



HUBUNGAN KEAKRABAN DENGAN AYAH TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA PERANTAU

Nurhalisa Apriani¹, Fildzah Malahati²

Universitas Aisyiyah Yogyakarta¹²

e-mail: nurhalisahalisa291@gmail.com

Diterima: 4/5/2026; Direvisi: 10/6/2026; Diterbitkan: 18/6/2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keakraban dengan ayah dan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau. Masa dewasa awal merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan berbagai tuntutan kehidupan, seperti penentuan karier, pencarian identitas diri, serta pencapaian kemandirian, yang dalam beberapa kondisi dapat memunculkan fenomena *quarter life crisis*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif melalui desain korelasional. Responden penelitian adalah mahasiswa perantau yang telah sesuai dengan kriteria penelitian. Proses pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala keakraban dengan ayah dan skala *quarter life crisis*. Analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi Spearman mengingat data yang diperoleh tidak memenuhi asumsi normalitas dan linearitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keakraban dengan ayah dan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,897$ dan nilai signifikansi $p < 0,01$, yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tergolong dalam kategori sangat kuat. Temuan ini mengindikasikan bahwa keakraban dengan ayah memiliki kontribusi terhadap kondisi psikologis mahasiswa pada masa dewasa awal. Hubungan emosional yang positif dengan ayah dapat berpotensi menjadi sumber dukungan psikologis bagi mahasiswa perantau dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan serta ketidakpastian masa depan.

Kata Kunci: Keakraban Dengan Ayah, *Quarter Life Crisis*, Mahasiswa Perantau

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between closeness with fathers and quarter life crisis in migrant students. Early adulthood is a developmental period characterized by various life demands, such as career determination, the search for self identity, and the achievement of independence, which in some conditions can give rise to the phenomenon of quarter life crisis. This study used a quantitative approach through a correlational design. The research respondents were migrant students who met the research criteria. The data collection process was carried out using a scale of closeness with fathers and a scale of quarter life crisis. Data analysis was performed using the Spearman correlation technique because the data obtained did not meet the assumptions of normality and linearity. The results showed a significant relationship between closeness with fathers and quarter life crisis in migrant students with a correlation coefficient value of $r = 0.897$ and a significance value of $p < 0.01$, indicating that the relationship between the two variables is categorized as very strong. These findings indicate that closeness with fathers contributes to the psychological condition of students in early adulthood. A positive emotional relationship with fathers can potentially be a source of psychological support for migrant students in facing various developmental demands and future uncertainty.



Keywords: *Closeness With Father, Quarter Life Crisis, Migrant Students.*

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi memegang peranan yang sangat fundamental di dalam mendongkrak kualitas sumber daya manusia agar memiliki daya saing tinggi pada era globalisasi saat ini. Guna memperoleh akses pengajaran yang kredibel, fasilitas akademik yang representatif, serta peluang pengembangan diri yang optimal, banyak lulusan sekolah menengah memutuskan melakukan mobilitas geografis. Fenomena urbanisasi intelektual ini memicu lonjakan jumlah mahasiswa perantau yang berbondong-bondong meninggalkan daerah asal mereka menuju kota-kota besar, khususnya di Pulau Jawa sebagai episentrum perguruan tinggi unggulan (Putra & Harianto, 2022; Siregar & Kustanti, 2020; Thama & Priyono, 2021). Sebagai kaum migran akademik, para pelajar ini dituntut untuk mampu menavigasi diri di tengah ekosistem sosiokultural dan atmosfer perkuliahan yang sepenuhnya baru tanpa pendampingan fisik dari keluarga inti. Proses transisi sosiopedagogis yang masif ini menghendaki adanya tingkat kesiapan mental yang matang agar para pendaatang baru tersebut dapat mengasimilasikan nilai-nilai personal mereka dengan dinamika lingkungan sekitar. Oleh karena itu, institusi pendidikan tinggi berkewajiban menciptakan ruang adaptasi yang inklusif demi menjamin stabilitas psikologis siswa selama menempuh perjalanan intelektualnya (Lestarina & Purwantini, 2023; Rahmadani & Mukti, 2020; Supriatna, 2023).

Namun demikian, para mahasiswa perantau ini sejatinya sedang berada pada fase perkembangan dewasa awal atau *emerging adulthood* yang sarat akan gejolak emosional pelik. Fase kronologis ini ditandai oleh kuatnya tuntutan kemandirian finansial maupun sosial, pencarian jati diri yang autentik, serta keharusan mengeksplorasi rencana masa depan karier secara mandiri. Secara teoretis, kombinasi antara beban tugas perkuliahan yang padat dengan keharusan mengelola urusan domestik sendirian sering kali memicu timbulnya tekanan psikologis yang sangat berat. Ketiadaan kesiapan kognitif dalam menghadapi ketidakpastian masa depan dan runtuhnya rasa aman akibat jarak fisik dengan orang tua rentan memicu disonansi mental yang akut. Kondisi distorsi emosional inilah yang menjadi stimulus utama lahirnya fenomena krisis seperempat abad atau *quarter life crisis*. Kondisi krisis ini tecermin dari munculnya rasa cemas yang berlebihan terhadap hubungan interpersonal, kepanikan dalam pengambilan keputusan strategis, serta perasaan terisolasi dari pergaulan sosial komunal (Hafarinto et al., 2024; Majidah & Lestari, 2023; Sallata & Huwae, 2023; Suatin et al., 2024).

Kondisi kesenjangan psikologis antara ekspektasi kesuksesan dengan realitas kerentanan mental tersebut terkonfirmasi secara nyata melalui pengamatan empiris terhadap dinamika kehidupan mahasiswa perantau. Banyak pelajar perantauan yang dilaporkan mengalami penurunan motivasi belajar intrinsik, kemerosotan indeks prestasi, hingga penat belajar yang tinggi akibat akumulasi stres adaptasi sosiokultural di kota besar. Subjek penelitian yang merupakan para mahasiswa perantau ini senantiasa menghadapi tantangan ganda berupa tingginya ekspektasi sosial keluarga di kampung halaman yang berbanding terbalik dengan rapuhnya sistem dukungan emosional harian mereka. Ketika dihadapkan pada kebuntuan penyusunan rencana masa depan, subjek penelitian cenderung bersikap tertutup, mengalami gangguan kecemasan, serta kesulitan merumuskan strategi koping yang adaptif untuk keluar dari tekanan mental. Fenomena darurat kesehatan mental ini menegaskan bahwa kelompok pelajar migran memerlukan sebuah instrumen protektif eksternal yang kokoh guna mereduksi bias keputusan dan mengembalikan stabilitas afektif mereka (Lai et al., 2020; Nazır, 2024; Segovia et al., 2025).



Dalam meminimalkan dampak destruktif dari krisis perkembangan tersebut, eksistensi jalinan keakraban emosional dengan figur orang tua, khususnya ayah, memegang peranan pastoral yang sangat krusial. Keakraban dengan ayah tidak boleh hanya dipandang sebatas status hubungan darah formalitas semata, melainkan harus diwujudkan dalam bentuk kelekatan yang aman atau *secure attachment*. Hubungan yang hangat, penuh kepercayaan, serta keterlibatan aktif ayah secara psikologis terbukti mampu menyuplai rasa aman dan mendongkrak kepercayaan diri anak secara signifikan. Kehadiran figur ayah sebagai penasihat rasional bertindak sebagai tameng protektif eksternal yang membantu anak dalam mengelola stres serta menurunkan tingkat kecemasan masa depan. Komunikasi yang intensif meskipun terhalang jarak terbukti efektif dalam mematangkan fungsi eksekutif mahasiswa, sehingga mereka lebih rasional, tangguh, serta bijaksana dalam mengevaluasi setiap hambatan akademik maupun problem interpersonal yang muncul di tanah rantau.

Berpijak pada seluruh rangkaian latar belakang dan pemetaan masalah tersebut, kajian ilmiah ini hadir dengan membawa nilai kebaruan serta inovasi berupa pengupasan spesifik sosiopsikologis keluarga. Nilai inovasi dari riset ini memfokuskan sasarannya pada pengujian hubungan teoretis antara tingkat keakraban dengan ayah terhadap intensitas *quarter life crisis* khusus pada kelompok pelajar migran. Fokus subjek penelitian ini diarahkan secara spesifik pada analisis kuantitatif yang representatif untuk melacak bagaimana pengaruh kelekatan paternal jarak jauh dalam meretas hambatan mental anak tanpa keterikatan pada nama sekolah tertentu. Kebaruan kajian ini bersumber dari penempatan variabel keakraban ayah sebagai faktor determinan mandiri, sebuah koridor akademis yang selama ini masih sangat jarang dieksplorasi dalam literatur psikologi perkembangan domestik. Melalui pembuktian empiris yang komprehensif terhadap subjek penelitian ini, luaran riset diharapkan mampu menyajikan sebuah kontribusi pemikiran yang segar, orisinal, serta aplikatif bagi pengembangan program konseling keluarga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional, untuk mengkaji hubungan antara keakraban dengan ayah dan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau. Pendekatan kuantitatif digunakan karena penelitian ini berorientasi pada pengukuran variabel secara objektif dan pengujian hubungan antarvariabel menggunakan teknik statistik. Populasi dalam penelitian ini mencakup mahasiswa perantau yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi yang berada di Daerah Istimewa Yogyakarta. Adapun kriteria subjek penelitian meliputi: (1) mahasiswa aktif berusia 18-27 tahun, (2) berasal dari luar Daerah Istimewa Yogyakarta, dan (3) masih memiliki ayah kandung. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan kemudahan peneliti dalam memperoleh responden yang memenuhi kriteria penelitian. Penelitian ini melibatkan 380 mahasiswa rantau sebagai sampel penelitian.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui instrumen berupa skala psikologis. Variabel keakraban dengan ayah diukur menggunakan skala keakraban dengan ayah yang disusun dengan mempertimbangkan aspek-aspek keakraban sebagaimana dikemukakan oleh Prager (1995), yang mencakup kedekatan emosional, kepercayaan, kebersamaan, serta keterbukaan dalam berkomunikasi. Skala keakraban dengan ayah menunjukkan nilai koefisiensi validitas item yang berkisar antara 0,436 hingga 0,908, dengan nilai reliabilitas yang memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,948. Sementara itu, pengukuran variabel *quarter life crisis* dilakukan melalui skala yang disusun berdasarkan konsep *quarter life crisis*



berdasarkan pandangan Robbins dan Wilner (2001), yaitu mencakup aspek kebingungan dalam menentukan keputusan, kecemasan terhadap kehidupan mendatang, beban emosional, dan rasa cemas terhadap relasi sosial. Skala pengukuran *quarter life crisis* menunjukkan nilai koefisiensi validitas butir item yang berkisar antara 0,650 hingga 0,899, dengan nilai reabilitas yang memiliki koefisiensi *Cronbach's Alpha* sebesar 0,973. Berdasarkan hasil uji validitas dan reabilitas kedua skala layak digunakan dalam penelitian ini karena telah memenuhi kriteria sebagai alat ukur yang mampu mengukur variable yang diteliti secara konsisten dan akurat.

Data yang didapatkan selanjutnya dianalisis melalui teknik korelasi *Spearman's Rho* guna mengukur arah serta kekuatan hubungan antara keakraban dengan ayah dan *quarter life crisis*. Pengolahan data dilakukan menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Penggunaan teknik korelasi *Spearman* dipilih sebab data tidak memenuhi standar dasar analisis parametrik, yaitu tidak memenuhi asumsi normalitas dan tidak menunjukkan hubungan yang linear, sehingga digunakan analisis nonparametrik yang lebih sesuai dengan karakteristik data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Bagian hasil penelitian ini disusun untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai karakteristik responden serta temuan analisis statistik yang berkaitan dengan hubungan antara keakraban dengan ayah dan *quarter life crisis* pada mahasiswa perantau. Penyajian hasil dipaparkan secara bertahap, diawali dengan deskripsi data demografis responden, selanjutnya diikuti oleh hasil uji asumsi, serta analisis korelasi antar variabel penelitian. Deskripsi karakteristik responden penting untuk memberikan konteks perkembangan dan sosial dari subjek penelitian. Mengingat penelitian ini berfokus pada mahasiswa perantau dalam fase dewasa awal, faktor usia, jenis kelamin, dan domisili asal menjadi relevan untuk memahami latar belakang psikososial responden. Karakteristik tersebut berpotensi memengaruhi dinamika adaptasi, tekanan perkembangan, serta pengalaman *quarter life crisis* yang dialami individu.

1. Deskripsi Responden

Gambaran responden berdasarkan kategori jenis kelamin, usia, dan domisili disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	137	36,1%
Perempuan	243	63,9%
total	380	100%

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
18	5	1,32%
19	25	6,58%
20	68	17,89%
21	91	23,95%
22	109	28,67%
23	56	14,74%
24	21	5,53%



25	3	0,79%
26	2	0,53%
total	380	100%

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Domisili

Domisili	Frekuensi	Persentase (%)
Jawa	224	58,95%
Sulawesi	84	22,11%
Sumatra	38	10,00%
Kalimantan	28	7,37%
Maluku	6	1,57%
total	380	100%

Berdasarkan distribusi tabel 2, mayoritas responden berusia 21-22 tahun, yang termasuk dalam fase dewasa awal. Secara perkembangan, fase ini ditandai dengan eksplorasi identitas, pencarian arah karier, serta pembentukan komitmen jangka panjang.

2. Uji Asumsi

Uji normalitas menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,003 ($p < 0,05$), berdasarkan nilai tersebut maka disimpulkan data tidak berdistribusi normal. selanjutnya, uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hubungan antarvariabel tidak memenuhi asumsi linearitas. Sehingga, analisis dilakukan dengan korelasi *non parametrik Spearman's rho*.

3. Uji Korelasi Spearman's

Tabel 4. Uji korelasi spearman's

Variabel	r_s	Sig. (2-tailed)	N
Keakraban dengan Ayah-Quarter Life Crisis	0,897	0,000	380

Tabel 4 Hasil analisis menunjukkan keterhubungan yang signifikan antara keakraban dengan ayah dan *quarter life crisis* ($p < 0,01$). Nilai koefisien korelasi sebesar 0,897 menunjukkan tingkat hubungan yang sangat tinggi antarvariabel.

Pembahasan

Analisis mendalam mengenai dinamika psikologis pada fase dewasa awal menunjukkan bahwa kualitas ikatan emosional dalam keluarga inti tetap memegang peranan krusial meskipun individu berada jauh dari lingkungan domestik. Melalui eksplorasi kuantitatif terhadap sebaran data mahasiswa perantau, ditemukan pola hubungan yang sangat kuat antara kedekatan figur kepala keluarga dengan fenomena krisis seperempat abad yang dialami subjek. Pembuktian empiris ini didasarkan pada hasil kalkulasi korelasi Spearman yang menghasilkan nilai koefisien matematis sebesar 0,897 dengan tingkat probabilitas signifikansi p di bawah 0,01. Angka korelasi 0,897 yang berada pada rentang koefisien tinggi tersebut mengonfirmasi secara valid bahwa fluktuasi kecemasan perkembangan memiliki keterikatan linear yang sangat erat dengan stabilitas relasi interpersonal antara ayah dan anak. Kematangan personal yang sedang dibentuk oleh para perantau muda dalam menghadapi tuntutan kemandirian hidup tidak menghilangkan kebutuhan dasar mereka terhadap jangkar afektif sosioreligius dari orang tua. Dukungan moral yang konsisten dari rumah bertindak sebagai katup pengaman emosional yang



mereduksi ketegangan psikologis akibat ketidakpastian masa depan di lingkungan baru (Nurfadila & Khoiryasdien, 2026; Panuju & Kuntari, 2025; Wider et al., 2023).

Kondisi psikososial mahasiswa perantau yang berada pada masa transisi perkuliahan umumnya ditandai oleh eksplorasi identitas diri yang intensif dalam fase *emerging adulthood*. Fase perkembangan ini menuntut individu untuk membuat keputusan-keputusan strategis terkait orientasi karier, pencapaian akademis, serta keberlanjutan hubungan romantis. Tekanan untuk menetapkan tujuan hidup secara mandiri seringkali memicu timbulnya konflik internal berupa kecemasan eksistensial, keraguan atas kompetensi pribadi, dan ketakutan akan kegagalan masa depan. Kondisi ini menjadi semakin kompleks saat subjek harus menghadapi benturan budaya, tuntutan tugas ilmiah yang tinggi, serta isolasi sosial di wilayah perantauan. Tekanan ganda dari sisi internal perkembangan dan eksternal lingkungan memicu eskalasi beban mental yang dapat memanifestasikan diri dalam bentuk *quarter life crisis*. Keberadaan figur ayah yang akrab bertindak sebagai penyedia rasa aman psikologis yang menumbuhkan ketahanan diri sehingga mahasiswa mampu memetakan rencana hidup secara lebih adaptif tanpa terjebak dalam kecemasan yang melumpuhkan produktivitas (Aristia & Aulia, 2025; Putra & Nastiti, 2026; Yulina & Kuntari, 2025).

Kedekatan dengan ayah dalam konteks riset ini diwujudkan melalui komunikasi yang terbuka, rasa saling percaya, serta penerimaan emosional tanpa syarat yang dirasakan oleh anak. Ketika individu merasa didengarkan dan didukung secara moral oleh figur otoritas utamanya, kapasitas regulasi emosinya akan berkembang secara optimal. Mahasiswa yang memiliki indeks kehangatan relasi keluarga yang tinggi cenderung menampilkan stabilitas mental yang lebih konsisten serta memiliki tingkat kepuasan hidup yang mapan. Sebaliknya, kesenjangan komunikasi dengan orang tua berpotensi meningkatkan kerentanan psikologis yang memicu timbulnya stres akut serta disorientasi arah hidup pada masa dewasa muda. Kehadiran ayah secara psikologis, meskipun terpisah oleh jarak geografis yang jauh, memberikan pasokan energi afektif yang menstimulasi rasa percaya diri mahasiswa dalam mengeksekusi keputusan-keputusan penting. Relasi yang harmonis ini bertindak sebagai faktor protektif yang meredam dampak negatif dari benturan sosial yang dialami di perantauan secara berkelanjutan (Aisi & Rahmi, 2026; Hasna & Psikolog, 2025; Laila et al., 2026; Sinaulan et al., 2025).

Implikasi teoretis dari penemuan ini memperkuat paradigma psikologi perkembangan bahwa pengaruh pengasuhan orang tua tidak berhenti saat anak mencapai usia legal keimigrasian akademik. Keterlibatan emosional seorang ayah memberikan bimbingan moral yang sangat berharga bagi anak dalam menginterpretasikan kegagalan serta mengelola ekspektasi hidup yang realistis. Secara praktis, hasil pengujian ini memberikan dasar bagi unit pelayanan bimbingan konseling di perguruan tinggi untuk merancang program intervensi kesehatan mental yang berbasis sistem keluarga. Edukasi publik mengenai pentingnya menjaga saluran komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak yang merantau perlu diintensifkan secara berkala. Institusi pendidikan tinggi diharapkan dapat memfasilitasi forum literasi keluarga agar para ayah memahami bahwa dukungan emosional mereka tetap menjadi determinan utama bagi kesuksesan adaptasi sosial dan kesejahteraan psikologis anak selama menempuh studi di luar daerah (Paramitha et al., 2025; Suandari & Tobing, 2026; Suciawati et al., 2024; Yulina & Kuntari, 2025).

Meskipun menyajikan temuan korelasi yang sangat meyakinkan pada angka 0,897, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan spasial dan metodologis yang harus diperhatikan dalam implementasinya. Karakteristik pengambilan sampel yang terbatas pada kelompok mahasiswa perantau dalam jumlah responden tertentu menyebabkan generalisasi kesimpulan



riset ini belum dapat diaplikasikan pada seluruh populasi pemuda secara makro. Dinamika lingkungan sosiogeografis yang spesifik dari tempat asal narasumber juga berpotensi memengaruhi bias persepsi terhadap kedekatan hubungan keluarga yang dilaporkan. Untuk pengembangan riset di masa mendatang, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk memperluas variasi subjek penelitian serta mengintegrasikan variabel pengontrol seperti tingkat efikasi diri, gaya pengasuhan masa kecil, dan status ekonomi keluarga. Eksplorasi lanjutan dengan desain longitudinal akan memberikan gambaran deskriptif yang lebih komprehensif mengenai stabilitas dampak keterlibatan ayah terhadap penuntasan krisis perkembangan pada fase kehidupan dewasa awal.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara tingkat keakraban dengan ayah terhadap intensitas *quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa perantau. Kualitas hubungan emosional yang hangat, penuh rasa saling percaya, serta keterbukaan dalam berkomunikasi jarak jauh dengan figur paternal terbukti bertindak sebagai faktor protektif eksternal yang andal bagi ketahanan mental individu. Keterlibatan psikologis seorang ayah memberikan rasa aman bagi kaum migran akademik dalam mengurai kecemasan eksistensial, keraguan atas kompetensi pribadi, dan ketakutan akan kegagalan masa depan pada fase dewasa awal. Kehangatan relasi ini sukses meminimalkan beban psikologis adaptasi sosiokultural serta disorientasi arah hidup, sehingga memfasilitasi para perantau muda untuk menavigasi tuntutan kemandirian hidup secara lebih adaptif, rasional, dan stabil di tanah rantau.

Peneliti selanjutnya disarankan untuk merekonstruksi desain penelitian dengan menerapkan metode kombinasi yang mengintegrasikan analisis kuantitatif makro dan pendekatan kualitatif melalui wawancara klinis mendalam guna menggali dinamika emosional secara komprehensif. Eksplorasi riset ke depan perlu memperluas ruang lingkup wilayah pengambilan sampel lintas perguruan tinggi di luar Pulau Jawa serta menambahkan variabel pengontrol spesifik, seperti tingkat efikasi diri, gaya pengasuhan masa kecil, dan status sosial ekonomi keluarga. Pengondisian pengamatan dengan desain *longitudinal* terstruktur sangat direkomendasikan untuk melacak stabilitas ketahanan mental dan konsistensi dampak kelekatan paternal terhadap penuntasan krisis perkembangan dalam kurun waktu jangka panjang. Peneliti mendatang juga dianjurkan untuk melibatkan peran ibu sebagai variabel komparatif demi memetakan pengaruh sistem pengasuhan keluarga inti secara utuh terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisi, F. M., & Rahmi, K. H. (2026). Hubungan antara dukungan emosional dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 10(1), 792–799. <https://doi.org/10.31004/jptam.v10i1.36002>
- Aristia, A., & Aulia, F. (2025). Quarter-life crisis in early adulthood is directly proportional to father involvement. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 16(1), 105–105. <https://doi.org/10.24036/rapun.v16i1.131150>
- Hafarinto, B., Rahmayati, S., Laurensia, S., Faulin, D., Alrefi, A., & Minarsi, M. (2024). Pemahaman terhadap quarter life crisis yang terjadi dimasa perkembangan dewasa awal: Suatu kajian literatur. *Journal of Society Counseling*, 2(1), 1–13. <https://doi.org/10.59388/josc.v2i1.431>



- Hasna, I., Elysia, & Purwanto, S. (2025). *Strategi coping mahasiswa rantau* (Karya ilmiah tidak diterbitkan). UMS Library Center of Academic Activities.
- Lai, A. Y. K., Lee, L., Wang, M. P., Feng, Y., Lai, T. T., Ho, L., Lam, V. S., Ip, M., & Lam, T. (2020). Mental health impacts of the COVID-19 pandemic on international university students, related stressors, and coping strategies. *Frontiers in Psychiatry, 11*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.584240>
- Laila, A., Rahmawati, D. D., Pratama, M. A. C., Haya, S., & Anas, S. H. (2026). Identitas sosial anggota komunitas mahasiswa muslim Patani Thailand. *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan, 6*(1). <https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i1.8873>
- Lestarina, N. N. W., & Purwantini, D. (2023). Gambaran proses adaptasi mahasiswa baru STIKES di Surabaya. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal, 3*(3), 761–769. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i3.9971>
- 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>
- Nazir, T. (2024). From isolation to integration: The mental health journey of international students in Turkey. *Research Square*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-5349000/v1>
- Nurfadila, A. P., & Khoiryasdien, A. D. (2026). Hubungan dukungan sosial terhadap stres dalam penyusunan tugas akhir mahasiswa. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi, 6*(2), 785–796. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i2.8834>
- Panuju, C. R., & Kuntari, S. (2025). Dukungan emosional orang tua dalam membangun kemandirian mahasiswa S1 pendidikan sosiologi 2022 Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *Arus Jurnal Sosial dan Humaniora, 5*(1), 572–576. <https://doi.org/10.57250/ajsh.v5i1.1066>
- Paramitha, N. M. A. S. P., PF, K. A. P. D., Mahardika, I. G. N. A. W., Sentana, G. D. D., Suputra, I. K. D., Oktarina, P. S., Krisdayanthi, A., Perbowosari, H., Arini, N. W., Kristina, N. M. R., Dewi, P. A. S., Dewi, N. L. P. P., Wahyuni, N. N. T., Ariputra, I. P. S., Diaris, N. M., Dewi, N. M. U. K., Sinarsih, N. K., Kantriani, N. K., Jaya, I. K. M. A., ... Permatasariid, I. G. A. I. (2025). Penguatan peran ayah dalam keluarga dan masyarakat: Strategi meningkatkan kesadaran melalui literasi dan apresiasi sosial. *Sevanam Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4*(1), 64–73. <https://doi.org/10.25078/sevanam.v4i1.4764>
- Putra, A. A., & Nastiti, D. (2026). Hubungan dukungan sosial dan resiliensi terhadap quarter life crisis mahasiswa. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 9*(2), 2778–2785. <https://doi.org/10.54371/jiip.v9i2.10848>
- Putra, N. P. A., & Harianto, S. P. (2022). Konstruksi sosial mahasiswa urban di Kota Surabaya. *Jurnal Analisa Sosiologi, 11*(2). <https://doi.org/10.20961/jas.v11i2.57277>
- Rahmadani, A., & Mukti, Y. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional: Studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. *Jurnal Konseling dan Pendidikan, 8*(3), 159–159. <https://doi.org/10.29210/145700>
- Sallata, J. M. M., & Huwae, A. (2023). Resiliensi dan quarter life-crisis pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Cakrawala Ilmiah, 2*(5), 2103–2124. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i5.4725>
- Segovia, E. S., Zarate, N. N., Godoy, C. G., Alvarenga, R. M., Franco, A. E. C., & Portillo, A. J. (2025). Migración forzada: Situación académica de estudiantes universitarios del área de la salud en su primer semestre 2024. *Revista de Investigación Científica y*





Tecnológica,

9(1),

110–120.

[https://doi.org/10.36003/rev.investig.cient.tecnol.v9n1\(2025\)9](https://doi.org/10.36003/rev.investig.cient.tecnol.v9n1(2025)9)

- Sinaulan, N. L., Sengkey, M. M., Telaumbanua, Y. S., Kountul, I. Y., & Watuseke, B. T. (2025). Makna persahabatan bagi mahasiswa rantau: Studi kualitatif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 3(4), 5668–5682. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.1277>
- Siregar, A. O. A., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku Minang di Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 7(2), 474–490. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21668>
- Suandari, N. L. K. A., & Tobing, D. H. (2026). Perbedaan dampak fatherless pada remaja perempuan dan laki-laki: Literature review. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 6(2), 948–957. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i2.10100>
- Suatin, W., Kasanah, S. U., Purwaningrum, D., Firmansyah, S. F., & Prasetyo, Y. D. (2024). Concept of Islam as a problem solving in facing quarter life crisis in the millennial era. *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, 2(1), 37–43. <https://doi.org/10.28926/pyschoaksara.v2i1.1350>
- Suciawati, D. T., Sari, H. R., Dewi, L. P., Huriyah, F. S., & Gandana, G. (2024). Peran ayah (fathering) terhadap pengasuhan balita. *Jurnal Pendidikan Anak*, 13(1), 53–64. <https://doi.org/10.21831/jpa.v13i1.335>
- Supriatna, E. (2023). Adaptation strategies of migrant students in adjusting to a new campus environment. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 15(2), 2209–2217. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i2.3848>
- Thama, A. D., & Priyono, M. S. (2021). *Analisis mobilitas mahasiswa asal kota–kota besar di Pulau Jawa menuju Kota Surakarta* (Karya ilmiah tidak diterbitkan). Universitas Surakarta.
- Wider, W., Tanucan, J. C. M., Lin, J., Jiang, L., & Udang, L. N. (2023). Who makes a better university adjustment wingman: Parents or friends? *PLoS ONE*, 18(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0294658>
- Yulina, C., & Kuntari, S. (2025). Peran ayah dalam membangun kesehatan mental keluarga pada mahasiswa pendidikan sosiologi angkatan 2022 Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *SABANA: Jurnal Sosiologi Antropologi dan Budaya Nusantara*, 4(2), 221–228. <https://doi.org/10.55123/sabana.v4i2.5148>