



Studi Fenomenologi Dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* Pada Siswa Menjelang Kelulusan

Asmi Nurofiqhoh⁽¹⁾, Dewi Nailir Rohmah⁽²⁾, Dewi Nur Laiali⁽³⁾,
Imam Roziqi⁽⁴⁾, Risma Nasiatul Maulidiah⁽⁵⁾, Hengki Hendra Pradana⁽⁶⁾

⁽¹⁾ Psikologi Islam, Universitas Nahdlatul Ulama Blitar, Indonesia

⁽²⁾ ⁽³⁾ ⁽⁴⁾ ⁽⁵⁾ ⁽⁶⁾ Psikologi Islam, Universitas Nahdlatul Ulama Blitar, Indonesia

Email : ¹azminf@gmail.com, ²nailirdewi@gmail.com, ³ka.ell3216@gmail.com,
⁴imamrozikqi@gmail.com, ⁵maarisma52@gmail.com, ⁶hengkihendra@unublitar.ac.id

Abstract

This research aims to find out how to deal with the quarter life crisis in students approaching graduation. This research uses a qualitative method with a descriptive phenomenological approach, using observation and interview data collection techniques. Subjects in this study were selected using purposive sampling technique. The subjects were XII th grade high school students who experienced a Quarter Life Crisis aged 17-18 years, totaling 6 people, including three main subjects and three significant others with different ages to the main subject. The results of the research show that there are several strategies for dealing with the Quarter Life Crisis in students approaching graduation. The strategies explained are in several aspects of the Quarter Life Crisis, including the problem of finding a job being solved by choosing a role that suits him and maintaining relationships and exchanging ideas with friends, the lack of aspects. surrounding support is overcome by always communicating when there is discomfort with the environment, the aspect of feeling disappointed is overcome by trying to improve even though you have to go through sadness first, the aspect of feeling depressed is overcome by continuing to try to realize parents' hopes and always think positively and the aspect of self-exploration problems is overcome by trying to take new opportunities and build relationships.

Keyword : Quarter Life Crisis, Students Approaching Graduation

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara menghadapi *quarter life crisis* pada siswa menjelang kelulusan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif fenomenologi, menggunakan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara. Subjek dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Subjek merupakan siswa SMA kelas XII yang mengalami *Quarter Life Crisis* yang berusia 17-18 tahun yang berjumlah 6 orang, diantaranya tiga subyek utama dan tiga *significant others* dengan usia yang berbeda dengan subjek utama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beberapa strategi dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* pada siswa menjelang kelulusan, strategi yang dijelaskan terdapat di beberapa aspek *Quarter Life Crisis* diantaranya masalah mencari pekerjaan diselesaikan dengan memilih peran yang cocok dengan dirinya serta menjaga relasi dan saling bertukar pikiran dengan teman, aspek kurangnya dukungan sekitar diatasi dengan selalu menyampaikan ketika ada suatu ketidaknyamanan dengan lingkungan, aspek perasaankecewa diatasi dengan berusaha memperbaiki meskipun harus melewati kesedihan terlebih dahulu, aspek perasaan tertekan diatasi dengan tetap berusaha mewujudkan harapan orang tua dan selalu berpikir positif dan aspek masalah eksplorasi diri diatasi dengan berusaha untuk mengambil kesempatan baru dan membangun relasi

Kata Kunci : Quarter Life Crisis, Siswa Menjelang Kelulusan

Pendahuluan

Peserta didik menjelang kelulusan atau kelas XII adalah individu dalam masa transisi dari masa remaja melangkah ke masa dewasa atau yang sering disebut dengan *Emerging adulthood* (Papalia, 2009) Periode ini secara spesifik berfokus pada usia 18 sampai 25 tahun (Arnett, 2015) Pada masa *emerging adulthood* individu mempunyai krisis yang rentan, terutama saat individu kurang mempersiapkan diri menuju hal-hal yang akan ditemui dalam dunia sosial. Murithi (2019) menyebutkan salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya krisis pada masa *emerging adulthood* adalah harapan keluarga untuk individu bisa mendapatkan pekerjaan yang lebih baik (Arini, 2021) Pada masa SMA, khususnya di kelas XII Siswa juga dihadapkan pada permasalahan mau melanjutkan ke mana selanjutnya, apakah langsung bekerja atau melanjutkan studi ke perguruan tinggi (Syaifani, 2019).

(Rizekia, 2019) penelitiannya mengatakan bahwa kurangnya rencana karir siswa disebabkan karena siswa tidak mengetahui kepribadian, bakat, minat serta belum mampu merencanakan masa depan serta minimnya pengetahuan mengenai program studi lanjutan dan macam-macam karir. Perasaan tidak nyaman, khawatir, bingung, kecemasan dan ketidakpastian karir tersebut disebut dengan *Quarter Life Crisis*. "Aku jadi bingung mau jadi seperti apa, aku merasa tidak ada kemampuan yang bisa dimanfaatkan di masa depan dan aku sering cemas dan takut setelah lulus" Ucapan subjek II ketika diwawancarai.

Menurut (Permatasari, 2021) krisis yang mereka alami adalah hal normal yang terjadi akibat transisi dari fase remaja menuju fase dewasa. Menurut Efnie Indriani dalam bukunya dengan judul *Survive Menghadapi Quarter Life Crisis* menyebutkan bahwa *Quarter Life Crisis* adalah kondisi krisis yang dihadapi individu ketika masuk pada fase seperempat kehidupan ditandai kebingungan dalam menentukan arah hidup dan kecemasan dalam menghadapi masa depan. *Quarter Life Crisis* memiliki banyak aspek, menurut Robbins & Wilner (dalam Darminto, 2021). Hal ini mencakup: (1) keragu-ruguan dalam pengambilan keputusan; (2) keputusasaan; (3) evaluasi diri yang kurang baik; (4) terjebak dalam situasi yang menantang; (5) kecemasan; (6) depresi; dan (7) perasaan prihatin terhadap hubungan interpersonal yang sedang dan akan dibangun.

Faktor *quarter life crisis* menurut Thouless (2000) dapat dibedakan menjadi dua kategori, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang itu sendiri. Pengalaman pribadi, moral, kasih sayang, kecerdasan, dan emosi merupakan komponen internal yang berkontribusi terhadap *quarter life crisis* (Artiningsih, R.A., & Savira, 2021). Pengaruh yang berasal dari luar diri seseorang disebut dengan faktor eksternal. Lingkungan sosial, kebutuhan hidup sehari-hari, pendidikan, adat istiadat, dan budaya merupakan contoh faktor eksternal (Amaliyah, 2021). Sedangkan aspek menurut Robbins dan Wilner (2001) adalah masalah mencari pekerjaan dengan indikator belum siap menerima peran dan tugas baru pada dirinya dan berubahnya lingkungan sosial. Aspek kedua adalah kurangnya dukungan sekitar dengan indikator perbedaan pandangan diri sendiri dan orang tua dan muncul perasaan terjebak dan penolakan (Yesi Dwi Andari, 2023). Aspek ketiga adalah perasaan kecewa

dengan indikator ketidak sesuaian ekspektasi dan kenyataan yang dialami serta merasa tidak bahagia atas keputusan yang telah diambil. Aspek selanjutnya adalah perasaan tertekan dengan indikator memiliki tanggung jawab baru dan menjadi tumpuan harapan lingkungan sekitar, perasaan ragu dengan indikator merasa ragu akan kemampuan dalam merealisasikan masa depan serta merasa cemas akan kehidupan yang dijalani dan aspek terakhir adalah masalah eksplorasi diri yang memiliki indikator mencoba banyak hal baru dan khawatir dengan relasi interpersonal yang akan dibangun (Artiningsih, R. A., & Savira, 2021)

Pada (Afnan, 2020), Nicole dan Carolyn melakukan penelitian tentang Quarter Life Crisis pada empat kelompok dewasa muda. Temuan penelitian menunjukkan bahwa ketika menghadapi krisis quarter-life, lulusan sekolah menengah atas atau kelompok siswa tertentu menunjukkan tingkat kekhawatiran yang paling tinggi. Hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai strategi *Quarter Life Crisis* terhadap siswa menjelang kelulusan untuk mendeskripsikan pengalaman dan strategi dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* pada siswa kelas 12 menjelang kelulusan (Lukman Hakim, 2023)(Lukman Hakim, 2023).

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif fenomenologi, yaitu pendekatan yang berkonsentrasi pada pengalaman pribadi individu atau suatu pengkajian yang digunakan untuk mengeksplorasi pengalaman manusia (Suyanto, 2019) Pada penelitian yang dilakukan bulan Desember 2023, tiga siswa menjelang kelulusan dari tiga sekolah menengah atas berbeda di kota Blitar tergolong mengalami *quarter life crisis*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui cara menghadapi *quarter life crisis* pada siswa menjelang kelulusan.

Informan inti, yaitu siswa/siswi kelas XII SMA/menjelang kelulusan yang mengalami Quarter Life Crisis. Subjek I memiliki inisial I berjenis kelamin laki-laki dengan usia 18 Tahun, subjek sedang menempuh pendidikan di STMI Blitar dengan informan pendukung kakak perempuan subjek dengan inisial D. Subjek II berjenis kelamin perempuan dengan inisial A, berusia 18 Tahun dan tengah menempuh pendidikan kelas XII di MA Al-Muslihuun Tlogo dengan informan pendukung kakak perempuan subjek berinisial D. Subjek III dalam penelitian ini adalah siswi SMA Nabawi Maftahul Ulum kelas XII dengan usia 18 Tahun berinisial Y, informan pendukung subjek adalah teman sekamar subjek di pondok pesantren Nabawi.

Pengambilan responden dilakukan dengan menggunakan beberapa pertimbangan tertentu sesuai kriteria yang diinginkan (Sugiyono, 2019) Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui cara menghadapi Quarter Life Crisis pada siswa kelas XII menjelang kelulusan, sehingga sampel yang dibutuhkan dianggap terpenuhi jika tujuan penelitian telah dianggap tercapai oleh peneliti. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal, yaitu Quarter Life Crisis yang diukur dengan wawancara mendalam dengan alat ukur panduan wawancara. Kartono (Basuki, 2006) mendefinisikan wawancara adalah suatu percakapan yang diarahkan pada suatu masalah tertentu, merupakan proses

tanya jawab lisan, dimana dua orang atau lebih berhadap-hadapan secara fisik. Teknik analisis data dalam penelitian ini terdiri dari tiga alur kegiatan yaitu: reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan/verifikasi (Milles dan Huberman, 1992)

Hasil dan Pembahasan

Orientasi lapangan dilakukan peneliti sesuai dengan penelitian sebelumnya pada subyek penelitian. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa ada beberapa aspek dalam *quarter life crisis* menurut Robbins dan Wilner (2001). Aspek-aspek tersebut yaitu:

Masalah mencari pekerjaan

Dari sudut pandang pasokan tenaga kerja, kesulitan dalam mendapatkan pekerjaan menjelaskan masalah pengangguran karena setiap pencari kerja memilih untuk memasuki pasar tenaga kerja sesuai dekan kualitas unik mereka (Najoan, 2018) dengan indikator belum siap menerima peran dan tugas baru pada dirinya dan berubahnya lingkungan sosial.

Dalam menghadapi perubahan lingkungan sosial, subjek I (I) mengatakan *“Dalam menghadapi perubahan lingkungan, saya berusaha menyesuaikan diri dan memilih sesuatu yang lebih cocok dengan diri saya”*. Signifikan other subjek dalam hal ini mendukung dengan mengatakan *“Dia kalau ada sesuatu yang nggak cocok di lingkungannya selalu bilang, nggak mau melakukan hal yang nggak cocok sama dirinya”*.

Sejalan dengan hal tersebut, subjek II (A) mengatakan *“Meskipun belum siap dengan peran baru yang akan saya jalani nanti, saya tetap mencari pandangan mengenai peran apa yang lebih cocok dengan diri saya”*. Kakak subjek sebagai signifikan other mengatakan kalimat pendukung *“Dia sering tanya tentang kegiatan apa kira-kira yang cocok setelah lulus, selalu browsing-browsing juga”*.

Sedangkan subjek III (Y) mengatakan *“Ya, perubahan lingkungan dikarenakan suasana dimana semua orang sedang menentukan arahnya masing-masing untuk kedepannya. Saya menyikapinya dengan tetap menjaga relasi dengan teman-teman dan saling bertukar pikiran tentang hal-hal baik untuk kedepannya”*. Dalam hal ini, teman subjek sebagai signifikan other mengatakan *“Subjek itu sering ngajak diskusi kalau di kamar, nanti kedepannya kira-kira apa yang bisa dilakukan setelah lulus”*.

Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi masalah mencari pekerjaan, yang dilakukan subjek adalah memilih peran yang cocok dengan dirinya serta menjaga relasi dan saling bertukar pikiran dengan teman.

Kurangnya dukungan sekitar

Dukungan sosial adalah bantuan dari orang lain yang berarti dalam kehidupan seseorang, seperti teman, keluarga atau guru. Pernyataan ini konsisten dengan pernyataan Sarason bahwa hubungan sosial yang erat seperti dengan orang tua, saudara kandung, guru, teman sebaya dan kehadiran orang-orang yang memberikan rasa aman, berharga dan kasih sayang adalah sumber utamanya (FATWA, 2016)

Kurangnya dukungan sekitar dalam hal ini memiliki indikator perbedaan pandangan diri sendiri dan orang tua dan muncul perasaan terjebak dan penolakan.

Dalam hal tersebut, subjek I (I) mengatakan "*Banyak tentangan dari orang lain mengenai pilihan yang ingin saya ambil*", dalam menghadapinya subjek mengatakan "*Saya lebih memilih untuk mendengarkan saran mereka tanpa banyak menanggapi*". Signifikan other subjek dalam hal ini mendukung dengan mengatakan "*Saya sebagai kakak hanya mengarahkan saja dan memberi saran, kadang juga meluruskan kalau dirasa pilihannya keliru*".

Sementara subjek II (A) mengatakan "*Saya akan selalu menjelaskan kepada orang tua saya bahwa saya bisa membuat pilihan saya sendiri dan saya merasa tidak nyaman dengan penolakan dari mereka*". Signifikan other mengatakan kalimat pendukung "*Dia sering berdebat dengan orang tua karena merasa mampu ngambil keputusan sendiri*".

Sedangkan subjek III (Y) mengatakan "*Saya selalu menyampaikan ketika ada suatu ketidaknyamanan kepada lingkungan saya sehingga saya mudah untuk menerima solusi dari ketidaknyamanan tersebut*". Dalam hal ini, teman subjek sebagai signifikan other mengatakan "*Subjek itu anaknya terbuka, kalau nggak nyaman sama lingkungannya dia pasti ngomong*".

Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi kurangnya dukungan sekitar, subjek memilih diam sementara subjek lain memilih untuk menyampaikan ketidaknyamanan atas penolakan yang diterimanya.

Perasaan kecewa

Kekecewaan adalah perasaan tidak puas yang dirasakan akibat harapan atau ekspektasi yang tak terwujud. Aspek ini memiliki indikator ketidaksesuaian ekspektasi dan kenyataan yang dialami serta merasa tidak bahagia atas keputusan yang telah diambil.

Dalam menghadapi perasaan kecewa tersebut, subjek I (I) mengatakan "*Saya akan berusaha memperbaiki meskipun harus melewati kesedihan terlebih dahulu*". Signifikan other subjek dalam hal ini mendukung dengan mengatakan "

Sejalan dengan hal ini, subjek II (A) mengatakan "*Saya sering merasa tidak puas dengan kenyataan hingga saya perlu waktu untuk mengambil jeda dan kemudian membangun harapan baru*". Signifikan other mengatakan kalimat pendukung "*Kalau ada hal yang tidak sesuai, dia selalu diam dulu. Nanti kalau sudah mulai bergerak dan berpikir lagi*".

Sementara subjek III (Y) mengatakan "*Saya mengikuti saja apa yang memang harus terjadi karena tidak mau pusing*". Dalam hal ini, teman subjek sebagai signifikan other mengatakan "*Subjek anaknya santai, jarang kelihatan pusing san selalu enjoy meskipun ada masalah*".

Dari pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi perasaan kecewa, subjek mengambil jeda sejenak untuk merasakan sedih sebelum kemudian memperbaiki dan membangun harapan baru, pilihan lainnya adalah mengikuti apa yang seharusnya terjadi supaya tidak menjadi beban.

Perasaan tertekan

Individu merasa bahwa masalah yang dihadapinya semakin hari semakin berat. Ini menyebabkan banyak aktivitas lainnya yang terganggu dan tidak bekerja secara maksimal. Adanya keyakinan pada individu bahwa masalah selalu ada di manapun dia berada dan dia menemukan bahwa masalah selalu membebani dirinya dalam banyak hal. Orang-orang percaya bahwa cara masyarakat memandang siswa yaitu harapan yang diberikan kepada mereka untuk mencapai tujuan dan lebih sukses membuat ketidakmampuan mereka menghadapi kehidupan semakin menyiksa (Mutiar, 2018).

Perasaan tertekan disini memiliki indikator memiliki tanggung jawab baru dan menjadi tumpuan harapan lingkungan sekitar, perasaan ragu dengan indikator merasa ragu akan kemampuan dalam merealisasikan masa depan serta merasa cemas akan kehidupan yang dijalani.

Dalam menghadapinya, subjek I (I) mengatakan *“Meskipun ragu, saya akan selalu mencoba bertanggung jawab dan berusaha semaksimal mungkin dalam hal-hal yang memang harus saya lakukan”*. Signifikan other subjek dalam hal ini mendukung dengan mengatakan *“Dia sering tanya ke saya kira-kira bisa atau tidak kalau menerima tanggung jawab, mungkin masih ragu. Tapi usahanya juga besar”*.

Subjek II (A) mengatakan *“Saya selalu mencoba untuk berpikir positif meskipun saya sering cemas dan ragu dengan kemampuan diri saya”*. Signifikan other mengatakan kalimat pendukung *“Kalau diberi tanggung jawab mikirnya lama”*.

Sedangkan subjek III (Y) mengatakan *“Meskipun sedikit cemas, tapi saya akan tetap mengusahakan untuk bisa mewujudkan harapan orang tua saya”*. Dalam hal ini, teman subjek sebagai signifikan other mengatakan *“Subjek selalu berusaha untuk memenuhi ekspektasi orang tuanya, karena orang tuanya jauh juga”*.

Dari jawaban-jawaban diatas dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi perasaan tertekan, subjek akan tetap berusaha mewujudkan harapan orang tua dan selalu berpikir positif.

Masalah eksplorasi diri

Eksplorasi diri merupakan kesiapan mencari pengetahuan tentang karir dengan menggunakan berbagai sumber daya yang sudah ada. Menurut Sharf (2006) eksplorasi karir dihubungkan dengan pencarian pengetahuan dan informasi tentang sumber informasi untuk pelatihan dan pekerjaan. Sisi ini menunjukkan tanda-tanda banyak bereksperimen dan prihatin terhadap perkembangan hubungan dengan orang lain.

Aspek ini memiliki indikator mencoba banyak hal baru dan khawatir akan relasi interpersonal yang sedang akan dibangun.

Dalam menghadapi hal ini, subjek I (I) mengatakan *“Saya selalu berusaha mengambil kesempatan baru dan membangun relasi dengan orang lain”*. Signifikan other subjek dalam hal ini mendukung dengan mengatakan *“Dia kalau diajak cari pengalaman baru semangat banget, meskipun kadang mikir dulu”*.

Sejalan dengan hal ini, subjek II (A) mengatakan *“Meskipun saya takut mengambil kesempatan baru, saya akan selalu berusaha membangun relasi dengan orang lain”*. Signifikan other mengatakan kalimat pendukung *“Dia takut banget buat ngambil kesempatan baru, kadang harus dipaksa”*.

Subjek III (Y) juga mengatakan *“Saya selalu mengambil kesempatan baru yang belum pernah saya lakukan sehingga saya memiliki pengalaman-pengalaman tentang hal baru yang sangat berguna bagi saya”*. Dalam hal ini, teman subjek sebagai signifikan other mengatakan *“Subjek itu aktif banget, selalu ngajak buat cari kegiatan baru juga”*.

Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi masalah eksplorasi diri, subjek berusaha untuk mengambil kesempatan baru dan membangun relasi.

Simpulan

Berdasarkan pembahasan yang telah peneliti dapatkan dari hasil wawancara, dapat diambil kesimpulan bahwa ada beberapa **strategi dalam menghadapi Quarter Life Crisis** diantaranya:

1) masalah mencari pekerjaan, subjek I berusaha menyesuaikan diri dan memilih sesuatu yang lebih cocok dengan dirinya, subjek II menjelaskan kepada orang tuanya bahwa ia bisa membuat pilihannya sendiri, subjek III menyikapinya dengan tetap menjaga relasi dengan teman-teman dan saling bertukar pikiran tentang hal-hal baik untuk kedepannya

2) kurangnya dukungan sekitar, subjek I memilih untuk mendengarkan saran mereka tanpa banyak menanggapi, subjek II menjelaskan kepada orang tuanya bahwa ia bisa membuat pilihannya sendiri dan ia merasa tidak nyaman dengan penolakan dari orang tuanya, subjek III selalu menyampaikan ketika ada suatu ketidaknyamanan.

3) perasaan kecewa, subjek I berusaha memperbaiki meskipun harus melewati kesedihan terlebih dahulu, subjek II mengambil jeda dan kemudian membangun harapan baru, subjek III mengikuti saja apa yang memang harus terjadi karena tidak mau pusing.

4) perasaan tertekan, subjek I mencoba bertanggung jawab dan berusaha semaksimal mungkin, subjek II selalu mencoba untuk berpikir positif meskipun saya sering cemas dan ragu dengan kemampuan diri, subjek III tetap mengusahakan untuk bisa mewujudkan harapan orang tuanya.

5) masalah eksplorasi diri, subjek I berusaha mengambil kesempatan baru dan membangun relasi dengan orang lain, subjek II mengambil kesempatan baru, ia akan selalu berusaha membangun relasi dengan orang lain, subjek III mengambil kesempatan baru yang belum pernah dilakukan untuk menambah pengalamannya.

Referensi

- arini, D. P. (2021). Emerging Adulthood : Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial Pada Abad 21. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(1), 11–20.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging Adulthood Second Edition: The Winding Road From The Late Teens Through The Twenties*. Oxford University Press, Inc.
- Artiningsih, R. A., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Loneliness Dan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5).
- Basuki, S. (2006). *Metode Penelitian*. Wedatama Widya Sastra.
- Fatwa, T. (2016). Dukungan Sosial Dan Post Traumatic Stress Disorder Pada Anak Penyintas Gunung Merapi. *Jurnal Psikologi*, 13(2).
<https://doi.org/10.14710/jpu.13.2.133-138>
- Lukman Hakim. (2023a). The Narration Of Religious Moderation For Mitigating Radicalization Among The Millennial Generations On Pesantren Lirboyo Instagram. *Profetik: Jurnal Komunikasi*, 16(2), 368–384.
- Lukman Hakim, D. P. (2023b). Framing Analysis Of Reporting Klithih's Action In Online Media Harianjogja. Com. *J-Kis: Jurnal Komunikasi Islam*, 4(2), 217–236.
- Milles Dan Huberman. (1992). *Analisis Data Kualitatif*. Universitas Indonesia Press.
- Najoan, P. W. (2018). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Lama Mencari Pekerjaan Terhadap Tenaga Kerja Terdidik Di Indonesia 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Feb*, 6(2).
- Papalia, D. E., Old S, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development Perkembangan Manusia*. Salemba Humanika.
- Permatasari, I. (2021). *Hubungan Kematangan Emosi Dengan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal*. Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah.
- Rizekia, V., & Christiana, E. (2019). Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Kemampuan Perencanaan Karir Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 3 Surabaya. *Jurnal Bk Unesa*, 10(1).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Suyanto. (2019). Fenomenologi Sebagai Metode Dalam Penelitian Pertunjukan Teater Musikal. *Jurnal Pengkajian & Penciptaan Wayang*, Xvi(1).
- Syaifani, P. E., Arif, M., Siswadi, Y., & Jufrizen, J. (2019). *Effect Of Compensation And Discipline On Employee Performance. Proceeding Of The 3rd International Conference On Accounting, Business And Economics*. 1(1), 263–276.
- Yesi Dwi Andari, H. H. P. (2023). Kecemasan Istri Prajurit TNI-AD di Asrama Militer Yonif

511 Kota Blitar pada saat Suami Bertugas ke Merauke. *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 64–74.