DAFTAR PUSTAKA

Afrilia, D. D., & Royanulloh. (2025). *The Protective Role of Religiosity Against Quarter-Life Crisis Among Final-Year University Students*.

Allifah, S. A. P., Mudhar Maria Sri, V., & Pae, E. W. N. (2025). Eksplorasi Faktor-Faktor Penyebab Quarter Life Crisis pada Generasi Z di Indonesia. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, *8*(2), 9–16.

Allport, G. W. (1950). *The Individual and His Religion: A Psychological Interpretation*. Macmillan.

Amrona, D. (2023). Perkembangan tugas individu pada masa dewasa awal dan tantangan kehidupan modern. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, *11*(2), 45–57.

an-Nisa, F., & Rahma, S. (2025). Kedisiplinan pesantren sebagai buffer stres akademik dan inkubator regulasi diri mahasiswa. *Jurnal Psikologi Islam Alternatif*, *13*(1), 72–85.

Anggraini, N. (2022). Quarter-Life Crisis sebagai perubahan emosional pada masa transisi remaja menuju dewasa. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, *8*(1), 66–74.

Anwar & Gunawan, H., K. (2026). Modifikasi analisis interaktif Miles dan Huberman dalam penelitian kualitatif bidang pendidikan. *Jurnal Cakrawala Riset, 15(1)*, 12–25.

Anwar, K. (2021). *Peran Organisasi Keagamaan dalam Transformasi Sosial di Indonesia*. Pustaka Utama.

Anwar, K. (2022). Spiritual Coping dan Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Krisis Usia Seperempat Abad. *Jurnal Psikologi Islami*, *8*(2), 145–158.

Argasiam, B., & Putri, S. A. P. (2023). Quarter Life Crisis in the Millennial Group in Terms of Social Comparison and Resilience. *Analitika*, *15*(2), 114–123.

Ariyaningsih, A. (2023). Analisis Data Sekunder dalam Penelitian Pendidikan Agama Islam. *Jurnal Pendidikan Islam Kontemporer*, *3*(1), 45–58.

Arnett, J. J. (2023). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (3rd ed., Ed.). Oxford University Press.

Arnett, J. J., & Jensen, L. A. (2024). *Adolescence and Emerging Adulthood: A Cultural Approach* (7th ed.). Pearson.

Astanu, M. (2022). Pentingnya kematangan karir dalam menentukan keberhasilan individu pada masa dewasa awal. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, *7*(3), 121–130.

Batson, C. D., Schoenrade, P., & Ventis, W. L. (2022). *Religion and the individual: A*

social-psychological perspective. Oxford University Press.

Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2023). Spirituality and emotional resilience in modern psychological adaptation. *International Journal of Mental Health and Resilience*, *18*(1), 45–59.

Ermita, R., Rifani, R., & Hamid, H. (2024). Hubungan Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Negeri Makassar. *Jurnal Psikologi Islam*, *9*(2). https://doi.org/10.47399/jpi.v9i2.224

Fahmi, M. Z., & Setiawan, A. (2024). Cognitive flexibility dan strategi koping mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi krisis identitas dewasa awal. *Jurnal Ilmu Perilaku*, *18*(2), 143–156.

Fauzi, A. (2025). Budaya Pesantren sebagai Support System Kesehatan Mental Mahasiswa Santri. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, *11*(1), 45–60.

Fazira, A. (2022). Faktor internal dan eksternal dalam menghadapi Quarter-Life Crisis pada dewasa awal. *Jurnal Psikologi Humanistik*, *9*(1), 31–42.

Febrianti, R., & Husniawati, N. (2021). Dukungan keluarga dan lingkungan terhadap kemampuan individu menghadapi Quarter-Life Crisis. *Jurnal Psikologi Islam Dan Sosial*, *5*(2), 88–96.

Flynn, S. (2022). *Understanding quarter-life crisis in emerging adulthood*. Routledge.

Garmezy, N. (1991). Resiliency and Vulnerability to Adverse Developmental Outcomes Associated with Poverty. *American Behavioral Scientist*, *34*(4), 416–430. https://doi.org/10.1177/0002764291034004003

Hardy, S. A., & Taylor, E. M. (2024). The Past, Present, and Future of Research on Religious and Spiritual Development in Adolescence, Young Adulthood, and Beyond. *Archive for the Psychology of Religion*, *46*(2), 109–120. https://doi.org/10.1177/00846724241257762

Hasyim, F. F., Setyowibowo, H., & Purba, F. D. (2024). Factors Contributing to Quarter Life Crisis on Early Adulthood: A Systematic Literature Review. *Psychology Research and Behavior Management*, *17*, 1–12. https://doi.org/10.2147/PRBM.S438866

Hermawan, A. (2025). Kematangan beragama dan pembentukan nilai religius dalam kehidupan sosial masyarakat. *Jurnal Studi Keislaman Dan Pendidikan*, *14*(1), 55–68.

Hidayat, R. (2022). *Agama, Teologi, dan Dimensi Keselamatan dalam Kehidupan Modern*. Penerbit Kanisius.

Hidayat, R., & Nugroho, B. (2024). Peran growth mindset dalam meningkatkan kapasitas bouncing back pada dewasa awal yang mengalami kegagalan karier. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, *9*(3), 215–229.

Hidayat, T., & Kurniawan, R. (2025). Rekonstruksi Makna Tawakal dalam Mengatasi Overthinking pada Fase Dewasa Awal. *Jurnal Studi Agama-Agama*, *15*(1), 89–

104.

Hood, R. W., Hill, P. C., & Spilka, B. (2022). *The psychology of religion: An empirical approach* (5th ed., Ed.). Guilford Press.

Huda, N. (2023). Pengaruh tawakal dan kontrol diri terhadap gejala quarter-life crisis pada santri. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, *6*(1), 45–58.

Ihsani, A., & Utami, S. (2023). Religiusitas sebagai faktor protektif quarter-life crisis pada mahasiswa muslim. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, *11*(2), 112–125.

Ihsani, H., & Utami, S. E. (2022). *The Role of Religiosity and Self-Efficacy Towards a Quarter-Life Crisis in Muslim College Students*.

Ilman, M. (2025). Perspektif psikologi Islam dalam menghadapi Quarter-Life Crisis pada generasi muda. *Jurnal Psikologi Islam*, *13*(1), 15–29.

Jalaludin, & Zulkarnain. (2019). *Psikologi agama: Memahami perilaku religius dan kematangan beragama*. RajaGrafindo Persada.

Khusumadewi, D., Pramesti, A., & Lianawati, L. (2025). Implementasi nilai qanaah dalam coping stres untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, *13*(1), 89–102.

Koenig, H. G. (2009). Research on Religion, Spirituality, and Mental Health: A Review. *The Canadian Journal of Psychiatry*, *54*(5), 283–291. https://doi.org/10.1177/070674370905400502

Koenig, H. G. (2015). Religion, Spirituality, and Health: A Review and Update. *Advances in Mind-Body Medicine*, *29*(3), 19–26.

Krok, D., Szcześniak, M., & Zarzycka, B. (2024). The Role of Religious Comfort and Strain on Social Well-Being among Emerging Adults in Poland: Serial Mediation by Meaning Making Processes. *Journal of Religion and Health*, *63*, 4110–4129.

Lestari, S., Wahyuni, I., & Mulyana, D. (2024). Pengaruh Internalisasi Ajaran Tasawuf Terhadap Kemampuan Husnuzan pada Mahasiswa PTKIS. *Jurnal Pemikiran Islam*, *20*(2), 210–225.

Masruri, M. (2021). Kedewasaan beragama sebagai upaya memperkuat kerukunan umat beragama di Indonesia. *Jurnal Moderasi Beragama*, *3*(2), 101–115.

Masten, A. S. (2018). Resilience Theory and Research on Children and Families: Past, Present, and Promise. *Journal of Family Theory & Review*, *10*(1), 12–31. https://doi.org/10.1111/jftr.12255

Masten, A. S. (2021a). Multisystem Resilience: Pathways to an Integrated Framework. *Research in Human Development*, *18*(3), 153–163. https://doi.org/10.1080/15427609.2021.1958604

Masten, A. S. (2021b). Resilience in emerging adulthood: Adaptive systems and positive development. *American Psychologist*, *76*(2), 210–223.

Mujayaroh, S. (2021). Kematangan karir pada mahasiswa dalam menentukan pilihan pekerjaan. *Jurnal Konseling Karier*, *4*(2), 54–63.

Mujib, A., & Mudzakir, Y. (2024). *Teori kematangan beragama dalam perspektif pendidikan Islam kontemporer*. Aswaja Pressindo.

Nashori, F. (2021). Kematangan Beragama dan Kecemasan Eksistensial pada Mahasiswa Akhir. *Jurnal Psikologi Dan Keagamaan*, *9*(4), 312–328.

Nasya, V. A., & Amelasasih, P. (2025). The Influence of Mental Health on Quarter Life Crisis in the Emerging Adulthood Phase. *World Psychology*, *4*(2).

Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. (1998). Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *37*(4), 710–724. https://doi.org/10.2307/1388152

Pratama & Wijaya, M., A. Y. (2024). Reorientasi pengumpulan data primer dan sekunder dalam riset kualitatif berbasis masyarakat. *Jurnal Analisis Sosial Kontemporer*, *8(2)*, 101–115.

Pratama, A. (2024). Konsep Raja' dalam Psikologi Islam: Menumbuhkan Harapan di Tengah Quarter-Life Crisis. *Jurnal Kesehatan Mental Islami*, *6*(2), 77–91.

Pratama, A. D. (2023). *Pendidikan Agama dan Tantangan Moderasi Beragama*. Media Cipta.

Putri, S. A., & Hakim, M. A. (2024). Spiritualitas sebagai mediator resiliensi dalam menghadapi tekanan hidup pada dewasa awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, *12*(2), 112–128.

Rahman, A. (2025). *Peran keluarga dalam pembentukan karakter religius dan ketahanan mental anak*. Alfabeta.

Rahmania, R., & Tasaufi, M. N. F. (2020). Quarter-life crisis pada masa dewasa awal di kalangan mahasiswa. *Jurnal Psikologi Insight*, *4*(2), 148–156.

Rahmawati, A. (2024). *Quarter Life Crisis Mahasiswa Fase Emerging Adulthood Ditinjau dari Religiusitas dan Identitas Diri*.

Ramadani, K. S. (2025). Pengaruh ekosistem religius dan dukungan sosial terhadap kecepatan pemulihan stres psikologis mahasiswa santri. *Jurnal Kesehatan Mental Dan Spiritual*, *7*(1), 40–53.

Ramadani, N. A., Mubina, N., & Minarsih, Y. (2025). Predicting Quarter-Life Crisis in Emerging Adulthood through Self-Efficacy and Resilience. *Philanthropy Journal of Psychology*, *9*(2), 184–198.

Ramadhan, R., & Fatimah, S. (2023). Efek Katarsis Emosional Melalui Terapi Zikir dan Membaca Al-Qur'an bagi Remaja Akhir. *Jurnal Counseling Religius*, *10*(3), 185–199.

Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Broadway Books.

Resha, A., & Hendrastomo, G. (2024). Dinamika quarter-life crisis pada mahasiswa: Tinjauan karier, finansial, dan relasi interpersonal. *Jurnal Sosiologi Pendidikan*, *15*(1), 22–38.

UINSSC
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON

Rianti, I., Suhairi, S., & Aslami, N. (2024). Resiliensi dan kematangan karier terhadap quarter-life crisis pada mahasiswa fresh graduate UIN Sumatera Utara. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, Dan Entrepreneurship*, *14*(2), 486–500. https://doi.org/10.30588/jmp.v14i2.2445

Richardson, G. (2022). Resilience and adaptive coping in emerging adulthood. *Journal of Psychological Resilience*, *11*(2), 101–118.

Robbani, A. N., & Nafisatuzzahra. (2024). Dukungan Sosial sebagai Penyangga Stres Karier pada Dewasa Awal: Telaah Literatur Tematik tentang Quarter-Life Crisis. *Educazione: Jurnal Pendidikan, Pembelajaran Dan Bimbingan Konseling*, *13*(1). https://doi.org/10.56013/edu.v13i1.3724

Robinson, O. C., Petrov, N., Vleioras, G., Çok, F., Özdoğan, H. K., Yeler, Z., Berber, K., Millova, K., Sajjad, S., Dutra-Thomé, L., Rahayu, M. N. M., Rasyida, A., Aprodita, N. P., Mishra, S., Sharma, P., Srivastava, A., Dermitzaki, I., Spyrou, A., Mante, E., … Fisher, A. (2025). Quarter-Life Crisis Episodes in Emerging Adulthood: A Mixed-Methods Analysis of Data From Eight Countries. *Emerging Adulthood*, *13*(6), 1491–1506.

Robinson, O. C., & Wright, G. R. T. (2022). The quarter-life crisis: A systematic review of the psychological literature. *Journal of Adult Development*, *29*(4), 285–302.

Robinson, O., Wright, G., & Smith, J. (2023). Quarter-life crisis and identity transition in emerging adulthood. *Journal of Adult Development*, *30*(1), 12–25.

Salamuddin, A., Rahmat, M., & Fahrudin. (2024). The Existence Islamic Education Learning Forming Students' Level of Religious Maturity. *Edureligia: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, *8*(2), 158–171. https://doi.org/10.33650/edureligia.v8i2.8931

Sallata, J. M. M., & Huwae, A. (2023). Resiliensi dan Quarter Life-Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, *2*(5).

Sari & Handayani, T., I. P. (2025). Penerapan teknik triangulasi waktu dan teknik dalam mereduksi bias penelitian kualitatif. *Jurnal Metode Riset Ilmiah, 14(1)*, 77–91.

Sari, M. P., & Hidayat, A. (2024). Pengaruh regulasi emosi terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Ilmu Perilaku Dan Kesehatan Mental*, *11*(2), 115–129.

Sari, S., Winangsih, R., & Widyaningtyas, M. D. (2025). Peran Dukungan Sosial dalam Pembentukan Resiliensi Diri pada Penyintas Quarter-Life Crisis. *Social Science Research Journal*, *2*(3).

Schwartz, S. J., & Petrocelli, J. V. (2024). Ambivalence and identity uncertainty in early adulthood development. *Developmental Psychology Review*, *19*(1), 55–70.

Sinta, D., Rahmat, M., Anwar, S., Nurhuda, A., & Engku Ab Rahman, E. S. (2024). Religiusitas dan Kematangan Beragama dalam Membantu Menghadapi Quarter-Life Crisis Bagi Kalangan Generasi Milenial. *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*, *21*(2), 214–227. https://doi.org/10.25299/al-

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER

hikmah:jaip.2024.vol21(2).16940

Suprayogi, M. N., & Santoso, W. B. (2024). Role of Emotional Maturity and Social Support in Predicting Quarter-Life Crisis in Emerging Adulthood Using Multiple Linear Regression Analysis. *Engineering Proceedings*, *74*(1), 65. https://doi.org/10.3390/engproc2024074065

Suryadiningrum, B. A., Haque, S. A., & Saragih, S. (2024). Resiliensi Santri: Bagaimana Peran Religious Coping Menghadapi Quarter Life Crisis? *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, *1*(1).

Suryadiningrum, T., Haque, M., & Saragih, S. (2023). Kerentanan psikologis santri di era modern: Sebuah studi mengenai quarter-life crisis di pesantren. *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia*, *8*(2), 150–165.

Suryani, A., Putri, D. R., & Hidayat, R. (2025). Quarter-life Crisis: Spiritual Well-being as a Mediator in the Relationship Between Emotion Regulation, Social Support, Religious Activities, and Quality of Life. *The Open Psychology Journal*, *18*. https://doi.org/10.2174/0118743501366061250422091849

Suryani, I. (2025). Integrasi efikasi diri berbasis keimanan dalam menghadapi disrupsi dan ketidakpastian masa depan. *Jurnal Teo-Psikologi*, *15*(1), 18–31.

Suryatiningsih, S., Mariyati, I., & Ansyah, A. (2024). Hubungan religiusitas dengan resiliensi dan kesejahteraan psikologis santri di pondok pesantren. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, *12*(3), 305–320.

Syahputra, D. (2023). Hubungan Sikap Tawakal dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa Merantau. *Jurnal Ilmiah Psikologi Perkembangan*, *5*(1), 12–27.

Thoyib, M. (2020). *Psikologi Agama dan Kedewasaan Beragama dalam Masyarakat Majemuk*. Airlangga University Press.

Toding, W. R. B., David, L., & Pali, C. (2015). Hubungan dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada mahasiswa. *Jurnal E-Biomedik*, *3*(1), 1–7.

Tohari, A. (2024). The impact of digital information flow on Generation Z's religious awareness. *Jurnal Penelitian Agama*, *25*(2), 191–208. https://doi.org/10.24090/jpa.v25i2.2024.pp191-208

Trisnantari, H. E., Mutohar, P. M., Jabbar, M. R. A., & Ismail, R. A. (2025). Internalizing religious values through habituation: Strengthening students' character in the digital era. *Al-Hayat: Journal of Islamic Education*, *10*(2). https://doi.org/10.35723/ajie.v10i2.284

Utami, T., & Saputra, H. (2025). Dimensi Optimisme Kematangan Beragama dalam Menghadapi Masa Depan. *Jurnal Riset Psikologi Agama*, *4*(1), 55–68.

Villani, D., Eissa, S., Zambelli, M., & Di Natale, A. F. (2025). *Religiously Grounded Character and Its Association with Subjective Well-Being in Emerging Adults: A Latent Profile Analysis*.

Wantini, Sulastri, & Mahmudah, K. N. L. (2024). Review of Islamic Psychology: Building Correlations of Religious Maturity in Islamic Education. *Psikis: Jurnal*

Psikologi Islami, *10*(1), 59–68. https://doi.org/10.19109/psikis.v10i1.13232

Wibowo & Lestari, P., T. (2025). Validitas dan reliabilitas instrumen utama dalam penelitian kualitatif bidang keagamaan. *Jurnal Studi Islam Dan Sosial, 11(2)*, 120–134.

Wildan, M., & Rahmawati, A. (2024). Kontribusi Iklim Religius Pesantren Terhadap Kematangan Beragama Mahasiswa IPEBA. *Jurnal Pendidikan Islam Terpadu*, *12*(2), 130–144.

Wulandari, T., & Saputra, K. (2024). Media sosial, social comparison upward, dan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi quarter-life crisis. *Jurnal Psikologi Sosial Dan Klinis*, *6*(3), 202–216.

Zakaria, F. (2023). Strategi bimbingan konseling berbasis nilai Islam di perguruan tinggi pesantren. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, *5*(2), 89–105.

Zakiyatunnisa, Z., Malakiyana, M., Endi, E., Pratama, P., & Mahmuda, M. (2025). Peran lingkungan pesantren dan pengalaman religius dalam membentuk resiliensi mahasiswa. *Jurnal Studi Keislaman Dan Psikologi*, *9*(1), 10–25.

Zulfiqri, M., & Depok, A. (2025). Religious maturity and inclusive attitudes among young adults in multicultural society. *Journal of Religious Psychology and Society*, *7*(1), 21–35.

UINSSC
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON