



**EFEKTIFITAS *SOLUTION FOCUSED BRIEF*
COUNSELING MELALUI MUSYAWARAH
UNTUK MENGATASI *QUARTER LIFE CRISIS*
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI LBB
AR ROHMAH MOJOKERTO**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan
Ampel Surabaya Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)**

Ina Syafiul Layatukhah

NIM. 04040320085

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2024

PERNYATAAN OTENSITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ina Syafiul Layatukhah

NIM : 04040320085

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul Skripsi : Efektifitas *Solution Focused Brief Counseling*
Melalui Musyawarah Untuk Mengatasi *Quarter*
Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di
LBB Ar Rohmah Mojokerto

Menyatakan dengan sesungguhnya bawah skripsi berjudul Efektifitas *Solution Focused Brief Counseling* Melalui Musyawarah Untuk Mengatasi *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di LBB Ar Rohmah Mojokerto adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 19 Februari 2024
Yang membuat pernyataan


Ina Syafiul Layatukhah
(04040320085)

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Ina Syafiul Layatukhah
NIM : 04040320085
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Efektifitas *Solution Focused Brief Counseling* Melalui Musyawarah Untuk Mengatasi *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di LBB Ar Rohmah Mojokerto

Skripsi ini telah diterima dan disetujui untuk diajukan.

Surabaya, 17 Februari 2024
Menyetujui Pembimbing



Dra. Faizah Noer Laela, M.Si

NIP. 196012111992032001

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

EFEKTIFITAS *SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING*
MELALUI MUSYAWARAH UNTUK MENGATASI
QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA TINGKAT
AKHIR DI LBB AR ROHMAH MOJOKERTO

SKRIPSI

Disusun Oleh
Ina Syafiul Layatukhah
Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu

Pada Tanggal 13 Maret 2024
Tim Penguji

Penguji I

Dra. Faizah Noer Laela, M.Si
NIP. 196012111992032001

Penguji II

Drs. Suwath, M.Si
NIP. 196412152014111002

Penguji III

Dr. H. Abd. Basyid, M.M
NIP. 196009011990031002

Penguji IV

Dr. Hf. Ragwan Albahr, M.Fil.I.
NIP. 196303031992032002

Surabaya, 13 Maret 2024

Dekan



Dr. Muchlis Ghofiru Arif, S.Ag, M.Fil.I
NIP. 196303031992032002



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

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 : Ina Syafiul Layatukhah
NIM : 04040320085
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : inasyafiul11@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Efektivitas *Solution Focused Brief Counseling* Melalui Musyawarah
Untuk Mengatasi *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir
di LBB Ar Rohmah Mojokerto

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, 24 April 2024

Penulis

(Ina Syafiul Layatukhah)

ABSTRAK

Ina Syafiul Layatukhah, NIM. 04040320085. **Efektifitas *Solution Focused Brief Counseling* Melalui Musyawarah Untuk Mengatasi *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di LBB Ar Rohmah Mojokerto.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi efektifitas *solution focused brief counseling* dalam menyelesaikan permasalahan menghadapi *quarter life crisis*. *Quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir usia 20-an cukup kompleks dimana kondisi ini biasanya terjadi saat individu sedang menyelesaikan perkuliahan merasakan kegalauan dalam hidupnya karena dipandang monoton dan jalan ditempat.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *pre eksperimen* dengan menggunakan *one group pre-post design*. Metode pengumpulan data yang digunakan berupa observasi, wawancara, dan kuesioner. Analisa statistik dengan rumus yang digunakan adalah Uji *Paired Sample T-Test* pada IBM *Statistic* version 23 yang diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0.000 < 0.005$. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa nilai signifikansi membuktikan bahwa *solution focused brief counseling* efektif dalam mengatasi *quarter life crisis* mahasiswa tingkat akhir.

Didapatkan hasil N-Gain nilai sebesar 0.6 dimana berada dalam kategori sedang, artinya efektifitas *solution focused brief counseling* berada pada kategori sedang dalam mengatasi *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Keberhasilan partisipan dalam mengatasi *quarter life crisis* menjadi lebih positif menemukan jalan keluar dari permasalahan dengan potensi yang mereka miliki.

Kata kunci : *Quarter life crisis, solution focused brief counseling, musyawarah.*

ABSTRACT

Ina Syafiul Layatukhah, NIM. 04040320085.
***Effectiveness of Solution Focused Brief Counseling Through
Deliberation to Overcome Quarter Life Crisis in Final Year
Students at LBB Ar Rohmah Mojokerto.***

This research aims to determine the significance of the effectiveness of solution focused brief counseling in solving problems facing the quarter life crisis. The quarter life crisis experienced by students in their late 20s is quite complex where this condition usually occurs when individuals are finishing college feeling turmoil in their lives because they are seen as monotonous and the road is in place.

This research uses a quantitative approach with a type of pre-experimental research using one group pre-post design. The data collection methods used were observations, interviews, and questionnaires. Statistical analysis with the formula used is the Paired Sample T-Test on IBM Statistic version 23 which obtained Sig. (2-tailed) values of $0.000 < 0.005$. From the results of the study, it was found that the significance value proves that solution focused brief counseling is effective in overcoming the quarter life crisis of final year students.

The N-Gain result was obtained at 0.6 which is in the medium category, meaning that the effectiveness of solution focused brief counseling is in the medium category in overcoming the quarter life crisis in final year students. The success of participants in overcoming the quarter life crisis became more positive in finding ways out of problems with the potential they had.

Keywords : *Quarter life crisis, solution focused brief counseling, discussion.*

نبذة مختصرة

إينا سيفايول لاياتوخاه، نيم. 04040320085 فعالية الحلول الاستشارية الموجزة المركزة من خلال المداولات للتغلب على أزمة الحياة ربع السنوية لدى طلاب السنة النهائية في

يهدف هذا البحث إلى تحديد مدى فاعلية الإرشاد المختصر المرتكز على الحلول في حل المشكلات التي تواجه أزمة ربع العمر. تعد أزمة ربع العمر التي يعيشها الطلاب في أواخر العشرينيات من العمر معقدة للغاية، حيث تحدث هذه الحالة عادةً عندما يكمل الفرد دراسته. ويشعر بالارتباك في حياته لأنه يُنظر إليه على أنه رتيب وعالق في مكانه.

يستخدم هذا البحث منهجًا كمياً مع نوع بحث ما قبل تجريبي باستخدام تصميم مجموعة واحدة. قبل وبعد. وأساليب جمع البيانات المستخدمة هي الملاحظة والمقابلات والاستبيانات للعينات المقترنة في الإصدار T التحليل الإحصائي باستخدام الصيغة المستخدمة هو اختبار من $0.000 < 0.005$ (الذيل 2) Sig. والذي حصل على قيمة IBM من إحصائيات 23 ومن نتائج البحث وجد أن قيمة الأهمية تثبت أن الاستشارة الموجزة التي تركز على الحلول فعالة في التغلب على أزمة ربع العمر لدى طلاب السنة النهائية.

التي تم الحصول عليها هي 0.6، وهي في الفئة المتوسطة، مما يعني أن N-Gain وكانت قيمة فعالية الاستشارة الموجزة التي تركز على الحلول تقع في الفئة المتوسطة في التغلب على أزمة ربع الحياة لدى طلاب السنة النهائية. وأصبح نجاح المشاركين في التغلب على أزمة ربع العمر أكثر إيجابية في إيجاد طريقة للخروج من المشاكل بالإمكانيات المتاحة لهم.

الكلمات المفتاحية: أزمة ربع العمر، استشارة موجزة تركز على الحلول

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
MOTTO.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PERNYATAAN OTENSITAS SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	7
1. Aspek Teoritis.....	7
2. Aspek Praktis.....	7
E. Definisi Operasional	8
1. <i>Solution Focused Brief Counseling</i>	8
2. Musyawarah.....	8
3. <i>Quarter Life Crisis</i>	8
F. Sistematika Pembahasan	9
BAB II KAJIAN TEORITIK	11

A. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	11
B. Kerangka Teoritik	14
1. <i>Konseling Solution Focused Brief Counseling</i>	14
2. Musyawarah.....	25
3. <i>Quarter Life Crisis</i>	31
C. Paradigma Penelitian	38
D. Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	39
B. Subjek dan Lokasi Penelitian.....	39
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	40
D. Variabel dan Indikator Penelitian	41
E. Tahap-Tahap Penelitian	43
F. Teknik Pengumpulan Data	48
G. Teknik Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	51
H. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	56
A. Gambaran umum Subyek Penelitian	56
1. Deskripsi Lokasi Penelitian	56
2. Deskripsi Konselor	57
B. <i>Proses Solution Focused Brief Counseling</i>	57
C. Penyajian Data.....	71
1. Hasil <i>Pretest Quarter Life Crisis</i>	71
2. Hasil <i>Posttest Quarter Life Crisis</i>	72
3. Hasil Perbandingan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	72

D. Pengujian Hipotesis	74
E. Pembahasan Hasil Penelitian	77
1. Perspektif Teoritis	77
2. Perspektif Islami	80
BAB V PENUTUP	82
A. Kesimpulan	82
B. Saran dan Rekomendasi	82
C. Keterbatasan Penelitian	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN	90



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Variabel dan Indikator Penelitian.....	42
Tabel 3. 2 Proses layanan solution focused brief therapy	45
Tabel 3. 3 Alternative jawaban menggunakan Skala Likert...	50
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Pernyataan Kuesioner	50
Tabel 3. 5 Kriteria Koefisien Reliabilitas.....	53
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Cronbach Alpha.....	53
Tabel 4. 1 Hasil Treatment <i>quarter life crisis</i>	69
Tabel 4. 2 Kriteria Nilai Kategori	71
Tabel 4. 3 Nilai Pretest.....	71
Tabel 4. 4 Nilai Posttest	72
Tabel 4. 5 Perbandingan pretest dan posttest	73
Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas.....	74
Tabel 4. 7 Hasil Uji Homogenitas	75
Tabel 4. 8 Uji Paired Sample T Test	75
Tabel 4. 9 Kriteria N-Gain	76
Tabel 4. 10 Uji N-Gain.....	77

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Paradigma Penelitian.....	38
Bagan 3. 1 Rancangan Penelitian	44



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Denah Desa Randubango.....	56
---	----



LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Hasil Turnitin	90
Lampiran 1. 2 Berita Acara Ujian Proposal	91
Lampiran 1. 3 Kartu Bimbingan Skripsi.....	92
Lampiran 1. 4 Surat Izin Penelitian	93
Lampiran 1. 5 Form Uji Ahli Validitas.....	94
Lampiran 1. 6 Skenario Kegiatan Eksperimen	98
Lampiran 1. 7 Kisi-kisi Instrumen Angket	103
Lampiran 1. 8 Skala Angket PretestPosttest	107
Lampiran 1. 9 Lembar Kerja Scalling Question	110
Lampiran 1. 10 Hasil Uji Validitas Angket	111
Lampiran 1. 11 Tabulasi Data Pre Test	112
Lampiran 1. 12 Tabulasi Data Post Test.....	113
Lampiran 1. 13 Dokumentasi Penelitian.....	114

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Agis Mubarak, Ahmad. 2019. "Musyawarah dalam Perspektif Al-Quran", *Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol. 4, No.2
- Agustina, Syarifaniaty Miranda, Putri Nurida Fitriani, and Handrix Chris Haryanto. 2022. "Studi Deskriptif Quarterlife Crisis Pada Fase Emerging Adulthood Di Kota Mataram Saat Masa Pandemi", *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 13, No. 1.
- Agustin, Inayah. 2012. *Terapi Dengan pendekatan solution focused pada individu yang mengalami quarter life crisis*. Jakarta:Fakultas Universitas Indonesia
- Afida, Dina Nur. 2023. *Pendekatan Konseling Post Modern Sebagai Upaya Intervensi Quarter LifeCrisis Pada Mahasiswa Generasi Masa Kini*. Malang:Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Alfiesyahrianta dkk, Habibie. 2019. "Peran Religiusitas Terhadap Quarter Life Crisis (QLC) Pada Mahasiswa", *Gajah Mada Journal Of Psychology*, Vol. 5, No.2.
- Amsal Qori Dalimunthe, Neng Nurcahyati Sinulingga, Annisaa'Fithrah, Juli Arimar. 2024. "Layanan Konseling Remaja dalam Mengatasi Quarter Life Crisis Mahasiswa Tingkat Akhir", *Jurnal bimbingan dan keluarga*, Vol. 6, No 1.
- Aisyah, Andi, Ainul Fahmi, and Arman Bin Anuar. 2023. "Pengaruh Bimbingan Karier Berbantuan Aplikasi BK ALMaS Terhadap Quarter Life Crisis Mahasiswa Tingkat Akhir", *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, Vol. 9 No 1.

- Amin, Sofwatillah, and Henni Setiani. 2022. "Hubungan Literasi Digital Dan E-Learning Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Sultan Ageng Tirtayasa". *Jurnal Teknologi Pendidikan Indonesia*, Vol. 1, No. 1.
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur penelitian, suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifudidin. 2003. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cahyanti, Anita Dwi, Eneng Nurlailiwangi, and Suhana Suhana. 2022. "Efektivitas Solution Focused Brief Therapy Untuk Meningkatkan Derajat Harga Diri Pada Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga", *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, Vol. 4, No. 1.
- Corey, Gerald. 2012. *Theory and Practice of Group Counseling*. Belmont. CA: Brooks/Cole.
- Corey, Gerald. 2017. *Theory and Practice of counseling and psychotherapy*. Boston, Cengage Learning.
- Eryanti, Devi. 2020. "Solution Focused Brief Therapy Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Remaja", *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, Volume 3, No. 2.
- Fajeri, Sakina Nurul. 2023. "Gambaran Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi", *Naskah Publikasi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, Vol. 3, No. 3.
- Fong Chan PhD. Dkk. 2015. *Counseling Theories and Techniques for Rehabilitation and Mental Health Professionals*. New York, Springer Publishing Company.

- Hidayat, Arifin Hidayat. 2021. "Bimbingan Dan Konseling Dalam Perspektif Konseling Posmodernisme", *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 3, No 1.
- Huda, Miftahul, Erny Fitroh, and Nabila Muwafiqi. 2023. "Konsep Bimbingan Konseling Berfokus Solusi Dalam Islam", Vol. 2, No. 3.
- Huwaina, Mashdaria, and Khoironi Khoironi. 2021. "Hubungan Antara Pemahaman Konsep Percaya Diri Dalam Al-Qur'an Terhadap Masalah Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa", *ANFUSINA: Journal of Psychology*, Vol. 4, No 1.
- Kaharja, and Eva Latifah, 2016. "Solution focused brief therapy terhadap self-esteem siswa mtsn bantul kota Pendahuluan Self Esteem Merupakan Kebutuhan", *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 8, No 1.
- Karpika, I Putu, and Ni Wayan Widiyani Segel. 2021. "Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia", *Widyadari*, Vol. 22, No 2.
- Komalasari. 2011. *Gantina Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Khudriyah. 2021. *Metodologi Penelitian dan Statistik Pendidikan*. Malang: Madani.
- Kushendar, and Hartika Utami Fitri. 2021. "Upaya Konselor Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Korban Bullying Dilihat Dari Perspektif Pendekatan Konseling Solution-Focused Brief Therapy", *Minat Remaja Ditinjau Dari Tes Minat Rothwell Miller Interest Blank (RMIB) Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Kota Palangka Raya*, Vol. 7, No 2.

- Kerry, Murphy. A. 2010. *The Collage to Career Transition, An Exploration Of Emerging Adulthood. Journal of Counseling and Development.*
- Muhammad bin ‘Abdullah Abu Bakr bin ‘Arabi. 2003. *Ahkam al-Qur'an, Jilid 1.* Bairut: Dar al-Kutub al-‘Ilmiyah.
- Martina, Khoirun Nisa Dwi, and Supandi Supandi. 2017. “Konseling Islami Dengan Teknik Scaling Question Untuk Mengurangi Kecemasan Pasien”, *Al-Balagh : Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, Vol. 2, No 2.
- Munaya Asrar, Alisa. 2022. “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Quarter-Life Crisis Pada Dewasa Awal”, *JIVA: Journal of Behavior and Mental Health E*, Vol. 3, No. 3.
- Arina Mufrihah, Fitri Aulia. 2018. “Musyawarah Sebuah Proses Deliberasi Dalam Layanan Konseling”, *Jurnal Ilmu Kependidikan*, Vol. 13 No. 2.
- Mulawarman. 2019. *SFBC (Solution-Focused Brief Counseling) Konseling Singkat Berfokus solusi.* Jakarta: Prenamedia Group.
- Nurhayati Putri, Gerhana. 2019. *Quarter Life Crisis-Ketika Hidupmu Berada di Persimpangan.* Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Nurhariza, Faiza Marsya, Muhammad Masduki, and Wahyunengsih Wahyunengsih. 2022. *Analysis of the Comparison of Quarter Life Crisis Level of 2Nd Semester Students and Final-Level Students of Uin Syarif Hidayatullah Jakarta, FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, Vol. 5, No 4.
- Palmer, Stephen. 2011. *Konseling Dan Psikoterapi.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Potabuga, Yodi Fitriadi. 2020. "Pendekatan Realitas Dan Solution Focused Brief Therapy Dalam Bimbingan Konseling Islam", *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, Vol. 9, No 1.
- Priyambudi, Yudit, and Abdul Azis. 2022. "Intensi Berwirausaha Terhadap Orientasi Masa Depan Pada Mahasiswa UNNES Dalam Masa Quarter Life Crisis", *Journal of Social and Industrial Psychology*, Vol.11, No 1.
- Priyatno, Duwi. 2014. *Pengolahan data terpraktis*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Putri, Ameliya Rahmawati. 2020. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir", *Skripsi:Fakultas Ushuluddinal dan Studi Agama, UIN Raden Intan Lampung*.
- Raharjo Sahid. 2019 <https://www.spssindonesia.com/2019/04/menghitung-n-gain-score-spss.html> diakses 3 desember 2019.
- Rifa'I, Tsalis. 2015. "Komunikasi dalam Musyawarah (Tinjauan Konsep Asyura dalam Islam)", *Jurnal Komunikasi*, Vol. 3, No. 1.
- Sahrah, Alimatus dkk. "Peningkatan Kesejahteraan Spiritual pada Siswa yang Mengalami Quarter Life Krisis melalui Terapi Singkat Fokus Solusi", *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, Vol. 12 No 4.
- Scholtz, Atwood J, 2008. *Quarter-Life Time Period : An Age Of Indulgence, Crisis or Both?Contemporary Family Therapy*", Artikel.
- Shihab, Quraish. 1994. *Membedakan Al-Qur'an Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat*. Bandung: Mizan.

- Siswanti, Dian Novita, Andi Muhammad, Fadhli Ajra, Izzul Haq Ramli, and Siti Sukhaisi, 2023. “Psikoedukasi Tentang Quarter Life Crisis :“Berdamai Dengan Diri Sendiri, Sadarilah Dirimu Berharga”. Vol. 2, No 5.
- Sumarwiyah, Edris Zamroni, and Richma Hidayati. 2015. “Solution Focused Brief Counseling (Sfbc): Alternatif Pendekatan Dalam Konseling Keluarga”, *Jurnal Konseling Gusjigang*, Vol. 1, No 2.
- Shiddieqy, Fuad Hasbi Ash. 2001. *Falsafah Hukum Islam*. Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra.
- Sutoyo, Anwar. 2012. *Pemahaman Individu Observasi, Checklist, Interview, Kuisioner, Sosiometri*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Syifa'ussurur, Muhammad, Nurul Husna, M Mustaqim, and Lukman Fahmi. 2021. “Menemukenali Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur”, *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, Vol. 1, No 1.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A