



# Hubungan Tingkat Spiritual dengan Kejadian *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir

## The Relationship Between Spiritual Level and Quarter Life Crisis In End Year Collage Student

Naimi Syifa Urrahma<sup>1</sup>, Sri Wahyuni<sup>2\*</sup>, Wasisto Utomo<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Universitas Riau; [naimi.syifa5268@student.unri.ac.id](mailto:naimi.syifa5268@student.unri.ac.id)

<sup>2</sup> Universitas Riau; [sri.wahyuni@lecturer.unri.ac.id](mailto:sri.wahyuni@lecturer.unri.ac.id)

<sup>3</sup> Universitas Riau; [wasisto.utomo@lecturer.unri.ac.id](mailto:wasisto.utomo@lecturer.unri.ac.id)

### ABSTRACT

**Introduction:** *Quarter-life crisis* is a phenomenon that occurs in their 20s. Spirituality is referred to as one of the factors associated with the *quarter-life crisis*. The purpose of the study was to determine the relationship between individual spiritual levels and the incidence of *quarter-life crises* in final-year students. **Methods:** The research design used was a descriptive correlation with a *cross-sectional*. This research was conducted at a university in Riau on 224 final-year students from ten faculties using a proportional *random sampling technique*. The measuring instrument used is the *Spiritual Well-Being Questionnaire* (SWBQ) and *Quarter life crisis* with validity values (of 0.466-0.757) and (0.496-0.858). Simple descriptive tests and *chi-square* were used in data analysis. **Research Results:** The spiritual level of students is at a low level of 31 students (13.8%), a medium level of 148 students (66.1%), and a high level of 45 students (20.1%). The spiritual dimension of the personal part is the lowest part among other dimensions students 86.2 %. Statistical test results obtained a *p-value* (0.000) < (0.05), which means that there is a significant relationship between spiritual level and the incidence of *quarter-life crisis* in final-year students. **Conclusion:** Spirituality is important for students in an effort to prevent a *quarter-life crisis*. An effort is needed to improve the spirituality of final-year students, especially on the personal side to prevent the occurrence of a *quarter-life crisis*.

**Keywords:** *Final-year students, quarter-life crisis, spiritual level*

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** *Quarter life crisis* merupakan fenomena yang terjadi pada usia 20-an tahun. Spiritual disebut sebagai salah satu faktor yang berhubungan dengan *quarter life crisis*. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat spiritual individu dengan kejadian *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di salah satu perguruan tinggi di Riau terhadap 224 mahasiswa tingkat akhir dari sepuluh fakultas dengan menggunakan teknik proporsional *random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuisioner *Spiritual Well-Being Questionnaire* (SWBQ) dan *Quarter life crisis* dengan nilai validitas (0,466-0,757) dan (0,496-0,858). Uji deskriptif sederhana dan uji *chi-square* digunakan dalam analisa data. **Hasil Penelitian:** Tingkat spiritual mahasiswa berada pada tingkat rendah sebanyak 31 mahasiswa (13,8%), tingkat sedang sebanyak 148 mahasiswa (66,1%), dan tingkat tinggi sebanyak 45 mahasiswa (20,1%). Dimensi spiritual bagian personal merupakan bagian yang paling rendah diantara dimensi lainnya. Mahasiswa yang mengalami *quarter life crisis* sebanyak 193 (86,2%). Hasil uji statistik didapatkan *p value* (0,000) <  $\alpha$  (0,05), yang berarti adanya hubungan signifikan antara tingkat spiritual dengan kejadian *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. **Kesimpulan:** Spiritual adalah hal penting bagi mahasiswa dalam upaya mencegah *quarter life crisis*. Diperlukan suatu upaya dalam meningkatkan spiritual mahasiswa tingkat akhir terutama pada bagian personal untuk mencegah terjadinya *quarter life crisis*.

**Kata Kunci :** *Mahasiswa tingkat akhir, quarter-life crisis, tingkat spiritual*

**Correspondence :** Sri Wahyuni  
Email : [sri.wahyuni@lecturer.unri.ac.id](mailto:sri.wahyuni@lecturer.unri.ac.id)

• Received 02 Agustus 2022 • Accepted 11 Agustus 2022 • Published 12 Desember 2022

• p - ISSN : 2088-7612 • e - ISSN : 2548-8538 • DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss3.1289>

## PENDAHULUAN

Karakteristik mahasiswa tingkat akhir berdasarkan usia ialah 20 tahun keatas.<sup>1</sup> Sesuai tahap perkembangan pada usia tersebut yaitu dewasa awal, mahasiswa akan mengalami masa perubahan dari remaja ke dewasa, dimana mahasiswa sudah mulai mengeksplor diri, menyelesaikan masalahnya sendiri, mampu hidup sendiri dari orang tua dan membangun relasi.<sup>2</sup>

Pada sebagian individu yang tidak mampu mengatasi tantangan dan perubahan yang terjadi pada masa ini, muncul krisis emosional di dalam diri.<sup>3</sup> Krisis emosional yang terjadi membuat individu dapat mengalami fenomena *quarter life crisis*.

*Quarter life crisis* adalah fenomena dirasakan individu akibat dari ketidakstabilan yang muncul, selalu merasa tidak mampu, takut gagal, menarik diri, dan panik karena adanya rasa tak berdaya pada individu.<sup>4</sup> Pada mahasiswa tingkat akhir, krisis yang dialami disebabkan kesulitan yang dialami seputar kegiatan tugas akhir atau skripsi, keuangan yang terbatas, serta tuntutan waktu dalam menyelesaikan pendidikan, khawatir dalam hal karir, dan tuntutan lainnya setelah lulus.<sup>5</sup> Di Pekanbaru, didapatkan sebanyak 43,2% responden dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis* kategori sedang, dan sebanyak 27,97% yang berat.<sup>6</sup>

Fenomena *quarter life crisis* ini membahayakan individu karena dapat menuntun individu ke gangguan kesehatan mental, seperti depresi dan gangguan psikis lainnya.<sup>7</sup> Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan mental/psikologis mahasiswa ialah spiritualitas.<sup>8</sup>

Spiritual yaitu kesadaran individu terhadap dirinya terkait kemampuannya menemukan nilai pada dirinya, tujuan serta arti hidup.<sup>9</sup> ketika individu berada dalam situasi krisis, ia dapat memikirkan hal positif merasa akan dapat melewati tantangan yang ada jika tidak, akan tetap mencari solusi alternatif lainnya.<sup>10</sup> Penelitian lain menunjukkan bahwa religiusitas seseorang berhubungan secara signifikan dengan

*quarter life crisis* yang dialaminya ( $p \text{ value} = 0,006$ ).<sup>11</sup>

Hasil studi pendahuluan terhadap 19 orang mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018 (memasuki semester 8) di salah satu perguruan tinggi yang ada di Riau, spiritual yang dirasakan responden 17 orang merasa tenang setiap mengingat Tuhan, 17 orang menghormati orang lain meski berbeda pendapat, 5 orang melakukan kegiatan mendekatkan diri dengan alam, seperti memanjat gunung, pergi kepantai atau wisata alam lainnya agar dapat merasakan energi positif alam, sebanyak 6 orang yang merasa kegembiraan di hampir setiap hari, dan 12 orang merasa sulit menenangkan diri ketika menghadapi masalah.

Sedangkan pada gejala yang merujuk ke *quarter life crisis* dimana didapatkan bahwa 15 orang merasa khawatir akan masa depan, 17 orang merasa terbebani diusia saat ini belum berpenghasilan, 12 orang merasa ragu saat lulus akan melanjutkan studi atau menikah, 13 merasa khawatir salah dalam memutuskan arah karir.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat spiritual dengan kejadian *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir.

## METODE

Jenis penelitian adalah kuantitatif, menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dalam penelitian ini ialah secara probabilitas yaitu proporsional *random sampling*, yang berjumlah 224 mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018 pada 10 fakultas di salah satu perguruan tinggi negeri di Riau.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam mengukur tingkat spiritual ialah SWBQ oleh Gomez dan Fisher.<sup>12</sup> Instrumen sudah melalui uji validitas dan didapatkan hasil pada rentang nilai 0,466-0,757, nilai *cronbach's alpha* ialah 0,90. Pada kuisioner *Quarter life crisis* oleh Hassler dan diadaptasi oleh Agustin<sup>13</sup>, semua item pertanyaan valid dan reliabel dengan rentang nilai 0,496-0,858 dan nilai *cronbach's alpha* 0,960.

Analisa deskriptif digunakan untuk mengetahui jumlah dari seluruh variabel penelitian mencakup umur, jenis kelamin, agama, fakultas, tingkat spiritual (tinggi, sedang, rendah) dan kejadian *quarter life crisis* (ya, tidak). Uji *chi-square* digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel tingkat spiritual dengan variabel *quarter life crisis*. Nomor etik penelitian ialah 362/UN. 19.5.1.8/KEPK.FKp/2022.

## HASIL

### Karakteristik Responden

Tabel 1. *Gambaran Karakteristik Responden*

Karakteristik	N	%
Umur		
20 tahun	4	1,8
21 tahun	85	37,9
22 tahun	124	55,4
23 tahun	9	4,0
24 tahun	2	0,9
Total	224	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	67	30
Perempuan	157	70
Total	224	100
Agama		
Islam	208	92,9
Kristen	12	5,4
Katolik	3	1,3
Buddha	1	0,4
Total	224	100

Hasil tabel tersebut menunjukkan bahwa seluruh mahasiswa dalam penelitian ini berusia 20-an tahun yang merupakan individu tahap dewasa awal. Jenis kelamin mayoritas mahasiswa adalah perempuan yaitu sebanyak 70%. Agama mayoritas mahasiswa ialah islam, serta fakultas mayoritas mahasiswa dalam penelitian ini ialah Fakultas Keguruan dan Pendidikan yaitu sebanyak 25%.

### Tingkat Spiritual

Tabel 2. *Gambaran Tingkat Spiritual*

Karakteristik	N	%
Rendah	31	13,8
Sedang	148	66,1
Tinggi	45	20,1
Total	224	100

Menunjukkan bahwa mahasiswa yang diteliti, mayoritas memiliki tingkat sedang berjumlah 148 responden (66,1%).

### Quarter Life Crisis

Tabel 3. *Gambaran Quarter Life Crisis*

Karakteristik	N	%
Ya	193	86,2
Tidak	31	13,8
Total	224	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 224 mahasiswa akhir yang diteliti, ditemukan bahwa sebanyak 86,2% mahasiswa yang mengalami *quarter life crisis*.

### Hubungan Tingkat Spiritual dengan Kejadian Quarter Life Crisis

Hasil analisis hubungan tingkat spiritual dengan kejadian *quarter life crisis* diperoleh sebanyak 100% atau seluruh mahasiswa yang memiliki tingkat spiritual rendah mengalami *quarter life crisis*, sedangkan pada spiritual tinggi sebanyak 24 responden mengalami *quarter life crisis* dan 21 (46,7%) responden yang tidak mengalami *quarter life crisis*.

Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh *p value* (0,000) <  $\alpha$  (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan proporsi kejadian *quarter life crisis* pada mahasiswa yang memiliki tingkat spiritual rendah, sedang dan tinggi (*H<sub>0</sub>* ditolak), yang artinya adanya hubungan antara tingkat spiritual dengan kejadian *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir.

Tabel 4. *Hubungan tingkat spiritual dengan kejadian quarter life crisis*

Tingkat Spiritual	Kejadian Quarter Life Crisis				<i>p-value</i>
	Ya		Tidak		
	N	%	N	%	
Rendah	31	100	0	0	0,000
Sedang	138	93,2	10	6,8	
Tinggi	24	53,3	21	46,7	

## PEMBAHASAN

### Gambaran Karakteristik Responden

Usia mahasiswa tingkat akhir berusia 20 tahun keatas dan mayoritas berusia 22 tahun yakni sebanyak mahasiswa 54,9%. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian lain yang menunjukkan sebagian besar mahasiswa tingkat akhir berusia 22 tahun yaitu sebanyak 36,2% mahasiswa.<sup>1</sup> Tahap perkembangan pada usia tersebut ialah mahasiswa akan mengalami masa peralihan (*emerging adulthood*) dari remaja ke dewasa, individu sudah mulai menggali diri, dapat menyelesaikan masalah pribadinya, mampu membentuk suatu hubungan dan mampu hidup sendiri dari orang tua.<sup>2</sup>

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, mahasiswa tingkat akhir mayoritas ialah berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 70,1%. Hal tersebut juga terdapat dalam penelitian lain yaitu mayoritas partisipan di beberapa perguruan tinggi merupakan perempuan sebanyak 72,92%.<sup>14</sup> Usia krisis pada tahap dewasa awal lebih banyak dialami oleh perempuan, laki-laki mengalami krisis di usia dewasa pertengahan.<sup>15</sup>

### Gambaran Tingkat Spiritual

Hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada tingkat spiritual sedang yaitu sebanyak 148 (66,1%) mahasiswa, sesuai dengan penelitian lain mengenai tingkat spiritual, dimana sebagian besar tingkat spiritual mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada kategori sedang sebanyak 40,24%.<sup>16</sup> Seseorang yang memiliki tingkat spiritual yang sedang memiliki karakteristik yaitu tidak memikirkan kehidupan orang lain, cuek, mengikuti kebiasaan hidup di lingkungan sekitarnya tanpa mengetahui maksud dan tujuannya.<sup>17</sup>

Pada penelitian ini tingkat spiritual pada aspek personal mahasiswa memiliki skor yang paling rendah diantara aspek lainnya, yaitu hanya 51 mahasiswa (22,8%). Aspek *personal* dalam tingkat spiritual seseorang mengacu pada

bagaimana seseorang terkait dengan dirinya sendiri dalam artian, tujuan, dan nilai dalam hidup dan kesadaran diri.<sup>9</sup>

Aspek *transcendental* dan *communal* merupakan aspek yang memiliki skor tertinggi yaitu berjumlah 74 mahasiswa. Pada aspek *transcendental* domain ini berupa hubungan dengan kekuasaan tertinggi yaitu Tuhan, yang melibatkan kesetiaan di dalamnya meliputi ibadah, penyembahan yang berkaitan dengan rasa kesatuan dengan-Nya. Aspek *communal* berisi moralitas, budaya, agama, dan hubungan interpersonal yang mendalam dan pencapaian hati terhadap manusia. Ekspresi domain ini dalam bentuk cinta, pemaafan, keadilan, harapan, kesetiaan dalam kemanusiaan.<sup>9</sup>

### Gambaran Quarter Life Crisis

Penelitian ini menunjukkan hasil mahasiswa tingkat akhir mengalami *quarter life crisis* yaitu sebanyak 86,2% mahasiswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di Pekanbaru, didapatkan bahwa mayoritas dewasa awal di Pekanbaru sebanyak 71% individu yang mengalami *quarter life crisis* sedang dan berat.<sup>6</sup> Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan fenomena *quarter life crisis* benar terjadi pada mahasiswa tingkat akhir.<sup>7</sup> Sesuai dengan hasil penelitian terdahulu dimana sebanyak 71,7% mahasiswa tingkat akhir mengalami *quarter life crisis* sedang, pada tingkat tinggi sebanyak 21,2% dan rendah sebanyak 7,2%.<sup>18</sup>

### Hubungan Tingkat Spiritual dengan Kejadian Quarter Life Crisis

Hasil analisa penelitian ini dengan uji *Chi-square*, hasil menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat spiritual mahasiswa tingkat akhir terhadap *quarter life crisis* yang dialami ( $p \text{ value} = 0,000 < \alpha=0,05$ ). Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang sudah dilakukan, dimana didapatkan bahwa religiusitas seseorang berhubungan secara signifikan dengan *quarter life crisis* yang dialaminya ( $p \text{ value}=0,006$ ).<sup>11</sup> Penelitian

lainnya yaitu terkait pengaruh kecerdasan spiritual dalam menghadapi *quarter life crisis* menunjukkan nilai sebesar 0,895 atau 89,5% yang menandakan hasil signifikan atau pengaruh yang besar.<sup>19</sup>

Hasil penelitian yang selaras dengan penelitian ini, menunjukkan bahwa responden yang mengalami *quarter life crisis* mempunyai perasaan cemas dalam menghadapi masa depan, adanya tekanan dari keluarga, rasa takut mengecewakan orang tua, suka membandingkan diri dengan orang lain, merasa kurang akan apa yang telah dicapai, tidak yakin dengan pasangan maupun hubungan dengan orang lain seperti pertemanan.<sup>20</sup> Adanya spiritual yang baik saat berada dalam krisis, ia dapat memikirkan hal positif merasa selalu bisa menangani tekanan yang ada dan jika tidak berhasil, ia akan tetap usaha mencari alternatif lainnya.<sup>10</sup> Individu yang telah mencapai kesejahteraan spiritual yaitu ia merasa sejahtera dalam relasinya dengan diri sendiri, komunitas, lingkungan serta Tuhan secara holistik.<sup>9</sup>

Dalam penelitian ini juga menunjukkan hasil sebagian besar individu yang tidak mengalami *quarter life crisis* memiliki tingkat spiritual yang tinggi, hal tersebut dapat terjadi karena seseorang yang tingkat spiritual tinggi memiliki ciri yaitu individu memiliki kesadaran akan adanya Tuhan dan patuh terhadap perintah-Nya, memiliki makna dan tujuan hidup, memiliki sikap peduli terhadap sesama makhluk hidup dan alam, merasa selalu bersyukur dan bahagia pada hidupnya.<sup>21</sup>

Keterbatasan penelitian ini adalah masih terbatasnya sampel yang mewakili total populasi, diperlukan penelitian lanjut dengan sampel yang sesuai dengan rasio populasi.

## SIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan disimpulkan bahwa tujuan penelitian yang ditetapkan oleh peneliti telah terjawab yaitu adanya hubungan signifikan antara Tingkat spiritual dengan kejadian *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Aspek *personal* merupakan dimensi spiritual yang memiliki skor

paling rendah terhadap kejadian *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Berdasarkan hasil penelitian dapat disarankan perlunya dikembangkan suatu upaya dalam meningkatkan spiritual mahasiswa terutama bagi mahasiswa tingkat akhir. Upaya tersebut harus saling terintegrasi antara petugas kesehatan seperti perawat jiwa dengan orang tua, mahasiswa, dan juga lingkungan kampus agar dapat mencegah atau mengurangi terjadinya *quarter life crisis*.

## KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada konflik kepentingan pada penelitian ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian ini, kerabat terdekat, dosen pembimbing serta institusi Fakultas Keperawatan Universitas Riau yang telah memberikan dukungan dan bantuan. Terimakasih juga kepada perguruan tinggi serta mahasiswa akhir yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Apande, J., Asrifuddin, A., & Kaunang, W. P. (2021). Gambaran tingkat stres mahasiswa akhir kerukunan pelajar mahasiswa Indonesia Bolaang Mongondow Timur (KPMIBT) selama pembatasan sosial pandemi. *Jurnal Kesmas*, 10(5), 94–99. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/viewFile/35123/32905>
2. Papalia, D E. & Feldman, R. D. (2015). *Menyelami perkembangan manusia Edisi 12 Buku 1*. Jakarta: Salemba Humanika.
3. 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. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*. 2022 Jun 30;13(2):102-13. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jptt/article/view/13524/8194>

4. Robbins, A & Wilner, A. (2001). *Quarterlife crisis: The unique challenges of life in your twenties*. New York: Penguin Putnam, Inc.
5. Putri, A. R. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan Quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir. *Skripsi*. Lampung: Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan. [http://repository.radenintan.ac.id/12581/1/SKRIPSI\\_PERPUS.pdf](http://repository.radenintan.ac.id/12581/1/SKRIPSI_PERPUS.pdf)
6. Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife crisis pada masa dewasa awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145-156. <https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.1036>.
7. Sujudi, M. A., & Ginting, B. (2020). Quarterlife crisis di masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa semester akhir Universitas Sumatera Utara. *Buddayah: Jurnal Pendidikan Antropologi*, 2(2), 105-112. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/bdh/article/view/23036><https://doi.org/10.24114/bdh.v2i2.23036>
8. Wahyuni, E. N., & Bariyyah, K. (2019). Apakah spiritualitas berkontribusi terhadap kesehatan mental mahasiswa?. *Jurnal educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5(1), 46-53. <http://dx.doi.org/10.29210/120192334>
9. Fisher, J. (2011). The four domains model: Connecting spirituality, health and well-being. *Religions*, 2(1), 17-28. <https://doi.org/10.3390/rel2010017>
10. Larasati, D. (2021). Peran religiusitas dalam menghadapi Quarter life crisis. *Skripsi*. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/78834>
11. 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. <https://doi.org/10.22146/gamajop.48948>.
12. Gomez, R., & Fisher, J. W. (2003). Domains of spiritual well-being and development and validation of the Spiritual Well-Being Questionnaire. *Personality and individual differences*, 35(8), 1975-1991. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00045-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00045-X)
13. Agustin, I. (2012). Terapi dengan Pendekatan Solution Focused pada Individu yang Mengalami Quarter life crisis. *Tesis*. Depok: Universitas Indonesia. <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20300702-T30360-Inayah%20Agustin.pdf>
14. Rahardjo, W., Qomariyah, N., Mulyani, I., & Andriani, I. (2021). Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran neurotisme, kelebihan informasi, invasion of life, kecemasan, dan jenis kelamin. *Jurnal Psikologi Sosial*, 19(2), 142-152. <http://jps.ui.ac.id/index.php/jps/article/view/220>
15. Robinson, O. C. (2015). *Emerging adulthood, early adulthood and quarterlife crisis: Updating Erikson for the 21st century In in a European context*. New York: Routledge.
16. Aditama, D. (2017). Hubungan antara spiritualitas dan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *El-tarbawi*, 10(2). <https://journal.uin.ac.id/Tarbawi/article/view/11908>
17. Anggraini, D., Wiyanti, S., & Andayani, T. R. (2012). Hubungan antara kecerdasan (intelektual, emosi, spiritual) dengan penerimaan diri pada dewasa muda penyandang cacat tubuh di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa Prof. Dr. Soeharso Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 1(1). <http://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/candrajiwa/article/view/19>

18. Sumartha, A. R. (2020). Pengaruh trait kepribadian neuroticism terhadap quarter-life crisis dimediasi oleh harapan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. <http://etheses.uin-malang.ac.id/19370/1/16410067.pdf>
19. Hayati, A. (2019). Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan quarter-life crisis: Studi deskriptif pada mahasiswi Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi semester VIII tahun 2019. *Skripsi*. Bandung: UIN Sunan Gunung Djati Bandung. <http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/23224>
20. Sari, S. P., & Wijayanti, D. Y. (2014). Spirituality nursing among patients with Schizophrenia. *Jurnal Ners*, 9(1), 126-132. <https://e-journal.unair.ac.id/JNERS/article/view/3262/0>
21. Novitasari, Y., Yusuf, S., & Ilfiandra, I. (2017). Perbandingan Tingkat Spiritualitas Remaja Berdasarkan Gender dan Jurusan. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 1(2), 163-178. <http://ijec.ejournal.id/index.php/counseling/article/view/12>