

**PENGARUH *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DAN *RESILIENCE*
TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* MAHASISWA RANTAU
TINGKAT AKHIR**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata
Satu (S1) Psikologi (S.Psi)



SOFI ISMI AULIA PUTRI
11020121111

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2025**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Pengaruh *emotional intelligence dan resilience terhadap quarter life crisis mahasiswa rantau tingkat akhir***” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis di dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 26 Desember 2024



Sofi Ismi Aulia Putri

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**Pengaruh *Emotional Intelligence* dan *Resilience*
terhadap *Quarter Life Crisis* Mahasiswa Rantau Tingkat Akhir**

Oleh :

Sofi Ismi Aulia Putri

11020121111

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Skripsi

Surabaya, 31 Desember 2024

Dosen Pembimbing



Dr. Lufiana Harnany Utami, S.Pd, M.Si

NIP. 19760227200912200

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

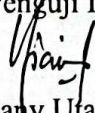
**PENGARUH *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DAN *RESILIENCE*
TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* MAHASISWA
RANTAU TINGKAT AKHIR**

Yang disusun oleh
Sofi Ismi Aulia Putri
11020121111

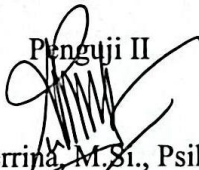
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada Tanggal 07 Januari 2025




Susunan Tim Penguji
Penguji I


Dr. Lufiana Harnany Utami, S.Pd., M.Si.
NIP. 197602272009122001


Penguji II


Dr. Mierrina, M.Si., Psikolog.
NIP. 196804132014112001

Penguji III


Funsu Andiarna, M.Kes
NIP. 198710142014032002

Penguji IV


Nova Lusiana, M.Keb
NIP. 198111022014032001

PERSETUJUAN PUBLIKASI



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 : Sofi Ismi Aulia Putri
NIM : 11020121111
Fakultas/Jurusan : FPK / Psikologi
E-mail address : sofisimiaulia@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 :

Pengaruh Emotional Intelligence dan Resilience terhadap
Quarter Life Crisis Mahasiswa Kantau Tingkat Akhir

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, 19 Januari 2025

Penulis

(SOFI ISMI AULIA PUTRI)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
INTISARI.....	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	i
B. Rumusan Masalah	6
C. Keaslian Penelitian.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. <i>Quarter Life Crisis</i>	10
B. <i>Emotional Intelligence</i>	15
C. <i>Resilience</i>	18
D. Hubungan Antar Variabel	22
E. Kerangka Teori	24
F. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	27
B. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	28
C. Teknik Pengumpulan Data	30
D. Validitas dan Reliabilitas	34
E. Analisis Data	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Hasil Penelitian	41
B. Hasil Pengujian Hipotesis	47
C. Pembahasan	51
BAB V PENUTUP.....	59
A. Kesimpulan.....	59
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	72

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rumus Isaac dan Michael	29
Tabel 3.2 <i>Blue Print Quarter Life Crisis Scale</i>	31
Tabel 3.3 <i>Blue Print Schutte Emotional Intelligence Scale</i>	32
Tabel 3.4 <i>Blue Print Connor-davidson Resilience Scale</i>	33
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas <i>Quarter Life Crisis Scale</i>	34
Tabel 3.6 <i>Blue Print Quarter Life Crisis Scale</i> Setelah Uji Coba.....	35
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas <i>Schutte Emotional Intelligence Scale</i>	36
Tabel 3.8 <i>Blue Print Schutte Emotional Intelligence Scale</i> Setelah Uji Coba.....	37
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas <i>Connor-davidson Resilience Scale</i>	37
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas <i>Quarter Life Crisis Scale</i>	39
Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas <i>Schutte Emotional Intelligence Scale</i>	39
Tabel 3.12 Hasil Uji Reliabilitas <i>Connor-davidson Resilience Scale</i>	39
Tabel 3.13 Rumus Analisis Regresi Berganda	40
Tabel 4.1 Hasil Klasifikasi Data Demografis.....	41
Tabel 4.2 Pedoman Hasil Pengukuran	42
Tabel 4.3 Kategori Variabel.....	43
Tabel 4.4 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	44
Tabel 4.5 Tabulasi Silang Usia dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	44
Tabel 4.6 Tabulasi Silang Universitas dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	45
Tabel 4.7 Tabulasi Silang Suku dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	45
Tabel 4.8 Tabulasi Silang <i>Emotional Intelligence</i> dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	46
Tabel 4.9 Tabulasi Silang <i>Resilience</i> dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	47
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas.....	48
Tabel 4.11 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	48
Tabel 4.12 Hasil Uji Multikolinieritas	49
Tabel 4.13 Hasil Uji T	50
Tabel 4.14 Hasil Uji F	51
Tabel 4.15 Koefisien Determinasi.....	51

SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	25
---------------------------------	----



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	73
Lampiran 2. <i>Output</i> JASP Uji Validitas dan Reliabilitas	81
Lampiran 3. <i>Output</i> Jamovi Uji Validitas dan Reliabilitas	83
Lampiran 4. <i>Output</i> SPSS Uji Prasyarat Regresi Berganda.....	84
Lampiran 5. <i>Output</i> SPSS Klasifikasi Data Demografis	85
Lampiran 6. <i>Output</i> SPSS Kategori Variabel.....	87
Lampiran 7. <i>Output</i> SPSS Tabulasi Silang.....	89
Lampiran 8. <i>Output</i> SPSS Hipotesis	100



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

INTISARI

Quarter life crisis menjadi salah satu tantangan perkembangan yang terjadi akibat kompleksnya realita kehidupan di masa transisi remaja menuju dewasa, salah satu individu yang rentan mengalami kondisi ini adalah mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh *emotional intelligence* dan *resilience* terhadap *quarter life crisis* mahasiswa rantau tingkat akhir. Peneliti menggunakan metode kuantitatif pendekatan korelasional dengan analisis regresi berganda sebagai teknik analisis data. Penelitian ini melibatkan 349 mahasiswa rantau tingkat akhir di Surabaya. Terdapat tiga alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu *Quarter Life Crisis Scale*, *Schutte Emotional Intelligence Scale*, dan *Cannor-Davidson Resilience Scale*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *emotional intelligence* dan *resilience* memiliki pengaruh terhadap *quarter life crisis* mahasiswa rantau tingkat akhir. Keterbatasan penelitian ini terletak pada variabel yang fokus menguji pengaruh variabel *emotional intelligence* dan *resilience* terhadap *quarter life crisis*, kondisi ini dapat dijadikan peluang oleh penelitian selanjutnya untuk menambahkan variabel independen lain yang diasumsikan sebagai prediktor *quarter life crisis*.

Kata kunci : *quarter life crisis, emotional intelligence, resilience*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

Quarter life crisis is one of the developmental challenges that occurs due to the complex realities of life during the transition from adolescence to adulthood. One of the individuals who is vulnerable to experiencing this condition is final year students. This research was conducted with the aim of finding out the influence of emotional intelligence and resilience on the quarter life crisis of final year overseas students. Researchers used a quantitative correlational approach with multiple regression analysis as a data analysis technique. This research involved 349 final year overseas students in Surabaya. There are three measuring instruments used in this research, namely the Quarter Life Crisis Scale, Schutte Emotional Intelligence Scale, and Connor-Davidson Resilience Scale. The research results show that emotional intelligence and resilience have an influence on the quarter life crisis of final year overseas students. The limitations of this research lie in the variables that focus on testing the influence of emotional intelligence and resilience variables on the quarter life crisis. This condition can be used as an opportunity for further research to add other independent variables which are assumed to be predictors of the quarter life crisis.

Keyword : quarter life crisis, emotional intelligence, resilience



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, M., Afandi, N. H., Afandi, S. A., & Erdayani, R. (2023). Measuring the Difficulties of Early Adulthood: The Development of the Quarter Life Crisis Scale. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 167–176. <https://doi.org/10.17977/um001v8i32023p167-176>
- Agarwal, S., Guntuku, S. C., Robinson, O. C., Dunn, A., & Ungar, L. H. (2020). Examining the Phenomenon of Quarter-Life Crisis Through Artificial Intelligence and the Language of Twitter. *Frontiers in Psychology*, 11, 341.
- Al-Hamdi, R. A. (2023). *Hubungan antara Resiliensi Akademik dan Kematangan Emosi dengan Quarter-Life Crisis (QLC) pada Santriwati Ma'had Al-Jami'ah Walisongo Semarang*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>
- Alkatiri, H., & Aprianty, R. A. (2024). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 7.
- Amelia, D., Elita, V., & Utomo, W. (2022). Gambaran Resiliensi Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyelesaikan Skripsi pada Masa Pandemi Covid-19. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 1(2), 100–108.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *Pilar*, 14(1), 15–31.
- Anggraeni, I. L., & Rozali, Y. A. (2023). Quarter Life Crisis Ditinjau dari Kecerdasan Emosional Pada Dewasa Awal. *Psychommunity: Seminar Nasional Psikologi Esa Unggul*, 9, 110–120. <https://prosiding.esaunggul.ac.id/index.php/SEMNASPSIKOLOGI/article/view/306>
- Anggraini, J. D., & Aqila, S. A. (2022). The Existence of the Quarter Life Crisis Phenomenon and its Effect on Student Self Confidence. *Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(1), 38–44.
- Annisa, Siswanti, D. N., & Ansar, W. (2024). Gambaran Quarter Life Crisis pada Wanita di Fase Emerging Adulthood. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 3(4).
- Apriawal, J. (2022). Resiliensi pada Karyawan yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK). *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(1), 27–38.
- Aqillamaba, K., & Puspaningtyas, N. D. (2022). Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran Matematika. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik*, 3(2), 54–61.
- Arbain, A. (2022). Merantau Sebagai Wadah Pembentukan Karakter dalam Novel-Novel Indonesia Berlatar Minangkabau. *SEMIOTIKA: Jurnal Ilmu Sastra dan Linguistik*, 23(1), 65–74. <https://doi.org/10.19184/semiotika.v23i1.24454>
- Argasiam, B., & Putri, S. A. P. (2023). Quarter Life of Crisis in the Millennial Group in terms of Social Comparison and Resilience. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 15(2), 114–123. <https://doi.org/10.31289/analitika.v15i2.10386>
- Aristawati, A. R., Meiyuntariningsih, Tatik Cahya, F. D., & Putri, A. (2021). *Emotional Intelligence dan Stres pada Mahasiswa yang Mengalami Quarter-Life Crisis*. 19(2), 1035–1046.

- Arsini, Y., Rusmana, N., & Sugandhi, N. (2022). Profil Resiliensi Remaja Putri di Panti Asuhan dilihat pada Aspek Empathy, Emotion Eegulation dan Self-Efficacy. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 76–83.
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Loneliness dan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal. *Charater: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41218/35541>
- Asrar, A. M., & Taufani, T. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Quarter-Life Crisis pada Dewasa Awal. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 3(1).
- Asri, D. N. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial dan Kematangan Karir terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa. *Seminar Nasional Sosial, Sains, Pendidikan, Humaniora (Senassdra)*, 1(1), 1149–1156.
- Astanu, A. W., Asri, D. N., & Triningtyas, D. A. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial dan Kematangan Karir terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa. *Seminar Nasional Sosial, Sains, Pendidikan, Humaniora (Senassdra)*, 1, 1149–1156. <http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SENASSDRA/article/view/2690>
- Athira, N. (2021). *Pengaruh Resiliensi dan Interaksi Orang Tua terhadap Quarter-Life Crisis pada Dewasa Awal*.
- Atwood, J., & Scholtz, C. (2008). The Quarter-Life Time Period: an Age of Indulgence, Crisis or Both? *Contemporary Family Therapy*, 30, 233–250.
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal keperawatan jiwa*, 7(2), 127.
- Ayunda, P., & Qudsyi, H. (2020). Quarter Life Crisis among First Daughter. *International Conference of Psychology UAD*, 47, 46–54.
- Azizi, N. R. (2023). *Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area*. [https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/21478/1/198600159 - Natasya Rodiah Azizi Fulltext.pdf](https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/21478/1/198600159_Natasya%20Rodiah%20Azizi%20Fulltext.pdf)
- Azmy, M. M. (2022). *Pengaruh Resiliensi terhadap Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal di Kota Makassar*.
- Azwar, S. (2022). *Reliabilitas dan Validitas: Edisi 4*.
- Balzarie, E. N., & Nawangsih, E. (2019). Kajian Resiliensi pada Mahasiswa Bandung yang Mengalami Quarter Life Crisis. *Prosiding Psikologi*, 5(2), 494–500.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI) 1. *Psicothema*, 13–25.
- Basaria, D. (2019). Gambaran Kecerdasan Emosi pada Remaja di Pulau Jawa dan Bali. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1), 83–103.
- Black, A. S. (2010). *Halfway Between Somewhere and Nothing”: A Exploration of the Quarter-Life Crisis and Life Satisfaction among Graduate Students*. University of Arkansas.
- Chao, K. (2022). The Quarter-Life Crisis: The Lack of Identity Development Support in Adolescents. *Journal of Student Research*, 11(4), 1–8. <https://doi.org/10.47611/jsrhs.v11i4.3049>
- Chokpiriyawat, T., & Siriyota, K. (2024). Bridging Emotional Intelligence: Applications in Psychology through the Schutte Emotional Intelligence Scale

- (SEIS) in Thai Private Hospital Customers. *International Review of Management and Marketing*, 14(5), 107–112. <https://doi.org/10.32479/irmm.16779>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76–82.
- Dalimunthe, M. I. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Minat Belajar terhadap Pemahaman Akuntansi pada Mahasiswa Program Studi Akuntansi di Universitas Medan Area. *Jurnal Mutiara Akuntansi*, 5(2), 99–108.
- Danuwijaya, C., Maki, A., & Husna, N. (2022). Peran Guru Pendidikan Agama Islam dalam Implementasi Psikososial Erikson di Sekolah. *Al-Afkar, Journal For Islamic Studies*, 41–55.
- Darmawan, D., & Mardikaningsih, R. (2022). Hubungan Kecerdasan Emosional dan Hasil Belajar dengan Kualitas Komunikasi Mahasiswa Fakultas Ekonomi. *ARBITRASE: Journal of Economics and Accounting*, 3(1), 45–49.
- Dawan, M. A. L., Sandri, R., & Christia Sera, D. (2024). Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Ditinjau dari Kecerdasan Emosi. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 3(3), 12–25.
- Detikedu. (2022). *Anak UGM Analisis Quarter Life Crisis dengan Kawruh Jiwa, Apa Hasilnya?*
- Erikson, E. H. (1994). *Identity and the Life Cycle*. WW Norton & company.
- 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. <https://doi.org/10.26740/jptt.v13n2.p102-113>
- Fauziah, S., Hamidah, E., & Anggraeni, N. (2024). Hubungan Dukungan Sosial dengan Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir di STIKES X Cianjur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(1), 412–419. <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc>
- Fazira, S. H., Handayani, A., & Lestari, F. W. (2023). Faktor Penyebab Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(2), 2227–2234.
- Febriani, G., & Fikry, Z. (2023). Gambaran Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengalami Keterlambatan Penyelesaian Masa Kuliah. *Innovative : Journal of Social Science Research*, 3(4), 1472–1487.
- Febriyanti, D. A., & Putri, H. M. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 9(5), 375–383.
- Firmansyah, D., Mufidah, W., & Wigati, D. (2024). Kecerdasan Emosi dalam Menghadapi Quarter Life Crisis pada Mahasiswa di Jombang. *IDEA : Jurnal Psikologi*, 33–39.
- Fischer, K. (2008). *Ramen Noodles, Rent and Resumes: an After-College Guide to Life*. Supercollege, Llc.
- Franyanti, A., Wardani, R. S., & Syafitri, S. R. (2024). The Relationship between Emotional Intelligence and Stress in Students Experiencing a Quarterlife Crisis at the Faculty of Psychology, Medan Area University. *Sinomics Journal*, 3(1), 199–206.

- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books, Inc.
- Goleman, D. (2009). Kecerdasan Emosional : Mengapa EI lebih penting daripada IQ. *Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama*.
- Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 129–138. <https://doi.org/10.22146/gamajop.48948>
- Hajar, S., Sofyan, S., & Amalia, R. (2021). Analisis Kemampuan Penalaran Matematis Siswa dalam Menyelesaikan Soal Open-Ended ditinjau dari Kecerdasan Emosional. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik*, 2(2), 32–36.
- Hamvai, C., Baricz, D., Pócs, D., & Kelemen, O. (2024). Emerging Adulthood in Medical School. Gender, School-Related Factors and Big Five Traits Related to Medical Students' Quarter-Life Crisis. *Mentalhigiene es Pszichoszomatika*, 25(1), 56–68. <https://doi.org/10.1556/0406.2024.00008>
- Harahap, A. C. P., Rivai, S., & Sari, D. P. (2020). Gambaran Resiliensi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 10(2).
- Hartika, N., & Mariana, F. (2019). Pengaruh Keaktifan Belajar & Kecerdasan Emosional terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Progress: Jurnal Pendidikan, Akuntansi Dan Keuangan*, 2(1), 57–71.
- Hasbi, A. Z., Damayanti, R., Hermina, D., & Mizani, H. (2023). Penelitian Korelasional (Metodologi Penelitian Pendidikan). *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(6), 784–808.
- Hatari, S., & Setyawan, I. (2020). Hubungan antara Self Compassion dengan Resiliensi pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(1), 54–59.
- Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife Crisis pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145–156.
- Hertjung, W. S., Yuwono, S., Partini, P., Laksita, A. K., Ramandani, A. A., & Kencana, S. S. (2022). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Resiliensi Remaja di Masa Pandemi. *Proyeksi*, 17(2), 60–71.
- Hidayatullaili, S., Buairi, H., Andriani, P., & Mushollin, R. (2023). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Prestasi Belajar terhadap Disposisi Matematis pada Mahasiswa Calon Guru Matematika. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik*, 4(1), 112–119.
- Hombing, R. Y., & Simarmata, N. I. (2023). Resiliensi terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Medan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 17270–17278.
- Ihsani, H., & Utami, S. E. (2022). The Role of Religiosity and Self-Efficacy towards a Quarter Life Crisis in Muslim College Students. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 3(1), 31–37.
- Iqomah, Meyritha, & Yoga. (2021). Gambaran Quarterlife Crisis pada Emerging Adulthood. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 4(2), 93–101. <https://doi.org/10.29103/jpt.v4i2.10205>
- Irawati, A., Haryati, T., & Wibowo, P. (2024). Hubungan Faktor Psikososial terhadap Kecemasan Mahasiswa Perantau dan Bukan Perantau yang sedang

- Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya Tahun 2023. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 5(1).
- Jalal, N. Maulidya. (2023). Overview of Quarter Life Crisis in College Students in the Millennial Era. *International Journal of Education, Vocational and Social Science*, 2(01), 70–78. <https://e-journal.citakonsultindo.or.id/index.php/IJEVSS/article/view/118>
- Jamain, R. R., Sari, N. P., & Ningrum, S. M. (2023). Benarkah terjadi Fase Quarterlife Crisis pada Mahasiswa? *Annual Guidance and Counseling Academic Forum*, 133–137.
- Jannah, M., & Satwika, Y. W. (2021). Pengalaman Krisis Identitas pada Remaja yang Mendapatkan Kekerasan dari Orangtuanya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 51–59.
- Joseph, N., Nallapati, A., Machado, M. X., Nair, V., Matele, S., Muthusamy, N., & Sinha, A. (2021). Assessment of Academic Stress and its Coping Mechanisms among Medical Undergraduate Students in a Large Midwestern University. *Current Psychology*, 40, 2599–2609.
- Julika, S., & Setiyawati, D. (2019). Kecerdasan Emosional, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(1), 50–59.
- Karpika, I. P., & Segel, N. W. W. (2021). *Quarter Life Crisis terhadap Mahasiswa Studi Kasus di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia*. 22(2), 513–527. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5550458>
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). Investigation of the Relationship between Resilience, Mindfulness, and Academic Self Efficacy. *Open Journal of Social Sciences*, 1(6), 1–4.
- Khairunnisa, N. A. T., & Wulandari, P. Y. (2023). Peran Resiliensi terhadap Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal. *Jurnal Fusion*, 3(11), 1183–1197. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>
- Kirana, K. C., Situmorang, B. J., & Kurniawan, I. S. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosional, Lingkungan Kampus, dan Penggunaan Media Sosial terhadap Prestasi Belajar. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi*, 8(2), 105–115.
- Kompasiana. (2023). *Quarter Life Crisis Momok Menakutkan Mahasiswa*. Kompasiana.
- Korah, E. C. T. (2022). The Role of Family Functioning in the Quarter-Life Crisis in Early Adulthood During the Covid-19 Pandemic. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 7(2), 53. <https://doi.org/10.26858/talenta.v7i2.27184>
- Kumalasari, D., & Akmal, S. Z. (2020). Resiliensi Akademik dan Kepuasan Belajar Daring di Masa Pandemi COVID-19 : Peran Mediasi Kesiapan Belajar Daring. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 353–368.
- Kusumaningrum, N. A. D., & Jannah, M. (2023). Representasi Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal ditinjau Berdasarkan Demografi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 18–27. <https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/download/4533/pdf>

- Lazarus, R. S. (1993). from Psychological Stress to The Emotions: A History of Changing outlooks. *Annual review of psychology*, 44(1), 1–22.
- Linarto, M. I., Marchella, S., Putu Erika Valentina, Melati Resda Ceasaria, Andika Galih Raka Dewa, & Hioe Ricky Yohanes. (2023). The Role of Quarter-Life Crisis Toward Personal Growth Initiative in Emerging Adulthood. *Psychopreneur Journal*, 8(1), 16–25. <https://doi.org/10.37715/psy.v8i1.3460>
- Liputan 6. (2024). *Merasa Bingung di Usia 20-an? Kamu Mungkin Mengalami Quarter Life Crisis*.
- Lismawanti, T. D., Muslimah, A. I., & Ekasari, A. (2022). Emotional intelligence dan Self Efficacy terhadap Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal. *SOUL: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 14(2), 41–55.
- Maitrianti, C. (2021). Hubungan antara Kecerdasan Intrapersonal dengan Kecerdasan Emosional. *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 11(2), 291–305.
- Malik, T. A. F., Prasetya, B. P. P., & Sukmaraga, A. A. (2024). Perancangan Buku Jurnal untuk Membantu Meningkatkan Self-Love dalam Mengatasi Quarter-Life Crisis Usia 18-24 Tahun di Indonesia Menggunakan Metode Design Thinking. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 14454–14468.
- Manek, M. Y., & Wibhowo, C. (2023). Hubungan Efikasi Diri dan Kecerdasan Emosi Terhadap Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal. *Seminar Nasional Psikologi*, 162–170.
- Maryam, S. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosional, Kecerdasan Spiritual, Perilaku Belajar, terhadap Tingkat Pemahaman Akuntansi (Studi Kasus pada Mahasiswa Akuntansi STIE Sutaatmadja Subang). *Prisma (Platform Riset Mahasiswa Akuntansi)*, 1(2), 143–151.
- Masluchah, L., Mufidah, W., & Lestari, U. (2022). Konsep Diri dalam Menghadapi Quarter Life Crisis. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(1), 14–28. <https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.6102>
- Mellyana, S. (2024). *Gambaran Quarter Life Crisis pada Sarjana Fresh Graduate Universitas Malikussaleh*. [https://rama.unimal.ac.id/id/eprint/428/%0Ahttps://rama.unimal.ac.id/id/eprint/428/5/Mellyana Br Sembiring_170620009_ Gambaran Quarter Life Crisis Pada Sarjana Fresh Graduate Universitas Malikussaleh.pdf](https://rama.unimal.ac.id/id/eprint/428/%0Ahttps://rama.unimal.ac.id/id/eprint/428/5/Mellyana%20Br%20Sembiring%20170620009%20Gambaran%20Quarter%20Life%20Crisis%20Pada%20Sarjana%20Fresh%20Graduate%20Universitas%20Malikussaleh.pdf)
- Mirza, R., Hutagalung, M. U., Silalahi, L., Petrisely, W., Elvinawanty, R., & Hafni, M. (2024). Resiliensi ditinjau dari Regulasi Emosi pada Mahasiswa Perantauan. *Jurnal Diversita*, 10(1), 143–155.
- Muhid, A. (2019). Analisis Statistik SPSS. In *Zifatama Jawara*.
- Muwakhidah. (2021). Keefektifan Peer-Counseling (Konseling Teman Sebaya) untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja di Pondok Pesantren Bahrul Ulum Jombang. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 8(1), 52–64.
- Nadiah, S., Nadhirah, N. A., & Fahriza, I. (2021). Hubungan Faktor Perkembangan Psikososial dengan Identitas Vokasional pada Remaja Akhir. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 5(1), 21–29. <https://doi.org/10.22460/q.v1i1p1-10.497>

- Nindyati, A. D. (2020). Kecerdasan Emosi dan Stres Akademik Mahasiswa: Peran Jenis Kelamin sebagai Moderator dalam Sebuah Studi Empirik di Universitas Paramadina. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 127–134.
- Nugsria, A., Pratitis, N. T., & Arifiana, I. Y. (2023). Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal: Bagaimana Peranan Kecerdasan Emosi? *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 1–10.
- Nuri, S. (2024). *Pengaruh Resiliensi dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Octavia, N., Hayati, K., & Karim, M. (2020). Pengaruh Kepribadian, Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Bisnis dan Manajemen (JBM)*, 130–144.
- Okvella, C., & Setyandari, A. (2022). Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Bimbingan dan Konseling Tahun Ajaran 2021/2022. *Solution: Journal of Counselling and Personal Development*, 4(2), 18–24.
- Orinaldi, M. (2020). Peran E-Commerce dalam Meningkatkan Resiliensi Bisnis di Era Pandemi. *ILTIZAM Journal of Shariah Economics Research*, 4(2), 36–53.
- Padillah, R. (2020). Implementasi Konseling Realitas dalam Mengangani Krisis Identitas pada Remaja. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(3), 120–125. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i3.5295>
- Paliyama, J. K., Susilowati, E., & Rahayuningsih, E. (2021). Resiliensi Perempuan dengan Kehamilan tidak diinginkan di Kota Bandung. *Jurnal Ilmiah Perlindungan dan Pemberdayaan Sosial (Lindayasos)*, 3(02), 108–125.
- Paulina, A., & Cahyanti, I. Y. (2022). Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Ketidakpuasan Tubuh Wanita Dewasa Awal di Era Pandemi Covid-19. *Berajah Journal*, 2(1), 201–214.
- Pautina, A. R., Usman, I., & Rizal, M. (2022). Resiliensi Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo di Masa Pandemi Covid-19. *Pedagogika*, 16–23.
- Perante, L., Lunesto, J. P., Coritana, J., Cruz, C. N., Espiritu, J. M., Artiola, A., Templonuevo, W., & Tus, J. (2023). The Quarter-Life Crisis Phenomenon Among Emerging Adults. *Psych Educ*, 7, 61–77. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7635962>
- Pivoriūtė, M. (2021). “Saatnya untuk Berangkat, meski Tak Ada Tujuan yang Jelas”: Pencarian Jati Diri Generasi Muda dan Krisis Seperempat Abad. *Sociologija. Mintis ir veiksmas*, 46(1), 69–94. <https://www.journals.vu.lt/sociologija-mintis-ir-veiksmas/article/view/24709>
- Pramono, C., Mawardi, M., & Agung, M. S. M. (2021). Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan Kecerdasan Emosional pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 5 Klaten. *Prosiding University Research Colloquium*, 966–972.
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan Orang Tua dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 138–â.
- Purwanti, S., & Rohmah, A. N. (2020). Mahasiswa dan Bunuh Diri: Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Skripsi. *Abdi Dosen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(4), 371–378.

- Putri, N. A., & Widyastuti. (2024). *The Relationship Between Emotional Intelligence and Quarter Life Crisis in Female Students at the Muhammadiyah University of Sidoarjo*. 1–7.
- Rahayu, R. A., Kusdiyati, S., & Borualogo, I. S. (2021). Pengaruh Stress Akademik terhadap Resiliensi pada Remaja di Masa Pandemi covid-19. *Prosiding Psikologi*, 7(2), 398–403.
- Rahma, A. N., Rusydi, R., & Suhendrik, S. (2024). Nilai-Nilai Pendidikan Akhlak (Tela'ah Tafsir Al-Mishbah Karya Muhammad Quraish Shihab dalam Surat Al-Insyirah Ayat 1-8). *Journal Islamic Pedagogia*, 4(1), 74–81.
- Rahmah, A. F., Sukiatni, 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.
- Ramadhani, A., & Putrie, C. A. R. (2023). The Relationship of Student Academic Procrastination to Quarter Life Crisis. *Focus Journal of Social Studies*, 4(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.37010/fcs.v4i2.126>
- Ratnasari, S. L., Sari, W. N., Siregar, Y., Susanti, E. N., & Sutjahjo, G. (2022). Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosional, dan Kecerdasan Spiritual terhadap Tingkat Pemahaman Akuntansi pada Mahasiswa di Kota Batam. *Proceeding of National Conference on Accounting & Finance*, 440–448.
- Razak, A., & Hamid, H. (2022). Fenomena Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Era Disrupsi 4.0. *Sulawesi Tenggara Educational Journal*, 2(1), 28–33.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Broadway books.
- Richardson, G. E. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. *Journal of clinical psychology*, 58(3), 307–321.
- Rifka, F., & Urbayatun, S. (2022). Peran Kecerdasan Emosi terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 13(2), 102–113.
- Rifki, P. N., & Anisah, L. (2021). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Kematangan Karir pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Universitas X di Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 7(2), 62–69.
- Rivanda, R. A., & Nofriza, F. (2024). Peran Kecerdasan Emosi terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal on Education*, 06(4). <https://doi.org/10.26740/jppt.v13n2.p102-113>
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife crisis: The unique challenges of life in your twenties*. Penguin.
- Robinson, Cimporescu, M., & Thompson, T. (2021). Wellbeing, Developmental Crisis and Residential Status in the Year After Graduating from Higher Education: A 12-Month Longitudinal Study. *Journal of Adult Development*, 28(2), 138–148.
- Robinson, O. (2015). Emerging Adulthood, Early Adulthood, and Quarter-Life Crisis: Updating Erikson for the Twenty-First Century. In *Emerging adulthood in a European context*. Routledge.

- Rope, D. (2022). Hubungan Media Sosial Terhadap Krisis Identitas Remaja: Studi Kualitatif. *Jurnal Kala Nea*, 3(1), 44–54. <https://doi.org/10.61295/kalanea.v3i1.95>
- Rozhida, A. A. (2023). *Kontribusi Kecerdasan Emosi terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Makassar*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>
- Rusdiana, F. K. (2023). *Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Quarter Life Crisis Mahasiswa Semester Akhir*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>
- Sahir, S. H. (2022). *Metodologi Penelitian*.
- Salamah, A., Suryani, S., & Rakhmawati, W. (2020). Hubungan Karakteristik Demografi dengan Resiliensi Mahasiswa Keperawatan yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 110–125.
- Salim, F., & Fakhrurrozi, M. (2020). Academic Self-Efficacy and Resilience on Undergraduate Students. *Jurnal Psikologi*, 16 No 2, 175–187. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/9718/pdf>
- Sallata, J. M. M., & Huwae, A. (2023). Resiliensi dan Quarter Life-Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(5), 2103–2124. <http://bajangjournal.com/index.php/J>
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, cognition and personality*.
- Saputra, T. A. (2020). Bentuk Kecemasan dan Resiliensi Mahasiswa Pasca Sarjana Aceh-Yogyakarta dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 6(1), 55–61.
- Sari, S. P., Aryansah, J. E., & Sari, K. (2020). Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Pandemi Covid 19 dan Implikasinya terhadap Proses Pembelajaran. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(1), 17–22.
- Sari, S. P., & Yustiana, Y. R. (2022). Bimbingan dan Konseling Bermain dengan Pendekatan Cognitive Behavioral untuk Mengembangkan Resiliensi Mahasiswa. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(1), 113–120.
- Sary, M. F. T., & Damayanti, N. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosi dan Pola Asuh Demokratis dengan Strategi Coping Adaptif pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 1(2), 191–197.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence. *Personality and individual differences*, 25(2), 167–177.
- Seligman, M. E. P. (2008). Positive Health. *Applied psychology*, 57, 3–18.
- Simarmata, N., & Hombing, R. (2023). Pengaruh Resiliensi terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Medan. *Psikofusi: Jurnal Psikologi Integratif*, 5(3), 1–15.
- Simorangkir, J., Lubis, B., Nababan, M. L., Simamora, M. R., & Agustina, W. (2020). Penguatan Resiliensi Remaja Bermasalah melalui Pengembangan Materi Modul Bimbingan dan Konseling. *SIKIP: Jurnal Pendidikan Agama*

- Kristen*, 1(2), 96–103.
- SindoNews.com. (2021). *Mulai Kena Quarter Life Crisis? Hati-Hati Main di Medsos!*
- Sulastri, T., & Jufri, M. (2021). Resiliensi di Masa Pandemi: Peran Efikasi Diri dan Persepsi Ancaman Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(1), 25–32.
- Supardi, Ratnasari, S. L., & Nasrul, H. W. (2020). Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosional, Kecerdasan Spiritual, dan Kecerdasan Linguistik terhadap Kinerja Karyawan. *Journal of Applied Business Administration*, 4(2), 98–107.
- Susilaningsih, F. S., Lumbantobing, V. B. M., & Sholihah, M. M. (2020). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Sikap Caring Mahasiswa Keperawatan Universitas Padjadjaran. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 6(1), 1–15.
- Umroh, N. M., & Al Musafiri, M. R. (2022). Hubungan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal At-Taujih*, 2(2), 70–84.
- Veda, V. Y., & Rahayu, M. N. M. (2023). Pengaruh Emotional Intelligence terhadap Quarter-Life Crisis pada Generasi Z Usia 22-25 Tahun. *Jurnal Psikohumanika*, 15(1), 62–72.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and Psychometric. *Journal of nursing measurement*, 1(2), 165–17847.
- Wardani, I. Y., Oktaviana, D. A., & Nasution, R. A. (2022). Resilience and Emotional Intelligence Related to Workers' Quarter Life Crisis. *Health Science Journal of Indonesia*, 13(2), 49–56.
- Wijianti, D. K. A., & Purwaningtyas, F. D. (2020). Coping Stres, Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 1(2), 11–17.
- Yeler, Z., Berber, K., Özdoğan, H. K., & Çok, F. (2021). Quarter Life Crisis among Emerging Adults in Turkey and its Relationship with Intolerance of Uncertainty. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11(61), 245–262. <http://turkpdrdergisi.com/index.php/pdr/article/view/937>
- Yunalia, E. M., Jayani, I., Suharto, I. P. S., & Susilowati, S. (2021). Kecerdasan Emosional dan Mekanisme Koping berhubungan dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(4), 869–878.
- Zahra, F. H., Nabilah, H. R., & Wedyaswari, M. (2021). Resiliensi Mahasiswa Bidikmisi Tingkat Pertama Universitas Padjadjaran. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(1), 120–134. <https://doi.org/10.33367/psi.v6i1.1448>