

**STRATEGI *SELF HEALING* DALAM MENGHADAPI  
*QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA AKHIR UIN  
SATU TULUNGAGUNG**

**SKRIPSI**



Oleh

**Tazkiatul Laili Nuzula**

**NIM. 126308213271**

**PROGRAM STUDI  
PSIKOLOGI ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG  
JUNI 2025**

**STRATEGI *SELF HEALING* DALAM MENGHADAPI  
*QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA AKHIR UIN  
SATU TULUNGAGUNG**

**SKRIPSI**

Disusun dalam rangka untuk memenuhi salah satu persyaratan menempuh  
program Sarjana (S1) Psikologi Islam  
Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah  
UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung



Oleh


**Tazkiatul Laili Nuzula**

**NIM. 126308213271**

**PROGRAM STUDI  
PSIKOLOGI ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG  
JUNI 2025**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "Strategi *Self Healing* dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Akhir UIN SATU Tulungagung" yang ditulis oleh Tazkiatul Laili Nuzula ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Pembimbing	Tanggal	Tanda tangan
Erwan Efendi, S.Psi., M.A	19 Juni 2015	

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi



Germino Wahyu Broto, M.Si

NIP.198003012014031001

## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Strategi *Self Healing* dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Akhir UIN SATU Tulungagung” yang ditulis oleh Tazkiatul Laili Nuzula ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung pada hari Senin tanggal 30 Juni 2025 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi.

### DEWAN PENGUJI

#### Dewan Penguji

Ketua Penguji:

Arina Husna Zaini, M.Pd

NIP. 199301162020122016

Penguji Utama:

Afinia Sandhya Rini, M.Psi.

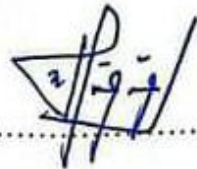
NIP. 19890520202321058

Sekretaris:

Erwan Efendi, S.Psi., M.A

NIP. 198004181980042990

#### Tanda Tangan



.....



.....



.....

Mengesahkan,

Debian, Ketua Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung



Dr. Ahmad Rizqon Khamami, Lc., M.A

NIP. 197408292008011006

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tazkiatul Laili Nuzula  
NIM : 126308213271  
Jurusan/Prodi : Psikologi Islam  
Fakultas/Program : Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Tulungagung, 30 Juni 2025

Saya yang bertandatangan



Tazkiatul Laili Nuzula

NIM. 126308213271



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Mayor Sujadi Timur Nomor 48 Tulungagung - Jawa Timur 66221  
Telepon (0355) 321513, Website : <http://perpustakaan.uinsatu.ac.id>

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tazkiatul Laili Nuzula  
NIM : 126308213271  
Jurusan : Psikologi Islam  
Fakultas : Fakultas Ushuluddin Aclab dan Dakwah  
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) kepada UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung atas karya ilmiah saya berupa (.Skripsi) yang berjudul:

"Strategi Self Healing dalam Menghadapi Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Akhir UIN SATU Tulungagung"

Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung berhak menyimpan, alih media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 30 Juni 2026



Tazkiatul Laili Nuzula  
Nama terang dan tanda tangan