XNy0A;_ylu=Y29sbwNncTEEEcG9zAzEEdnRpZANEMTEyNV8xBHNIYwNzcg-/RV=2/RE=1660170343/RO=10/RU=https://journal.umy.ac.id/index.php/jkm/article/view/2069/RK=2/RS=81QU2oK5sxo7ghZTIsrFj4EtGCI-.
- Lestari, Uti, Luluk Masluchah, and Wardatul Mufidah. "Konsep Diri Dalam Menghadapi *Quarter life crisis*." *IDEA: Jurnal Psikologi* 6, no. 1 (2022): 14–28. <https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.6102>.
- Maola, Mochammad. "Makna Hidup Pelaku Tasawuf." *RI'AYAH* Vol. 6, No, no. 2015 (2021): 151–59. <https://www.yallanzaker.org/strategy-snow-ball/>.
- Mashar, Aly. "TASAWUF : Sejarah, Madzhab, Dan Inti Ajarannya." *Al-A'raf: Jurnal Pemikiran Islam Dan Filsafat* 12, no. 1 (2015): 97.

- <https://doi.org/10.22515/ajpif.v12i1.1186>.
- Maslahat, Meta Malihatul. “Konsep Kebermaknaan Hidup Viktor E. Frankl Dalam Tinjauan Tasawuf.” *Esoterik*, 2020. <https://doi.org/10.21043/esoterik.v6i2.8007>.
- Mita, Rosaliza. “Wawancara Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif.” *Jurnal Ilmu Budaya*, 2015.
- Muhammad Suhaimin Bin Azizan. “Logoterapi dalam Meningkatkan Kebermaknaan Hidup di Tinjau Menurut Islam.” Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam, 2021. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/21759/>.
- Nasruddin, Imam. “Konsep Kehidupan Dunia Dalam Perspektif Teologi Pendidikan.” *Pendidikan Agama Islam* 4, no. 3 (2019): 1–11.
- Nugrahani, Farida. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*. Vol. 1. Surakarta, 2014. <http://e-journal.usd.ac.id/index.php/LLT%0Ahttp://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/viewFile/11345/10753%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.758%0Awww.iosrjournals.org>.
- Nurhalimah, N. “Peran Pesantren Terhadap *Quarter life crisis*: Studi Tawakal Pesantren Darul Mukhlashin Probolinggo.” Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022. http://digilib.uinsby.ac.id/55364/%0Ahttp://digilib.uinsby.ac.id/55364/2/Nurhalimah_02040120020.pdf.
- Purba, Debora E, and Krisna Wardhana Djaling. “Efek Mediasi Makna Hidup Pada Hubungan Antara Grit Dan Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa.” *Jurnal Psikologi Ulayat* 6 (2019): 135–49. <https://doi.org/10.24854/jpu02019-233>.
- Rachmawati, Adjeng Pudji. “Penemuan Makna Hidup Pada Insan Pasca Stroke.” *Jurnal Psikologi Ulayat* 3, no. 2 (2017): 181. <https://doi.org/10.24854/jpu22016-71>.
- Rahman, Prasastia Maudita P . T Naufal Alifuddin. “Makalah Filsafat Pendidikan Islam Hakekat Eksistensialisme Dosen Pengampu : Dr . Nyong Etis , M . Fil . I Penyusun : Prasastia Maudita P . T Naufal Alifuddin Rahman 2020,” no. 192071000061 (2020).
- Salsabilla, Haya Ulya, and Suci Rahma Nio. “Perbedaan Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Ditinjau Dari Identity Exploration” 7 (2023): 3885–91.
- Sinta, Sari Dewi, Siti Aminah, Mutia Safitri, and Amelia Putri Andriani. “Sudut Pandang Islam Tentang Perjalanan Dan Tujuan Hidup Manusia” 2, no. 1 (2024).
- Sopu, Salahuddin. “Misykât Al-Anwâr Karya Al-Ghazali: Sekelumit Catatan Kontroversi Dan Teologi Pencerahan Sufistiknya,” no. 63 (1964): 151–60.
- Subramaniam, Duraimuthu. “Peranan Bimbingan Dan Kaunseling Dalam Meningkatkan Kualiti Pendidikan: Kaunseling Logoterapi.” *Jurnal Pendidikan Jelai* 3, no. 12 (2019).

- Sugiyono. *Penelitian Kuantitatif, Kuantitatif, Dan R&B*. Bandung: ALFABETA, 2013.
- Sujudi, Muhammad Abdullah, and Bengkel Ginting. "Buddayah : Jurnal Pendidikan Antropologi Quarterlife Crisis Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara." *Buddayah: Jurnal Pendidikan Antropologi* 2, no. 2 (2020): 105–12.
- Sulaiman. *Logoterapi Sufistik*. Semarang, 2017. https://www.academia.edu/35015385/Logoterapi_Sufistik_Sulaiman_UIN_Walisongo_pdf.
- Syifa'ussurur, Muhammad, Nurul Husna, M Mustaqim, and Lukman Fahmi. "Menemukanali Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi *Quarter life crisis*: Sebuah Kajian Literatur [Discovering Various Alternative Intervention Towards *Quarter life crisis*: A Literature Study]." *Journal of Contemporary Islamic Counselling* 1, no. 1 (2021): 53–64. <https://doi.org/10.59027/jcic.v1i1.61>.
- Tanjung, Lidra Agustina, Universitas Islam, and Negeri Sumatera. "Book Chapter of Proceedings Journey-Liaison Academia and Society Learning to Be Human Stoicism and Islamic View Lidra Agustina Tanjung Belajar Menjadi Manusia Pandangan Stoicism Dan Pandangan Islam" 1, no. 2 (2022): 175–82.
- Ulum, Miftahul. "Pendekatan Studi Islam: Sejarah Awal Perkenalan Islam Dengan Tasawuf." *Al-Mada: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 3, no. 2 (2020): 203–17. <https://doi.org/10.31538/almada.v3i2.632>.
- Zwagery, Rika Vira, and Emma Yuniarramah. "Psikoedukasi '*Quarter life crisis* : Choose The Right Path, What Should I Do Next?'" *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4, no. 3 (2021): 272. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v4i3.819>.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A