

DAFTAR PUSTAKA

- Al Ghazali. (n.d.). *Ihya' Ulum al-Din*. Dar al- Fikr.
- Alkatiri, H., & Aprianty, R. A. (2024). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 7. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i2.2269>
- Arif Ainur Rofiq, & Zidni Ilma Atmagistri. (2025). Efektitas Konseling Islam melalui Terapi Syukur untuk Mengatasi Quarter Life Crisis pada Orang Dewasa Awal di Surabaya. *HELPER: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 42(1), 1–15. <https://doi.org/10.36456/helper.vol42.no1.a10046>
- Armedi, R. (2025). Relevansi Tasawuf dalam Islam di Era Modern. *Hikamia: Jurnal Pemikiran Tasawuf Dan Peradaban Islam*, 5(1), 46–67. <https://doi.org/10.58572/hkm.v5i1.148>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging Adulthood*. Oxford University Press New York. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
- Arslan, G., & Yıldırım, M. (2021). Meaning-Based Coping and Spirituality During the COVID-19 Pandemic: Mediating Effects on Subjective Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646572>
- Asrofi, A. (2022). Konsep Tawakkal dalam Tasawuf sebagai Psikoterapi Quarter life Crisis.
- Ayuni, D., & Bakhri, S. (2023). Kisah Nabi Ismail dalam Perspektif Ilmu Tasawuf. *JOUSIP Journal of Sufism and Psychotherapy*, 3(2), 149–166. <https://doi.org/10.28918/jousip.v3i2.1401>
- Azrianty, W. (2025). Relevansi Muhasabah Al-Ghazali Sebagai Solusi Terhadap Quarter life crisis Mahasiswa Aqidah dan Filsafat Islam.
- Cowden, R. G., Pargament, K. I., Chen, Z. J., Davis, E. B., Lemke, A. W., Glowiak, K. J., Rueger, S. Y., & Worthington, E. L. (2022). Religious/spiritual struggles and psychological distress: A test of three models in a longitudinal study of adults with chronic health conditions. *Journal of Clinical Psychology*, 78(4), 544–558. <https://doi.org/10.1002/jclp.23232>
- Farih, A. (1989). *Tazkiyah An-Nufus* (trans.) . Pustaka.

- Fasya, A. A. (2022). Konsep Tasawuf Menurut Imam Al-Ghazali. *JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy*, 2(2), 153–166. <https://doi.org/10.28918/jousip.v2i2.6723>
- Fikra, H. (2022). Peran kecerdasan spiritual pribadi muslim dalam menghadapi quarter life crisis. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 19(1), 334. <https://doi.org/10.18860/psikoislamika.v19i1.14179>
- Hasyim, F., Setyowibowo, H., & Purba, F. (2024). Factors Contributing to Quarter Life Crisis on Early Adulthood: A Systematic Literature Review. *Psychology Research and Behavior Management*, Volume 17, 1–12. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S438866>
- Huda, M. (2023). Kontrol diri dan tawakal terhadap quarter-life crisis pada santri di pesantren. *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)*, 3(1), 284–297. <https://doi.org/10.18860/jips.v3i1.20649>
- Julaeha, S., Muslim, E., Ahmad, N., & Suhartini, A. (2021). Konsep Mardhatillah Metode Riyadhhotun Nafs pada Maqamat Dalam Perspektif Para Sufah. *As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 3(2), 121–133. <https://doi.org/10.47467/assyari.v3i2.452>
- Karimah Darojat, & Achmad Khudori Soleh. (2023). Comparison of the Concept of Rida in the Qur'an and the Concept of Psychological Well Being. *LECTURES: Journal of Islamic and Education Studies*, 2(4), 202–210. <https://doi.org/10.58355/lectures.v2i4.71>
- Mahendra, W. A. I., & Hasibuan, S. (2025). Overcoming Anxiety Through Ridha, Tawakkal, And Patience: A Thematic Study In The Tafsir Fi Zhilalil Qur'an. *Jurnal Analytica Islamica*, 14(2).
- Majidah, A. M., & Lestari, S. (2023). Religious Coping pada Penghafal Al-Qur'an dalam Menghadapi Fase Krisis Seperempat Baya. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 6(2), 77–94. <https://doi.org/10.15575/jpib.v6i2.24990>
- Muntaha, Apriyanto, M., Yendri, O., Na'im Zaedun, Chrisnawati, Panca S., S., Restu N., S., Azuz, F., Putri, R., Ginting, R., Harpeni Dewantara, A., Br Ginting, M., Putu Suraoka, I., Srifitriani, A., & Aif Zulfikar, A. (2022). Metodologi Penelitian Kualitatif. *Nuta Media*.
- Nada, A. S., Azwar, alfi J., & Indrayani, H. (2024). Tawakal Sebagai Metode Psikoterapi Terhadap Quarter Life Crisis Perspektif Imam Qusyairi Dalam Risalah Qusyairiyah. *Jurnal Kajian Islam Dan Sosial Keagamaan*, 1(4).
- Nida Ul Hasanat, & Rifqa Amalia Azzyati. (2026). Quarter-life Crisis ditinjau dari Intoleransi Ketidakpastian pada Emerging Adult dengan Coping Religius

- sebagai Moderator. *Jurnal Psikologi Integratif*, 13(2), 186–212. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v13i2.3410>
- Permana, F. B., & Sulastri, A. (2025). Quarter Life Crisis Pada Masa Emerging Adulthood. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 14(2), 187. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v14i2.18697>
- Qur'an.com. (2026a). Surat Al-Ma'idah Ayat 11.
- Qur'an.com. (2026b). Surat At-Taubah ayat 100.
- Pusat Layanan Psikologi Universitas Indonesia. Laporan Tahunan Kesehatan Mental Mahasiswa 2023 (Depok: Universitas Indonesia, 2023).
- Rumiatus, H., Saepudin, S., & Huandar, J. (2026). Konseling Sufistik dalam Perspektif Imam Al-Qusyairi. *FIKRUNA: Jurnal Ilmiah Kependidikan Dan Kemasyarakatan*, 8(2), 345–358. <https://doi.org/10.56489/v2c23g18>
- Saputra, A., Ermagusti, E., & Efendi, E. (2024). The Essence of Ridha: Ibn Qayyim al-Jauziyah's Views on Spiritual Fulfillment and Divine Acceptance. *Islamic Thought Review*, 2(1), 73–82. <https://doi.org/10.30983/itr.v2i1.7461>
- Setyawati, C. (2024). Pengaruh Tawakkal Terhadap Quarter life crisis Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Pada Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kediri.
- Sinta, D., Rahmat, M., Anwar, S., Nurhuda, A., & bin 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-hikmah:jaip.2024.vol21\(2\).16940](https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2024.vol21(2).16940)
- Siregar, P., Nurihsan, J., Yusuf, S., & Budiman, N. (2024). Imam al-Ghazali's Concept of Religious Counseling in Forming Moderate Attitudes. *Madania: Jurnal Kajian Keislaman*, 28(1), 106.
- Sukmana. (2024). Mindfulness dalam Menghadapi Quarter life crisis Perspektif Al-Qur'an (Studi Analisis Tafsir Tematik).
- Suryadiningrum, B. A., Haque, S. A., & Saragih, S. (2023). Resiliensi Santri: Bagaimana peran Religius Coping menghadapi Quarter Life Crisis? *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(1).
- Suyono, T. A., Kumalasari, A. D., & Fitriana, E. (2021). Hubungan Quarter-Life Crisis dan Subjective Well-Being pada Individu Dewasa Muda. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 301–322. <https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i2.4646>

- Utami, S. E., Ihsani, H., Titisemita, A., & Handayani, S. (2023). Peran Religious Coping terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan*, 5(3).
- Valentino, K., & Hendrawan, D. (2025). Tinjauan Sistematis: Gambaran Quarter-life Crisis, Dampak, serta Faktor-faktor yang Memengaruhinya. *Buletin Psikologi*, 33(1), 26. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.98848>
- Yudha, M. A. (2023). Uncovering the Human and Divine Aspect of Ridha in the Qur'an through the Lens of Tafsir Tahrir wa Tanwir. *Jurnal Studi Ilmu-Ilmu Al-Qur'an Dan Hadis*, 24(1), 119–136. <https://doi.org/10.14421/qh.v24i1.4291>
- Zakia, A. Z., Maryatul kibtiyah, Hilma Nadia Faylasufa, Abdullah Nur, & Ahmad Zidni Ilman. (2024). APLIKASI TAZKIYATUN NAFS DALAM PSIKOTERAPI ISLAM. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 21(2), 109–131. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2024.212-07>