

## **HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA S1 KEPERAWATAN SEMESTER AKHIR DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KUDUS**

**Fida Dwi Astari<sup>1</sup>, Heny Siswanti<sup>2</sup>, Dewi Hartinah<sup>3</sup>**

**Universitas Muhammadiyah Kudus**

*Email* : [fiidadwista123@gmail.com](mailto:fiidadwista123@gmail.com)<sup>1</sup>, [heny Siswanti@umkudus.ac.id](mailto:heny Siswanti@umkudus.ac.id)<sup>2</sup>,  
[dewihartinah@umkudus.ac.id](mailto:dewihartinah@umkudus.ac.id)<sup>3</sup>

### **ABSTRAK**

Fase transisi dari remaja menuju dewasa dimulai sejak usia 20 tahun, terutama mahasiswa semester akhir. Mereka akan dihadapkan dengan berbagai pertanyaan tentang identitas, masa depan, serta pencapaian hidup. Krisis kehidupan di usia ini mampu dilewati dengan baik, ketika individu memiliki kepercayaan diri yang tinggi terhadap kemampuan dalam menjalankan tugas serta mencapai mimpi dan harapan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self-efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa S1 keperawatan semester akhir. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik korelasi. Instrumen yang dipakai dalam penelitian adalah skala Quarter Life Crisis dan General Self Efficacy Scale. Jumlah sampel sebanyak 106 responden dengan kriteria mahasiswa usia 20-25 tahun yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Teknik analisis data yang dipakai untuk menguji hipotesis adalah Spearman's Rho dengan bantuan SPSS 27.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara self-efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa S1 keperawatan semester akhir ( $p = 0,000$ ,  $r_{xy} = -0,671$ ). Artinya semakin tinggi self-efficacy, semakin rendah pula quarter life crisis yang dialami mahasiswa S1 keperawatan semester akhir.

**Kata Kunci:** Efikasi Diri, Krisis Seperempat Abad, Mahasiswa.

### **ABSTRACT**

*The transition phase from adolescence to adulthood is commonly experienced by individuals since the age of 20, especially final semester students. They will be faced with various questions about identity, future, and life achievements. The belief that a person has in the ability to complete tasks and achieve goals, can help individuals deal with life crisis better. The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and quarter life crisis in final semester undergraduate nursing students. This research design is quantitative with correlation technique. The instruments used are the General Self Efficacy Scale and the Quarter Life Crisis Scale. The number of samples was 106 respondents with the criteria of students aged 20-25 years who were completing their final project. Data analysis techniques using Spearman's rho with the help of SPSS version 27 for windows. The results of the analysis showed a negative relationship between self-efficacy and quarter life crisis in final semester nursing undergraduate students ( $p = 0,000$ ,  $r_{xy} = -0,671$ ). This mean that the higher the self-efficacy, the lower the quarter life crisis experienced by final semester undergraduate nursing student.*

**Keywords:** Self Efficacy, Quarter Life Crisis, College Student.

### **PENDAHULUAN**

Tahap perkembangan pasti dialami tiap manusia, dimulai dari masa bayi, anak-anak, remaja, dewasa hingga usia lanjut. Setiap tahap perkembangan memiliki tugas dan karakteristiknya masing-masing. Melihat adanya perbedaan karakteristik dan tugas perkembangan tersebut, banyak orang yang menganggap masa transisi dari remaja menuju dewasa merupakan masa yang penting dan perlu diperhatikan (Habibie et al., 2019).

Individu yang tidak mampu merespon dengan baik berbagai permasalahan yang

dihadapi pada masa perkembangannya, diprediksi akan mengalami berbagai permasalahan psikologis, merasa terombang-ambing dalam ketidakpastian, dan mengalami krisis emosional atau yang disebut *quarter life crisis* (Sumartha, 2020). *Quarter life crisis* dapat diartikan sebagai respon terhadap ketidakstabilan emosi yang luar biasa, perubahan yang terus menerus, terlalu banyak pilihan, perasaan panik dan tidak berdaya yang biasanya muncul pada individu diusia dua puluhan. Timbulnya gejala-gejala tersebut ditandai saat individu sedang menyelesaikan studinya, dengan karakteristik emosional seperti panik, khawatir, frustrasi, dan kehilangan arah. Hal ini juga dapat berujung pada depresi dan gangguan mental lainnya (Urrahma et al., 2022).

Meskipun begitu, sebagian individu meyakini bahwa masa transisi (awal usia 20-an) tidak harus diiringi dengan krisis, melainkan masa dalam hidup yang dapat menjadi kesempatan untuk melakukan banyak hal baru yang akan berguna bagi pengalaman mereka dalam menjalani hidup di masa mendatang. Namun tidak semua individu memiliki pola pikir tersebut. Banyak individu yang sedang dalam masa transisi merasakan kepanikan, kecemasan, stres, rasa tidak aman, dan ketidakberartian (Jewellius, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Robinson & Wright (2013), lebih dari 70% dari 1.000 orang di Inggris yang berusia 30-an melaporkan bahwa diusia 20-an, mereka menghadapi situasi yang menantang dalam hidup. Penelitian lain yang dilakukan oleh Nicole & Carolyn (2011) yang melakukan penelitian terhadap empat kelompok anak muda tentang krisis seperempat abad, salah satunya adalah kelompok lulusan atau mahasiswa. Dalam hal mengalami kecemasan ketika menghadapi krisis kehidupan, mahasiswa menempati peringkat tertinggi. Dikutip dari laman LinkedIn, 75% orang berusia 23-33 tahun pernah mengalami *quarter life crisis*. Dikutip dari The Guardian, 86% generasi milenial mengalami *quarter life crisis*. Menurut data Yale Medicine, 70% orang dewasa muda pernah mengalami krisis seperempat abad.

Mahasiswa tingkat akhir yang mengalami *quarter life crisis* dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain tantangan akademis, yaitu menyelesaikan tugas akhir, *identity exploration*, *feeling in between*, ketidakstabilan dalam kehidupan, harapan dan kemungkinan dimasa depan serta *self-efficacy* (Zein et al., 2024). Robbins & Wilner menyatakan bahwa tanda dan gejala yang mungkin muncul ketika individu mengalami *quarter life crisis* yaitu keraguan dalam mengambil keputusan, penilaian diri negatif, putus asa, terjebak dalam suatu situasi, cemas, merasa tertekan, kekhawatiran terhadap hubungan intrapersonal (Cahyani, 2022).

Bandura sebagai tokoh pertama yang mengaggas *self-efficacy*, mengartikannya sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melakukan suatu kinerja, dimana penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri akan mempengaruhi dirinya dalam bertindak (Rizqia, 2022). Seorang mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi, akan mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik, serta mampu menghadapi kejadian dan situasi sulit secara efektif untuk mencapai keberhasilan sesuai dengan yang diharapkan (Muttajien & Hidayati, 2020).

*Self-Efficacy* dipengaruhi faktor-faktor seperti pengalaman keberhasilan dari diri sendiri maupun orang lain (*mastery experience*), pemberian motivasi dan saran dari orang yang berpengaruh (*social persuasion*), pemodelan sosial (*social modelling*), serta kondisi fisik dan emosional (Cahyadi, 2022). Adapun aspek yang meliputi *self-efficacy* antara lain tingkatan (*level*) dari suatu tugas, keadaan umum (*generality*) atau penguasaan individu terhadap bidang tertentu, dan kekuatan (*strength*) yakni keyakinan individu terhadap kemampuannya (Calicchio, 2023).

Individu yang mempelajari dan mengembangkan kemampuannya dapat melangkah maju untuk membantu mendapatkan perspektif tentang kehidupan. Sama halnya dengan mempunyai efikasi diri yang tinggi. Pencegahan krisis kehidupan pada mahasiswa dapat dilakukan dengan berhenti membandingkan diri dengan orang lain, mencintai dan menyayangi diri sendiri, mengubah keraguan menjadi tindakan, mencari orang yang bisa mendukung setiap keputusan baik, serta pembatasan penggunaan sosial media (Syifa'ussurur et al., 2021).

Studi telah menunjukkan bahwasanya self-efficacy berhubungan negatif dan signifikan dengan quarter life crisis (Sari, 2022). Ini menunjukkan jika individu dengan self-efficacy atau kepercayaan diri yang tinggi mampu mengatasi fase krisis dengan baik dan apabila individu memiliki kepercayaan dirinya rendah maka individu cenderung sulit menghadapi fase krisis.

Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya perhatian terhadap mahasiswa semester akhir, sebab penelitian ini dapat memberikan pemahaman tentang fenomena quarter life crisis, peran self efficacy dalam membantu individu yang mengalami krisis kehidupan, serta mengembangkan intervensi yang efektif. Intervensi ini dapat berupa bimbingan konseling, workshop, dan program pengembangan diri. Pilihan individu dalam membuat dan menjalankan tindakan dipengaruhi oleh keyakinan (self-efficacy) masing-masing individu.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan negatif antara self-efficacy dan quarter life crisis pada mahasiswa S1 keperawatan semester akhir. Maknanya, semakin tinggi efikasi diri semakin rendah krisis yang dialami seseorang, begitupun sebaliknya.

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan teknik korelasi, untuk mengetahui keterkaitan variabel self-efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa S1 Keperawatan semester akhir di Universitas Muhammadiyah Kudus. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah self-efficacy dan quarter life crisis sebagai variabel terikat. Komisi Etik Universitas Muhammadiyah Kudus telah menyetujui penelitian ini dengan nomor 61/Z-7/KEPK/UMKU/XI/2024.

Populasi dalam penelitian adalah 144 mahasiswa S1 Keperawatan semester 7 TA 2024/2025. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dihitung dengan rumus slovin didapatkan hasil 106 responden. Analisa data yang dipakai untuk menguji hipotesis adalah Spearman's Rho dengan bantuan sistem komputer SPSS (Statistical Packages for Social Science) 27 for Windows.

Teknik pengumpulan data berupa kuesioner/ angket dengan modifikasi skala likert 4 poin, General Self Efficacy Scale (GSES) yang dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995), digunakan untuk mengukur tingkat keyakinan mahasiswa S1 Keperawatan semester akhir terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas & menghadapi situasi yang sulit secara efektif, dengan reliabilitas  $\alpha = 0,800$ . Skala Quarter Life Crisis didasarkan pada aspek Robbins dan Wilner sebanyak 30 item, untuk mengukur respon emosional mahasiswa semester akhir pada usia 20an karena kekhawatiran mengenai kehidupan dimasa mendatang, dengan reliabilitas  $\alpha = 0,880$ .

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. distribusi frekuensi berdasarkan usia dan jenis kelamin

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Usia mahasiswa	20 tahun	10	9,4

	21 tahun	78	73,6
	22 tahun	13	12,3
	23 tahun	2	1,9
	24 tahun	0	0
	25 tahun	3	2,8
	<b>Total</b>	<b>106</b>	<b>100</b>
Jenis kelamin	Laki-laki	22	20,8
	Perempuan	84	79,2
	<b>Total</b>	<b>106</b>	<b>100</b>

Tabel 1. menunjukkan hasil penelitian karakteristik responden mayoritas berusia 21 tahun (73,6%); dan jenis kelamin mayoritas adalah perempuan, yaitu 84 responden (79,2%).

Tabel 2. kategorisasi responden berdasarkan self efficacy dan quarter life crisis di universitas muhammadiyah kudu

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (f)	Persentase (%)
<i>Self-Efficacy</i>	10-20	Rendah	11	10,4
	21-40	Tinggi	95	89,6
	<b>Jumlah</b>		<b>106</b>	<b>100</b>
<i>QuarterLife Crisis</i>	61-120	Rendah	98	92,5
	30-60	Tinggi	8	7,5
	<b>Jumlah</b>		<b>106</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 Self Efficacy pada mahasiswa S1 Keperawatan semester 7 dengan kategori rendah adalah sebanyak 11 orang (10,4%), dan kategori tinggi sebanyak 95 orang (89,6%). Sedangkan kategori Quarter Life Crisis pada mahasiswa S1 Keperawatan semester 7 sebanyak 98 orang (92,5%) dikategorisasikan rendah, dan 8 orang (7,5%) dikategorisasikan tinggi.

Tabel 3. Uji Crosstab

<i>Self-Efficacy</i>	<i>Quarter Life Crisis</i>					
	Rendah		Tinggi		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Rendah	3	2,8	8	7,5	11	10,3
Tinggi	95	89,7	0	0	95	89,7
<b>Jumlah</b>	<b>98</b>	<b>92,5</b>	<b>8</b>	<b>7,5</b>	<b>106</b>	<b>100</b>

Tabel 3. Menunjukkan hasil uji crosstab antara self-efficacy dengan quarter life crisis, menunjukkan bahwa dari 11 responden dengan self-efficacy rendah, 3 orang memiliki tingkat quarter life crisis yang rendah (2,8%) dan 8 orang memiliki tingkat quarter life crisis yang tinggi (7,5%). Kemudian dari 95 responden dengan tingkat self-efficacy tinggi seluruhnya memiliki tingkat quarter life crisis yang rendah (89,7%) dan tidak ada yang memiliki quarter life crisis tinggi.

Tabel 4. Uji Normalitas

Variabel	Sigifikansi (p)	Jenis Distribusi
<i>Self-Efficacy</i>	0,000	Tidak Normal
<i>Quarter Life Crisis</i>	0,001	Tidak Normal

Tabel 4 menjelaskan bahwa uji normalitas menggunakan rumus Kolmogorov-Smirnov diperoleh bahwa variabel self-efficacy memperoleh  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), dan variabel quarter life crisis diperoleh  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Artinya kedua variabel mempunyai sebaran tidak normal.

Tabel 5. Uji Hipotesis

			Quarter Crisis	Life	<i>Self Efficacy</i>
Spearman's rho	<i>Quarter Crisis</i>	Correlation	1.000		-.671**
		Coefficient			
		Sig. (2-tailed)	.		.000
		N	106		106
	<i>Self Efficacy</i>	Correlation	-.671**		1.000
Coefficient					
Sig. (2-tailed)		.000		.	
N		106		106	

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Pengujian hipotesis dilakukan dengan uji korelasi Spearman's Rho, karena variabel tidak terdistribusi normal. Hasil uji korelasi yang ditunjukkan tabel 4 bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self-efficacy dengan quarter life crisis pada mahasiswa S1 keperawatan semester akhir di Universitas Muhammadiyah Kudus, dengan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = -0.671 dan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ).

### Pembahasan

Dari hasil analisis di atas, hipotesis yang diajukan dapat diterima. Koefisien korelasi yang diperoleh adalah ( $r_{xy}$ ) = -0.671 dengan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), menyatakan adanya hubungan negatif yang signifikan antara variabel self-efficacy dan quarter life crisis pada mahasiswa S1 keperawatan semester akhir di Universitas Muhammadiyah Kudus.

Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi self-efficacy maka semakin rendah quarter life crisis yang dialami mahasiswa. Temuan ini berkesinambungan dengan hasil penelitian terdahulu yang menyatakan efikasi diri memainkan peran penting dalam menekan stress pada krisis kehidupan di usia dewasa awal (Afnan et al., 2020). Self-Efficacy dapat mempengaruhi tindakan yang akan dilakukan individu, mengenali potensi dalam diri, mampu menilai tindakan yang sesuai, serta memiliki kontrol terhadap keberfungsian diri, sehingga kecemasan dan stress dapat berkurang.

Dalam penelitian ini, mayoritas responden dengan sosial ekonomi orang tua yang baik memiliki self-efficacy tinggi dan quarter life crisis yang rendah. Keluarga dapat memberikan perspektif yang lebih luas dan membantu individu untuk melihat situasi dari berbagai sudut pandang. Hal ini dapat membantu individu untuk menemukan solusi yang lebih baik dan membuat keputusan yang lebih bijak (Sunarti et al., 2024). Orang tua atau anggota keluarga lainnya juga dapat menjadi role model yang baik bagi individu yang sedang mengalami krisis. Dengan melihat bagaimana orang lain mengatasi tantangan hidup, individu dapat belajar dari pengalaman mereka, sehingga dapat meningkatkan self-efficacy (Ratnasari et al., 2023).

Meskipun penelitian ini menunjukkan adanya korelasi negatif antara kedua variabel, namun perlu diingat bahwa faktor-faktor lain seperti dukungan sosial, karakteristik kepribadian, dan kondisi lingkungan juga turut mempengaruhi. Untuk itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengungkap mekanisme yang mendasari hubungan ini, serta mengembangkan intervensi efektif untuk meningkatkan self-efficacy mahasiswa dan membekali mereka dengan keterampilan yang dibutuhkan untuk menghadapi tantangan masa depan.

Peneliti menyadari banyak kekurangan dan keterbatasan dalam penelitian ini, diantaranya adalah tidak bisa memantau secara langsung apakah responden memiliki self-efficacy dan quarter life crisis rendah ataupun tinggi. Sehingga hanya tergantung pada kejujuran responden. Adanya keterbatasan penelitian dengan kuesioner yaitu terkadang jawaban yang diberikan responden tidak menunjukkan keadaan sebenarnya. Keterbatasan lain dalam penelitian ini adalah ruang lingkup yang diambil hanya program studi S1 Keperawatan, serta faktor-faktor lain yang telah disebutkan dapat mempengaruhi self-efficacy tidak diteliti dalam penelitian.

## **KESIMPULAN**

Mengacu pada hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel self-efficacy dan quarter life crisis pada mahasiswa S1 keperawatan semester akhir di Universitas Muhammadiyah Kudus. Dengan kata lain, semakin tinggi self-efficacy maka semakin rendah quarter life crisis yang dialami mahasiswa. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

Institusi pendidikan keperawatan sebaiknya mengembangkan intervensi yang efektif untuk meningkatkan efikasi diri mahasiswa dalam menghadapi krisis kehidupan, seperti konseling, workshop, atau program pengembangan diri lainnya. Mahasiswa juga perlu mempelajari keterampilan dan mengembangkan kepercayaan diri. Ada beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mencegah quarter life crisis yaitu dengan berhenti membandingkan diri dengan orang lain, menerima dan mencintai diri sendiri, berani mengubah keraguan menjadi tindakan, mencari seseorang yang dapat mendukung setiap tindakan, dan membatasi sosial media.

Bagi peneliti selanjutnya, sebaiknya dapat mengembangkan penelitian tentang krisis kehidupan dewasa awal pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki keyakinan dan kepercayaan diri yang rendah, dapat menambah jumlah sampel agar penelitian menjadi lebih konkret, melengkapi teori yang belum ada atau menambahkan teori terbaru dari beberapa referensi lain, dapat meneliti lebih detail faktor-faktor yang mempengaruhi kedua variabel tersebut.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Afnan, Fauzia, R., & Tanau, M. U. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23–29.
- Cahyadi, W. (2022). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Keberhasilan (Bincar Nasution (ed.)). PT Inovasi Pratama Internasional. [www.ipinternasional.com](http://www.ipinternasional.com)
- Cahyani, N. A. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dan Self Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiwa UIN Walisongo Semarang. 1807016100. <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/19539>
- Calicchio, S. (2023). Albert Bandura dan faktor efikasi diri: Sebuah perjalanan ke dalam psikologi potensi manusia melalui pemahaman dan pengembangan efikasi diri. Stefano Calicchio.
- Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 129. <https://doi.org/10.22146/gamajop.48948>
- Jewellius, K. M. (2022). Berdamai dengan Quarter Life Crisis : Seni Menerima Segala Masalah, Menumbuhkan Bahagia, dan Melanjutkan Hidup. *Psikologi Corner*.
- Muttaqien, F., & Hidayati, F. (2020). Hubungan Self Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2015. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 05(01), 75–84.
- Ratnasari, D., Grafiyana, G. A., Nur'aini, & Wahidah, F. R. N. (2023). Coping with quarter-life

- crisis : An analysis of the role of social support and coping stress on senior university students. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 4(2), 143–149. <https://doi.org/10.32505/inspira.v4i2.6977>
- Rizqia, N. H. S. (2022). Dinamika Self-Efficacy Saat Menghadapi Fase Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir.
- Sari, D. T. (2022). Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area.
- 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.
- Sunarti, V., Rahman, M. A., Nengsih, Y. K., Pratama, S. O., & Handrianto, C. (2024). Hubungan antara Konsep Diri Akademik Mahasiswa dengan Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Pengalaman Pendidikan Tinggi. *Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat (JPPM)*, 11 (1)(May), 79–96. <https://doi.org/10.36706/jppm.v11i1.24>
- Syifa'ussurur, M., Husna, N., Mustaqim, M., & Fahmi, L. (2021). Menemukenali Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis : Sebuah Kajian Literatur. *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, 1(1), 53–64. <https://alisyraq.pabki.org/index.php/jcic/>
- Urrahma, N. S., Wahyuni, S., & Utomo, W. (2022). The Relationship Between Spiritual Level and Quarter Life In End Year Collage Student. *Journal Of Community Health*, 8(3), 390–396. <https://doi.org/https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss3.1289>
- Zein, R. P., Efendy, M., & Pratikto, H. (2024). Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir : Bagaimana Peran Kebersyukuran? *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1), 9–17. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa>.