

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, Imam Abil U'la Muhammad. *Tuhfatul Ahwaji*. Mesir: Darul Hadits, 2014.
- Abidin, Yusuf Efendi, dan Ahmad Zainal. *Monograf Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga dengan Keikutsertaan Vaksinasi Booster di Desa Prambontergayang Tuban*. Guepedia, 2021.
- Abu Bakar, Md Zawawi, et al. *Pembangunan Sosial Mengikut Perspektif Islam*. UUM Press, 2020.
- Ardiyanti, Devi. *Tips dan Trik Menghadapi Quarter Life Crisis*. Yogyakarta: Checklist, 2022.
- Arnett, Jeffrey Jensen. *Emerging Adulthood: The Winding Road From the Late Teens Through the Twenties*. 2nd ed. New York: Oxford University Press, 2015.
- Azizi, Abdul Syukur al-. *Dahsyatnya Sabar, Syukur, Ikhlas, dan Tawakal*. Yogyakarta: Safirah, 2016.
- Bas Verplanken. *The Psychology of Habit: Theory, Mechanisms, Change, and Contexts*. Springer, 2018.
- Byock, Satya Doyle. *Quarterlife: The Search for Self in Early Adulthood*. New York: Penguin, 2022.
- Cholil. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Penerbit KBM Indonesia, 2024.
- Damanik, Darwin, et al. *Metodologi Penelitian Dasar*. CV Rey Media Grafika, 2024.
- Dewi, Deby Kurnia. *Pendidikan Nasional Indonesia*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2022.
- Dinata, Feri Riski, dkk. *Pengembangan Materi Pendidikan Agama Islam*. Nusa Media, 2018.
- Pamungkas, M. Imam, *Ahlak Muslim Modern: Membangun Karakter Generasi Muda*. Jakarta: Marja, 2023.
- Hakam, Kama Abdul, dan Encep Syarief Nurdin. *Metode Internalisasi Nilai-Nilai (Untuk Modifikasi Perilaku Berkarakter)*. Bandung: Maulana Media Grafika, 2016.

- Halimatussa'diyah. *Nilai-Nilai Pendidikan Agama Islam Multikultural*. Jakad Media Publishing, 2020.
- Jewellius Kistomi M. *Berdamai dengan Quarter Life Crisis: Seni Menerima Segala Masalah, Menumbuhkan Bahagia, dan Melanjutkan Hidup*. Anak Hebat Indonesia, 2022.
- Khoirotu Alkahfil Qurun. *Asma Allah Rohman-Rohim dan Filsafat Akhlak (Telaah Dr. Hidajat Nataatmadja)*. Guepedia, 2021.
- Muslim, Imam. *Shahih Muslim*. Beirut: Darul Kutub Al Ilmiyah, 2021.
- Nurkholis. *Internalisasi Nilai Pendidikan Islam pada Anak Terlantar*. NTB: Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia, 2023.
- Nurhayati, St. *Problema Manusia Modern*. PT RajaGrafindo Persada, 2023.
- Saifuddin, Ahmad. *Psikologi Siber: Memahami Interaksi dan Perilaku Manusia dalam Dunia Digital*. Prenada Media, 2023.
- Sirgy, M. Joseph, dan Dong-Jin Lee. *Work-Life Balance*. Cambridge University Press, 2023.
- Suriansah, Dedi. *Menuju Kesempurnaan Jiwa: Tasawuf Pergerakan Sa'id Hawa Membangun Peradaban Manusia*. Penerbit A-Empat, 2021.
- Syahidin, dkk. *Pendidikan Agama Islam Kontemporer*. Yayasan Masyarakat Indonesia Baru (Yamida), 2021.
- Takdir, Mohammad. *Psikologi Syukur: Perspektif Psikologi Qurani dan Psikologi Positif untuk Menggapai Kebahagiaan Sejati (Authentic Happiness)*. Elex Media Komputindo, 2019.
- Trygu. *Teori Motivasi Abraham H. Maslow dan Implikasinya dalam Belajar Matematika*. Guepedia, 2021.
- Uno, Hamzah B. *Teori Motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan*. Bumi Aksara, 2023.
- Wahyuni, Sri. *Macam-Macam Akhlakul Mahmudah dan Akhlakul Mazmumah*. 2024.
- Watkins, Edward. *Rumination-Focused Cognitive-Behavioral Therapy for Depression*. Guilford Publications, 2018.

Zadok, Wiliam Filix. *Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Hardiness pada Efikasi Diri Mahasiswa*. Penerbit Adab, 2024.

Jurnal

Gondal, Muhammad Usama, Adnan Adil, dan Anam Khan. "Tawakkul Mediates Between Personality Traits, Depression, and Anxiety in Pakistani Muslim Adults." *Journal of Religion and Health* 63, no. 2 (2023). <https://doi.org/10.1007/s10943-023-01771-1>.

Hanifa Ihsani, dan Sabrina Etika Utami. "The Role of Religiosity and Self-Efficacy Towards a Quarter-Life Crisis in Muslim College Students." *Journal of Psychological* 3, no. 1 (2022). <https://doi.org/10.32505/inspira.v3i1.4309>.

Kosim, Rijal Muhamad, et al. "Pendidikan Akhlak Perspektif Al-Ghazali dan Aplikasinya dalam Pendidikan Modern." *At-Tasyrih: Jurnal Pendidikan dan Hukum Islam* no 1 (2025). <https://doi.org/10.55849/attasyrih.v11i1.310>.

Mashuri, Imam, Ahmad Aziz Fanani, dan Ulumatul Hikmah. "Internalisasi Nilai-Nilai Akhlak Islam dalam Membentuk Karakter Siswa SMA Al-Kausar Sumber Sari Srono Banyuwangi." *Ar-Risalah Media Keislaman Pendidikan dan Hukum Islam* 19, no. 1 (2021). <https://doi.org/10.29062/ar-risalah.v19i1.962>.

Mustafa, Pinton Setya. "Peran Pendidikan Jasmani untuk Mewujudkan Tujuan Pendidikan Nasional." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 8, no. 9 (2022). <https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>.

Nurusshobah, dan Akhmad Aidil Fitra. "Kesehatan Mental dan Spiritualitas: Bagaimana Konsep Al-Qur'an Menghadapi Krisis Psikologis Era Kontemporer?" *Al-Fahmu: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 4, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.58363/alfahmu.v4i1.281>.

Putri, Isabella Cantika, Suryati Suryati, dan Hartika Utami Fitri. "The Relationship Between Quarter Life Crisis and the Level of Religiosity in Final Year Student." *Jurnal Konseling Pendidikan Islam* 5, no. 2 (2024). <https://doi.org/10.32806/jkpi.v5i2>.

Rosidin. "Optimalisasi Manajemen Waktu Mahasiswa dalam Perspektif Tafsir Tarbawi." *Evaluasi: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam* 8, no. 2 (2024). <https://doi.org/10.32478/24w80642>.

Soraya, Siti Zazak, dan Ratna Nila Puspitasari. "Islamic Coping Stress and Quarter-Life Crisis among Generation Z College Students." *Journal of Education* no 1 (2025). <https://doi.org/10.11591/edulearn.v19i1.21382>.

Urrahma, Naimi Syifa, Sri Wahyuni, dan Wasisto Utomo. “Hubungan Tingkat Spiritual dengan Kejadian Quarterlife Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir.” *Jurnal Kesehatan Komunitas* 8, no. 3 (2022).

Skripsi/Tesis

Nugraha, Bayu Anggi. “Problematika Penentuan Karir Mahasiswa Tingkat Akhir (Studi Kasus: Mahasiswa Bimbingan dan Konseling IAIN Batusangkar).” *Skripsi*, IAIN Batusangkar, 2018.

Parayu, Jerryan Vicktor. Quarter Life Crisis Mahasiswa PAI Tingkat Akhir. *Skripsi*, IAIN Kediri, 2025.

Rahmadani, M. Rifki. Pengaruh Internalisasi Nilai Nilai Pendidikan Agama Islam (PAI) terhadap Kesiapan Mahasiswa Menghadapi Quarter Life Crisis (QLC) dan Prestasi Akademik. *Tesis*, IAIN Pontianak, 2024.

Utami, Nita Astri. Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Quarter Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Skripsi*, Universitas Pendidikan Indonesia, 2022.

Peraturan Perundang-Undangan

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Website

“KBBI VI Daring.” Diakses 20 November 2025. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/teman>.

“Arti Kata Internalisasi – Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online.” Diakses 22 Juli 2025. <https://kbbi.web.id/internalisasi#googlevignette>.