

**PENGARUH PEER SUPPORT DAN ACADEMIC PROCRASTINATION TERHADAP
QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA AKHIR UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH PURWOKERTO**

Dwi Nofita Sari¹, Suwarti²

Universitas Muhammadiyah Purwokerto^{1,2}

e-mail: helloouwii@gmail.com

Diterima: 2/06/2026; Direvisi: 27/07/2026; Diterbitkan: 06/08/2026

ABSTRAK

Quarter-life crisis merupakan kondisi psikologis yang rentan dialami mahasiswa tingkat akhir ketika menghadapi tekanan akademik, ketidakpastian karier, dan tuntutan transisi menuju kehidupan dewasa. Meskipun peer support dan academic procrastination telah banyak dikaji secara terpisah, penelitian yang menguji kontribusi keduanya secara simultan terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir masih terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh peer support dan academic procrastination terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei eksplanatori. Sebanyak 321 mahasiswa dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan Quarter Life Crisis Scale, Peer Support Questionnaire, dan Tuckman Procrastination Scale, kemudian dianalisis menggunakan Partial Least Squares Structural Equation Modeling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peer support dan academic procrastination berpengaruh positif dan signifikan terhadap *quarter-life crisis*. Peer support menunjukkan pengaruh yang lebih besar dibandingkan academic procrastination, sedangkan kedua variabel secara bersama-sama mampu menjelaskan sebagian besar variasi *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan ini menunjukkan bahwa academic procrastination merupakan faktor risiko psikologis, sedangkan hubungan positif peer support perlu ditafsirkan secara hati-hati dengan mempertimbangkan kualitas interaksi teman sebaya, kemungkinan munculnya perbandingan sosial, dan ketepatan pengodean butir terbalik. Penelitian ini menegaskan pentingnya pengelolaan prokrastinasi akademik dan pengembangan dukungan teman sebaya yang konstruktif untuk membantu mahasiswa menghadapi transisi menuju dunia kerja.

Kata kunci: *Peer Support, Academic Procrastination, Quarter Life Crisis, Mahasiswa Tingkat Akhir*

ABSTRACT

Quarter-life crisis is a psychological condition commonly experienced by final-year university students as they face academic demands, career uncertainty, and the transition to adulthood. Although peer support and academic procrastination have been widely examined as separate factors, studies investigating their simultaneous contribution to quarter-life crisis among final-year students remain limited. This study aimed to examine the effects of peer support and academic procrastination on quarter-life crisis among final-year students at Universitas Muhammadiyah Purwokerto. A quantitative approach with an explanatory survey design was employed. A total of 321 students were selected using purposive sampling. Data were collected using the Quarter Life Crisis Scale, Peer Support Questionnaire, and Tuckman Procrastination Scale, and were analyzed using Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-



SEM). The results indicated that both peer support and academic procrastination had positive and significant effects on quarter-life crisis. Peer support demonstrated a stronger influence than academic procrastination, while both variables jointly explained a substantial proportion of the variance in quarter-life crisis among final-year students. These findings suggest that academic procrastination represents an important psychological risk factor, whereas the positive association between peer support and quarter-life crisis should be interpreted cautiously by considering the quality of peer interactions, the potential influence of social comparison, and the accuracy of reverse-coded items. This study highlights the importance of reducing academic procrastination and fostering constructive peer support to help students successfully navigate the transition from university to the workforce.

Keywords: *Peer Support; Academic Procrastination; Quarter-Life Crisis; Final-Year Students.*

PENDAHULUAN

Perkembangan manusia berlangsung sepanjang kehidupan, dan setiap tahap memiliki tugas perkembangan yang berbeda (Hochberg & Konner, 2020). Masa dewasa awal merupakan periode ketika individu mulai menentukan arah karier, membangun hubungan sosial yang lebih matang, dan mencapai kemandirian ekonomi. Arnett (2000) menyebut periode ini sebagai *emerging adulthood*, yaitu fase yang ditandai oleh eksplorasi identitas, perubahan peran sosial, dan ketidakpastian mengenai masa depan. Ketika harapan individu tidak selaras dengan realitas kehidupan yang dihadapi, proses transisi tersebut dapat memicu *quarter-life crisis*, yaitu krisis psikologis yang ditandai oleh kebingungan, kecemasan, keraguan diri, dan kesulitan menentukan arah hidup (Robbins & Wilner, 2001; Robinson, 2019).

Mahasiswa tingkat akhir merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami *quarter-life crisis* karena menghadapi tuntutan akademik sekaligus persiapan memasuki dunia kerja. Perubahan sosial dan ekonomi, persaingan kerja, serta meningkatnya tuntutan kompetensi dapat membuat mahasiswa merasa belum siap menghadapi kehidupan setelah lulus, takut gagal, dan kesulitan menentukan pilihan karier (Nelson et al., 2010). Tekanan penyelesaian skripsi yang disertai ekspektasi keluarga, tuntutan lingkungan, dan ketidakpastian masa depan juga dapat memunculkan stres, kecemasan, kelelahan emosional, penurunan motivasi, serta kebingungan dalam menentukan arah hidup (Hasyim & Setyowibowo, 2024; González-Brignardello et al., 2023). Pada mahasiswa, *quarter-life crisis* dapat terlihat melalui kekhawatiran terhadap masa depan, rendahnya kepercayaan diri, kesulitan mengambil keputusan, perasaan terjebak, dan penilaian negatif terhadap diri sendiri (Robbins & Wilner, 2001). Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan *burnout* akademik, menghambat penyelesaian skripsi, menurunkan kesiapan memasuki dunia kerja, dan mengganggu hubungan sosial (Fauziah et al., 2024; Hasyim et al., 2024; Riyanto & Arini, 2021; Sari, 2022).

Sebagai ilustrasi awal mengenai kondisi mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Purwokerto, penajakan pendahuluan dilakukan pada Oktober 2025 terhadap 27 mahasiswa tingkat akhir. Data awal dikumpulkan melalui pertanyaan singkat mengenai kekhawatiran masa depan, kebingungan arah hidup, penarikan diri dari lingkungan sosial, keraguan dalam mengambil keputusan, perasaan tertinggal, dan penundaan tugas akademik. Hasil penajakan menunjukkan bahwa 77,8% mahasiswa mengaku khawatir terhadap masa depan, 51,9% bingung menentukan arah hidup, 29,6% cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, 14,8% ragu mengambil keputusan penting, 11,1% merasa tertinggal dibandingkan teman sebaya, dan 7,4% menunda penyelesaian tugas akademik. Wawancara awal terhadap dua mahasiswa juga





memperlihatkan adanya *overthinking*, rasa minder, kesulitan menyelesaikan skripsi, kecenderungan menarik diri, dan perilaku menunda tugas karena takut gagal. Karena jumlah responden terbatas dan prosedurnya tidak dirancang sebagai penelitian utama, temuan tersebut diposisikan sebagai ilustrasi awal, bukan sebagai dasar generalisasi. Meskipun demikian, gambaran tersebut selaras dengan penelitian Putri et al. (2023), Zain et al. (2023), serta Karpika (2021), yang menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami *quarter-life crisis* akibat konflik antara harapan pribadi dan realitas menjelang kelulusan.

Literatur menunjukkan bahwa *quarter-life crisis* dipengaruhi oleh faktor protektif maupun faktor risiko. Salah satu faktor protektif yang banyak dibahas adalah *peer support*, yaitu dukungan teman sebaya dalam bentuk dukungan emosional, informasional, instrumental, validasi, dan pengalaman bersama yang membantu individu menghadapi tekanan akademik dan sosial (Solomon, 2004). Penelitian Yang et al. (2023), Prayitno dan Andayani (2023), Laksmiwati dan Tondok (2023), serta Sihombing dan Brahmana (2025) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya dapat menurunkan stres dan kecemasan, meningkatkan efikasi diri dan motivasi belajar, serta memperkuat kemampuan adaptasi mahasiswa. Berdasarkan temuan tersebut, *peer support* secara teoritis diperkirakan berhubungan negatif dengan *quarter-life crisis*: semakin tinggi dukungan teman sebaya yang konstruktif, semakin rendah kecenderungan mahasiswa mengalami krisis psikologis pada masa transisi menuju kehidupan dewasa.

Namun, hasil penelitian mengenai peran dukungan teman sebaya belum sepenuhnya konsisten. Dukungan teman sebaya tidak hanya mencakup keberadaan atau intensitas interaksi sosial, tetapi juga kualitas dukungan yang diterima. Interaksi yang empatik dan tidak menghakimi dapat menjadi sumber koping, sedangkan interaksi yang kompetitif atau sarat perbandingan sosial berpotensi meningkatkan perasaan tertinggal, keraguan diri, dan kecemasan. Dengan demikian, *peer support* dapat memiliki konsekuensi yang berbeda bergantung pada kualitas hubungan dan cara mahasiswa memaknai interaksi dengan teman sebayanya. Ketidakselarasan ini menunjukkan perlunya pengujian lebih lanjut mengenai arah dan besarnya pengaruh *peer support* terhadap *quarter-life crisis*, khususnya pada mahasiswa tingkat akhir.

Selain faktor sosial, *academic procrastination* merupakan faktor risiko yang relevan dalam menjelaskan *quarter-life crisis*. *Academic procrastination* adalah perilaku menunda pengerjaan tugas akademik secara sengaja meskipun individu mengetahui konsekuensi negatif dari penundaan tersebut. Perilaku ini berkaitan dengan kegagalan regulasi diri, rendahnya kontrol diri, lemahnya manajemen waktu, dan ketakutan terhadap kegagalan (Tuckman, 1991; Ferrari et al., 1995). Penelitian Salguero-Pazos dan Reyes-de-Cózar (2023), Sulistyorini dan Sarajar (2024), Mulyanah (2024), serta Rad et al. (2025) menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berkaitan dengan meningkatnya kecemasan dan rasa bersalah, menurunnya motivasi, serta memburuknya kesejahteraan psikologis. Pada mahasiswa tingkat akhir, penundaan penyelesaian skripsi dapat memperkuat perasaan tidak mampu, ketertinggalan dari teman sebaya, dan ketidakpastian mengenai kelulusan maupun karier. Oleh karena itu, *academic procrastination* secara teoritis diperkirakan berhubungan positif dengan *quarter-life crisis*.

Penelitian Zein et al. (2024) serta Putri et al. (2023) juga menunjukkan bahwa *quarter-life crisis* berkaitan dengan produktivitas akademik, kesejahteraan emosional, dan kesiapan memasuki dunia kerja. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu cenderung menguji faktor sosial dan faktor akademik secara terpisah. Kajian yang mengintegrasikan *peer support* sebagai faktor protektif dan *academic procrastination* sebagai faktor risiko dalam satu model penjelas masih terbatas. Selain itu, penelitian sebelumnya belum banyak





membandingkan kekuatan pengaruh kedua variabel tersebut untuk menjelaskan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini tidak semata-mata terletak pada lokasi penelitian, tetapi pada pengujian simultan dua mekanisme yang berbeda, yaitu sumber daya sosial eksternal melalui *peer support* dan kegagalan regulasi diri melalui *academic procrastination*. Model ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor yang menurunkan maupun meningkatkan kerentanan mahasiswa terhadap *quarter-life crisis*.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh *peer support* dan *academic procrastination* terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Penelitian ini mencakup pengujian pengaruh parsial masing-masing variabel serta kemampuan keduanya dalam menjelaskan variasi *quarter-life crisis* secara bersama-sama. Secara teoretis, penelitian ini berkontribusi dengan mengintegrasikan faktor sosial dan faktor regulasi diri dalam satu model penelitian. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan menjadi dasar pengembangan program dukungan teman sebaya, pendampingan penyelesaian tugas akhir, layanan konseling, dan pelatihan manajemen waktu bagi mahasiswa tingkat akhir. Hipotesis penelitian dirumuskan sebagai berikut: (H1) *peer support* berpengaruh negatif terhadap *quarter-life crisis*; (H2) *academic procrastination* berpengaruh positif terhadap *quarter-life crisis*; dan (H3) *peer support* dan *academic procrastination* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

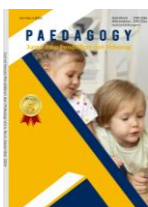
METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei eksplanatori dan rancangan potong lintang atau *cross-sectional*. Desain tersebut digunakan untuk menganalisis pengaruh *peer support* dan *academic procrastination* terhadap *quarter-life crisis* berdasarkan data yang dikumpulkan dalam satu periode pengukuran. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan hubungan antarvariabel diuji secara objektif melalui analisis data numerik dan teknik statistik (Azwar, 2018). Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan dan tahun pelaksanaan penelitian di Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Populasi penelitian mencakup 651 mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Purwokerto angkatan 2019–2021 yang sedang menyusun tugas akhir pada tahun akademik 2025/2026 berdasarkan data Biro Administrasi Akademik. Sebanyak 321 mahasiswa dipilih melalui teknik *purposive sampling* sesuai kriteria penelitian, yaitu mahasiswa program sarjana, berusia 20–24 tahun, berstatus aktif, berasal dari angkatan 2019–2021, dan sedang menyusun skripsi (Sugiyono, 2021). Jumlah sampel tersebut dinilai memadai untuk analisis *Partial Least Squares Structural Equation Modeling* karena mempertimbangkan kompleksitas model, jumlah prediktor, ukuran efek, tingkat signifikansi, dan kekuatan statistik (Hair et al., 2017).

Karakteristik responden dijelaskan berdasarkan jenis kelamin, usia, fakultas, angkatan, dan tahap penyusunan skripsi untuk menggambarkan distribusi sampel serta kesesuaiannya dengan populasi penelitian. Data karakteristik responden disajikan pada bagian hasil dalam bentuk jumlah dan persentase setiap kategori. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner daring yang disebarluaskan kepada mahasiswa yang memenuhi kriteria penelitian. Sebelum mengisi kuesioner, responden memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur pengisian, kerahasiaan data, sifat sukarela partisipasi, serta hak untuk menghentikan keikutsertaan tanpa konsekuensi. Responden yang bersedia berpartisipasi memberikan persetujuan melalui lembar informed consent pada bagian awal kuesioner. Identitas pribadi





responden tidak dicantumkan dalam proses analisis maupun pelaporan hasil. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari nama lembaga dengan nomor persetujuan etik dan tanggal yang sesuai dengan dokumen penelitian.

Instrumen penelitian menggunakan Quarter Life Crisis Scale, Peer Support Questionnaire, dan Tuckman Procrastination Scale dalam bentuk skala Likert. Skor total diperoleh dengan menjumlahkan seluruh butir setelah skor negatif dibalik, sehingga skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat konstruk yang lebih tinggi. Quarter Life Crisis Scale yang dikembangkan Afandi et al. (2023) berdasarkan Robbins dan Wilner (2001) awalnya terdiri atas 26 butir, kemudian 24 butir dipertahankan setelah dua butir dieliminasi karena outer loading tidak memenuhi kriteria. Peer Support Questionnaire yang dikembangkan Alaei dan Hosseinneshad (2020) berdasarkan Wills dan Shinar (2000) awalnya terdiri atas 22 butir, kemudian 21 butir dipertahankan setelah satu butir dieliminasi. Tuckman Procrastination Scale yang dikembangkan Tuckman (1991) terdiri atas 35 butir dan seluruhnya dipertahankan karena memenuhi validitas konvergen. Instrumen yang belum tersedia dalam bahasa Indonesia diadaptasi melalui penerjemahan, penerjemahan balik, penilaian ahli, dan uji coba, sedangkan butir negatif diberi skor terbalik sebelum analisis. Nomor butir yang dieliminasi, nilai outer loading, prosedur adaptasi, serta hasil validitas dan reliabilitas awal perlu dicantumkan sesuai data asli. Data dianalisis menggunakan Partial Least Squares Structural Equation Modeling melalui SmartPLS karena metode ini mampu menguji hubungan antarkonstruk laten sekaligus menilai kemampuan penjelasan dan prediksi model. Seluruh konstruk dimodelkan sebagai konstruk reflektif (Abdillah & Jogiyanto, 2014; Hair et al., 2017).

Analisis dilakukan melalui evaluasi model pengukuran dan model struktural. Model pengukuran dinilai berdasarkan validitas konvergen, validitas diskriminan, dan reliabilitas konstruk. Kriteria yang digunakan meliputi outer loading minimal 0,70, AVE minimal 0,50, HTMT di bawah 0,90, serta Cronbach's alpha, rho_A, dan composite reliability minimal 0,70. Nilai reliabilitas di atas 0,95 perlu ditinjau karena dapat menunjukkan redundansi antarbutir. Model struktural dievaluasi menggunakan VIF, koefisien jalur, bootstrapping, R kuadrat, f kuadrat, dan Q kuadrat. Nilai VIF di bawah 5 menunjukkan tidak adanya masalah kolinearitas, sedangkan hipotesis dinyatakan didukung apabila nilai p kurang dari 0,05 dan interval kepercayaan tidak mencakup nol. Nilai R kuadrat sebesar 0,25, 0,50, dan 0,75 menunjukkan kemampuan penjelasan lemah, moderat, dan kuat, sedangkan nilai f kuadrat sebesar 0,02, 0,15, dan 0,35 menunjukkan efek kecil, sedang, dan besar. Nilai Q kuadrat di atas nol menunjukkan adanya relevansi prediktif. Karena seluruh pengujian dilakukan melalui PLS-SEM, analisis regresi linier berganda, uji normalitas, uji heteroskedastisitas, dan uji F tidak digunakan.

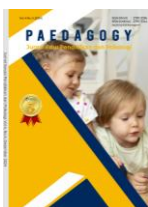
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data Deskriptif

Tabel 1. Tabel Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Peer support</i>	321	25,00	108,00	70,5670	14,83480
<i>Academic procrasti-nation</i>	321	57,00	172,00	118,6667	23,26044
<i>Quarter life crisis</i>	321	33,00	124,00	73,7819	14,70339



Berdasarkan tabel 1, komposisi partisipan menurut jenis kelamin relatif seimbang, tetapi jumlah partisipan berdasarkan program studi tidak seimbang. Program Studi Manajemen memiliki jumlah partisipan yang jauh lebih besar dibandingkan Program Studi Teknik Industri. Ketidakseimbangan ini perlu dipertimbangkan dalam penafsiran hasil karena kelompok dengan jumlah partisipan lebih sedikit dapat menghasilkan estimasi yang kurang stabil.

Peer support

Berdasarkan pada hasil pengumpulan data pada skala *Peer support* di dapatkan karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 2. Karakteristik Skala *Peer Support*

No	Kategori	Rentang Skor	F	%
1	Sangat Tinggi	$X > 97,26$	13	4%
2	Tinggi	$79,46 < X < 97,26$	76	23,70%
3	Sedang	$61,66 < X < 79,46$	151	47%
4	Rendah	$43,86 < X < 61,66$	72	22,40%
5	Sangat Rendah	$X < 43,86$	9	2,80%

Berdasarkan Tabel 2, mahasiswi Program Studi Teknik Industri menunjukkan tingkat *fear of failure* paling tinggi dibandingkan kelompok lainnya. Sebaliknya, mahasiswa laki-laki Program Studi Manajemen menunjukkan tingkat *fear of failure* paling rendah. Selisih skor antara laki-laki dan perempuan terlihat besar pada Program Studi Teknik Industri, sedangkan pada Program Studi Manajemen perbedaannya relatif kecil. Pola tersebut memberikan indikasi awal bahwa perbedaan *fear of failure* berdasarkan jenis kelamin tidak sama pada kedua program studi.

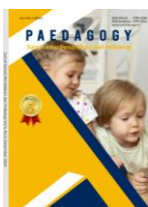
Academic procrastination

Berdasarkan pada hasil pengumpulan data pada skala *academic procrastination* di dapatkan karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 3. Karakteristik Skala *Academic Procrastination*

No.	Kategori	Rentang skor	Frekuensi	Persentase
1	Sangat tinggi	$X > 97,26$	13	4,00%
2	Tinggi	$79,46 < X \leq 97,26$	76	23,70%
3	Sedang	$61,66 < X \leq 79,46$	151	47,00%
4	Rendah	$43,86 < X \leq 61,66$	72	22,40%
5	Sangat rendah	$X \leq 43,86$	9	2,80%
Total			321	100,00%

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar item skala *fear of failure* memenuhi kriteria validitas, sehingga item-item tersebut dinilai mampu mengukur konstruk yang diteliti. Koefisien reliabilitas yang sangat tinggi menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik. Dengan demikian, skala tersebut layak digunakan untuk mengukur *fear of failure* pada partisipan penelitian.



Quarter life crisis

Berdasarkan pada hasil pengumpulan data pada skala *quarter life crisis* di dapatkan karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 4. Karakteristik Skala *Quarter Life Crisis*

No	Kategori	Rentang Skor	F	%
1	Sangat Tinggi	$X > 100,24$	15	4,70%
2	Tinggi	$82,60 < X < 100,24$	65	20,20%
3	Sedang	$64,95 < X < 82,60$	151	47,00%
4	Rendah	$47,31 < X < 64,95$	83	25,90%
5	Sangat Rendah	$X < 47,31$	7	2,20%
Total			321	100%

Berdasarkan Tabel 4, data memenuhi asumsi normalitas dan homogenitas varians. Artinya, pola distribusi data tidak menunjukkan penyimpangan yang signifikan dari distribusi normal dan variasi skor antarkelompok relatif setara. Terpenuhinya kedua asumsi tersebut menunjukkan bahwa analisis varians dua jalur dapat digunakan untuk menguji hipotesis penelitian.

Outer Model

Validitas Konvergen

Parameter yang digunakan adalah faktor beban di atas 0,70 untuk penelitian konfirmatori dan antara 0,60 dan 0,70 untuk penelitian eksploratori. Nilai *Average Variance Extracted* (AVE) harus melebihi 0,50.

Tabel 5. Hasil Uji Validitas Konvergen

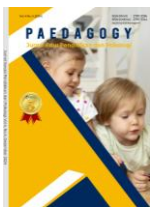
Variabel	Jumlah Indikator	Rentang Outer Loading	AVE	Keterangan
Peer Support	21	0,821–0,865	0,714	Valid
Academic Procrastination	35	0,828–0,883	0,727	Valid
Quarter Life Crisis	24	0,793–0,843	0,674	Valid

Berdasarkan Tabel 5, terdapat perbedaan *fear of failure* berdasarkan jenis kelamin dan program studi. Namun, temuan yang paling penting adalah adanya interaksi antara kedua faktor tersebut. Interaksi ini menunjukkan bahwa perbedaan *fear of failure* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan bergantung pada program studi yang diikuti. Dengan demikian, jenis kelamin dan program studi tidak sebaiknya ditafsirkan secara terpisah. Berdasarkan ukuran efek, program studi memberikan perbedaan yang lebih besar dibandingkan jenis kelamin dan interaksi keduanya.

Uji Validitas Diskriminan

Fornell- Larcker

Akar kuadrat AVE dari setiap konstruk harus lebih besar daripada korelasinya dengan konstruk lain dalam model. *Inner model* (Model Struktural/Structural Model) Evaluasi inner model berfungsi untuk menguji hubungan antar variabel laten dalam penelitian.



Tabel 6. Hasil Fornell Lacrker

	<i>X1_Peer support</i>	<i>X2_Academic Procnastination</i>	<i>Y_Quarter life crisis</i>
<i>X1_Peer support</i>	0,845		
<i>X2_Academic Procnastination</i>	-0,079	0,853	
<i>Y_Quarter life crisis</i>	0,530	0,426	0,821

Berdasarkan Tabel 6, perbedaan yang signifikan terutama berasal dari kelompok mahasiswi Program Studi Teknik Industri. Kelompok tersebut memiliki tingkat *fear of failure* lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki Teknik Industri serta mahasiswa laki-laki dan perempuan Program Studi Manajemen. Sementara itu, mahasiswa laki-laki dan perempuan pada Program Studi Manajemen tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. Mahasiswa laki-laki Teknik Industri juga tidak berbeda secara signifikan dari kedua kelompok pada Program Studi Manajemen. Temuan ini menegaskan bahwa tingginya *fear of failure* tidak berlaku bagi seluruh mahasiswa Teknik Industri atau seluruh mahasiswa perempuan, tetapi secara khusus terlihat pada mahasiswi Teknik Industri dalam sampel.

Heterotrait Monotrait (HTMT)

Rasio dari Heterotrait (rerata korelasi antara item pengukuran variabel yang berbeda) dengan akar perkalian geometris monotrait (korelasi antara item yang mengukur variabel yang sama).

Tabel 7. Hasil HTMT

	<i>X1_Peer support</i>	<i>X2_Academic Procnastination</i>
<i>X2_Academic Procnastination</i>	0,088	
<i>Y_Quarter life crisis</i>	0,539	0,430

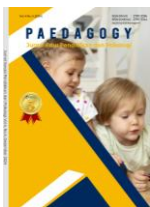
Berdasarkan Tabel 7, seluruh nilai HTMT berada di bawah batas 0,90. Hasil ini menunjukkan bahwa *peer support*, *academic procrastination*, dan *quarter-life crisis* merupakan konstruk yang berbeda dan tidak saling tumpang tindih secara berlebihan. Dengan demikian, model pengukuran telah memenuhi validitas diskriminan.

Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur konsistensi dan akurasi instrumen penelitian. Dalam SEM-PLS, reliabilitas diuji menggunakan *cronbach's alpha* dan *Composite Reliability* (CR). Nilai *composite reliability* > 0,70 menunjukkan bahwa indikator memiliki reliabilitas yang baik.

Tabel 8. Hasil Reliabilitas Indikator

	Cronbach's Alpha	rho_A	Composite Reliability
<i>X1_Peer support</i>	0,980	0,980	0,981
<i>X2_Academic Procnastination</i>	0,989	0,989	0,989
<i>Y_Quarter life crisis</i>	0,979	0,979	0,980



Berdasarkan Tabel 8, seluruh konstruk memiliki konsistensi internal yang sangat tinggi. Artinya, indikator-indikator pada masing-masing variabel secara konsisten mengukur konstruk yang sama. Namun, karena nilai reliabilitas berada di atas 0,95, terdapat kemungkinan beberapa indikator memiliki isi yang terlalu mirip atau redundan sehingga perlu ditinjau kembali.

Inner Model

Path Coefficient

Pengujian hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji t. Nilai t-tabel yang digunakan adalah 1,65. Keputusan menerima hipotesis pada uji t ini apabila nilai t-hitung lebih besar dari 1,65 dan nilai p-value kurang dari atau sama dengan 0,05. Dengan demikian, hasil pengujian ini akan menentukan apakah variabel independen berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen atau tidak. Oleh karena itu, pengujian ini memungkinkan bagi peneliti untuk mengetahui apakah hubungan kedua variabel tersebut terjadi secara signifikan secara statistik

Tabel 9. Path Coefficient

Hubungan Antarvariabel	Original Sample (β)	t-statistic	p-value	Keputusan
Academic Procrastination → Quarter Life Crisis	0,567	16,000	0,000	Diterima
Peer Support → Quarter Life Crisis	0,471	13,434	0,000	Diterima

Berdasarkan Tabel 9, *academic procrastination* dan *peer support* sama-sama memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *quarter-life crisis*. Hal ini berarti peningkatan kedua variabel tersebut berkaitan dengan meningkatnya *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. *Academic procrastination* memiliki koefisien jalur yang lebih besar, sehingga hubungan langsungnya dengan *quarter-life crisis* lebih kuat dibandingkan hubungan langsung *peer support*. Namun, arah positif *peer support* tidak sesuai dengan hipotesis awal yang memperkirakan hubungan negatif, sehingga temuan ini perlu ditafsirkan secara hati-hati dan didukung oleh pemeriksaan pengodean butir serta kemungkinan hubungan dua arah.

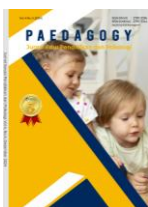
Koefisien R-Square

Koefisien determinasi (R-kuadrat) dibagi menjadi tiga tingkatan, yakni kuat ($\geq 0,75$), sedang ($\geq 0,50$), dan lemah ($\leq 0,25$). R-kuadrat menunjukkan sejauh mana variabel bebas (*independen*) dapat menjelaskan variabel terikat (*dependen*) dalam suatu model. Semakin besar nilai R-kuadrat, semakin besar persen variasi pada variabel terikat akan dapat dijelaskan oleh variabel bebas dalam penelitian. Sementara itu, persen residu menunjukkan pengaruh variabel-variabel luar yang tidak diulas dalam penelitian ini.

Tabel 10. Hasil R-Square

	R-square	R-square adjusted
Quarter life crisis (Y)	0,502	0,499

Berdasarkan Tabel 10, *peer support* dan *academic procrastination* secara bersama-sama mampu menjelaskan sekitar setengah variasi *quarter-life crisis*. Hal ini menunjukkan bahwa model memiliki kemampuan penjelasan pada kategori moderat. Meskipun kedua



variabel berperan cukup besar, masih terdapat hampir separuh variasi *quarter-life crisis* yang dijelaskan oleh faktor lain di luar model penelitian.

Effect Size (f^2)

Uji F menilai signifikansi hubungan antara variabel-variabel. Selain itu, para peneliti harus mengevaluasi kekuatan hubungan antara variabel-variabel berdasarkan nilai f^2 . Kriteria-kriteria tersebut adalah sebagai berikut: $f^2 = 0,02$ menandakan efek yang kecil, $f^2 = 0,15$ menandakan efek sedang, dan $f^2 = 0,35$ menandakan efek yang besar, namun, nilai $f^2 < 0,02$ dianggap tidak memiliki dampak atau tidak signifikan.

Tabel 11. Hasil F Square

	Quarter life crisis (Y)
Academic procrastination (X2)	0,443
Peer support (X1)	0,641

Berdasarkan Tabel 11, *peer support* dan *academic procrastination* sama-sama memberikan efek yang besar terhadap *quarter-life crisis*. Nilai efek *peer support* lebih tinggi daripada *academic procrastination*, yang menunjukkan bahwa keberadaan *peer support* memberikan perubahan yang lebih besar terhadap kemampuan model dalam menjelaskan *quarter-life crisis*.

Predictive Relevance (Q^2)

Relevansi Prediktif (Q^2) mengukur kemampuan prediktif dari model struktural. Nilai Q^2 diperoleh melalui teknik *blindfolding*. Model dikatakan memiliki kemampuan prediktif yang kuat jika nilai Q^2 melebihi nol, yang menandakan bahwa model tersebut mampu memprediksi data yang diamati secara efektif. Penelitian ini menggunakan relevansi prediktif untuk mengevaluasi kemampuan model *peer support* dan *academic procrastination* dalam memprediksi *quarter life crisis* di kalangan mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Tabel 12. Hasil Uji Predictive Relevance

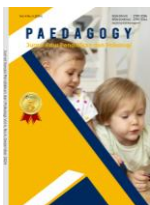
	Q^2 predict	RMSE	MAE
Quarter life crisis (Y)	0,493	0,717	0,569

Berdasarkan Tabel 12, model memiliki kemampuan prediktif terhadap *quarter-life crisis* karena nilai Q^2 predict lebih besar dari nol. Artinya, model tidak hanya mampu menjelaskan data yang digunakan dalam analisis, tetapi juga memiliki potensi untuk memprediksi nilai *quarter-life crisis*. Meskipun demikian, tingkat kekuatan prediksi belum dapat ditentukan hanya dari nilai RMSE dan MAE tanpa membandingkannya dengan model prediksi pembanding.

Pembahasan

Pengaruh Peer Support Terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Akhir Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *peer support* memiliki hubungan yang signifikan dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah



Purwokerto. Temuan ini sejalan dengan penelitian Asrar dan Taufani (2022) yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan quarter-life crisis pada dewasa awal. Namun, arah dan besarnya hubungan tersebut harus disesuaikan dengan hasil akhir yang telah dikonfirmasi melalui output SmartPLS karena manuskrip sebelumnya memuat beberapa nilai koefisien yang berbeda. Oleh karena itu, pembahasan ini berfokus pada makna hubungan antarvariabel tanpa menampilkan angka yang belum dipastikan, sehingga interpretasi tetap konsisten dengan hasil analisis akhir.

Secara teoretis, peer support merupakan dukungan yang diberikan teman sebaya dalam bentuk dukungan emosional, instrumental, informasional, validasi, dan persahabatan (Solomon, 2004; Wills & Shinar, 2000). Dukungan tersebut umumnya dipandang sebagai sumber daya sosial yang membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik, ketidakpastian masa depan, dan transisi menuju dunia kerja. Penelitian Yang et al. (2023), Prayitno dan Andayani (2023), Laksmiwati dan Tondok (2023), serta Sihombing dan Brahmana (2025) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya berkaitan dengan penurunan stres dan kecemasan, peningkatan efikasi diri, serta kemampuan adaptasi yang lebih baik. Temuan tersebut juga didukung oleh Fortuna et al. (2022) dan Merchant et al. (2022), yang menekankan bahwa efektivitas peer support bergantung pada proses hubungan yang empatik, pengalaman bersama, rasa saling percaya, dan dukungan yang sesuai dengan kebutuhan individu. Berdasarkan temuan tersebut, peer support secara konseptual lebih tepat dipahami sebagai faktor protektif terhadap quarter-life crisis, terutama pada mahasiswa tingkat akhir yang menghadapi ketidakpastian akademik dan masa depan sebagaimana digambarkan oleh Zein et al. (2024).

Apabila hasil akhir tetap menunjukkan hubungan positif, temuan tersebut tidak dapat langsung diartikan bahwa peer support meningkatkan quarter-life crisis. Instrumen yang digunakan mengukur dukungan emosional, instrumental, informasional, validasi, dan persahabatan, bukan kompetisi sosial. Meskipun demikian, teori perbandingan sosial menjelaskan bahwa individu cenderung mengevaluasi dirinya dengan membandingkan pencapaian pribadi dengan orang lain, termasuk teman sebaya (Festinger, 1954). Akan tetapi, teori tersebut belum cukup untuk menjelaskan hubungan positif karena konstruk peer support dalam penelitian ini tidak secara langsung mengukur perbandingan sosial, sedangkan penelitian Asrar dan Taufani (2022) lebih menekankan peran dukungan sosial teman sebaya dalam kaitannya dengan quarter-life crisis. Selain itu, Fortuna et al. (2022) dan Merchant et al. (2022) menegaskan bahwa manfaat peer support sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan dan proses dukungan, sehingga keberadaan dukungan saja belum tentu mencerminkan efektivitasnya.

Terdapat beberapa kemungkinan yang dapat menjelaskan hubungan positif antara peer support dan quarter-life crisis. Pertama, kesalahan dalam pembalikan skor pada butir negatif dapat menyebabkan arah skor peer support tidak sesuai dengan makna konstruk. Kedua, mahasiswa yang mengalami quarter-life crisis lebih tinggi mungkin menjadi lebih aktif mencari dukungan dari teman sebaya. Ketiga, hubungan tersebut dapat dipengaruhi oleh variabel perancu seperti kondisi keluarga, tekanan ekonomi, kepribadian, stres akademik, atau kecenderungan melakukan perbandingan sosial dengan teman sebaya sebagaimana dijelaskan oleh Festinger (1954). Kemungkinan hubungan dua arah tersebut juga relevan dengan temuan Zein et al. (2024) yang menunjukkan bahwa quarter-life crisis pada mahasiswa tingkat akhir berkaitan dengan kondisi psikologis selama menghadapi ketidakpastian masa depan.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya pemeriksaan ulang terhadap proses skoring Peer Support Questionnaire, khususnya pada butir terbalik. Program dukungan teman sebaya juga perlu diarahkan pada kualitas dukungan yang empatik, relevan, dan sesuai dengan



kebutuhan mahasiswa, sebagaimana ditekankan oleh Fortuna et al. (2022) dan Merchant et al. (2022). Program tersebut sebaiknya membantu mahasiswa memperoleh dukungan tanpa mendorong evaluasi diri yang berlebihan berdasarkan pencapaian teman sebaya. Meskipun demikian, desain potong lintang hanya menggambarkan hubungan antarvariabel pada satu waktu pengukuran sehingga penelitian ini belum dapat memastikan bahwa peer support menyebabkan perubahan pada tingkat quarter-life crisis.

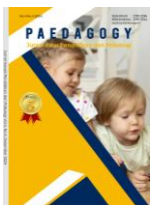
Pengaruh *Academic Procrastination* Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Akhir Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *academic procrastination* berhubungan positif dan signifikan dengan *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecenderungan mahasiswa menunda penyelesaian tugas akademik, semakin tinggi pula kecenderungan mereka mengalami kecemasan, tekanan, keraguan diri, dan kebingungan mengenai masa depan. Kondisi tersebut relevan dengan temuan Ramadani dan Hafnidar (2023) yang menggambarkan bahwa mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami *quarter-life crisis* ketika menghadapi tekanan akademik dan ketidakpastian masa depan. *Academic procrastination* dalam konteks ini dapat dipahami sebagai faktor yang memperberat tekanan psikologis mahasiswa.

Academic procrastination merupakan perilaku menunda tugas akademik secara sengaja meskipun individu mengetahui konsekuensi negatifnya (Tuckman, 1991; Ferrari et al., 1995). Pada mahasiswa tingkat akhir, penundaan penyelesaian skripsi dapat meningkatkan tekanan psikologis, rasa bersalah, dan kekhawatiran mengenai kelulusan. Perilaku tersebut juga berkaitan dengan kegagalan regulasi diri, rendahnya efikasi diri akademik, kesulitan mengelola emosi, dan lemahnya manajemen waktu (Rad et al., 2025). Kondisi ini dapat memperkuat gejala *quarter-life crisis* karena mahasiswa menghadapi tuntutan akademik dan ketidakpastian masa depan secara bersamaan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Salguero-Pazos dan Reyes-de-Cózar (2026), Sulistyorini dan Sarajar (2024), Mulyanah (2024), serta Rad et al. (2025), yang menunjukkan bahwa *prokrastinasi* akademik berkaitan dengan tekanan psikologis, rasa bersalah, dan kesulitan regulasi diri. Putri et al. (2023) dan Zein et al. (2024) juga menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami *quarter-life crisis* ketika menghadapi ketidakpastian akademik dan masa depan. Dalam konteks tersebut, mahasiswa yang tertinggal dalam penyelesaian tugas akhir juga dapat membandingkan kemajuannya dengan teman sebaya, sehingga meningkatkan perasaan kurang mampu dan tertinggal (Festinger, 1954). Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa *academic procrastination* merupakan faktor risiko yang berkaitan dengan memburuknya kondisi psikologis mahasiswa pada masa transisi menuju dewasa awal.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya pelatihan manajemen waktu, penguatan regulasi diri, pendampingan skripsi, pemantauan kemajuan tugas akhir, dan layanan konseling bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan akademik. Intervensi tersebut dapat membantu mahasiswa mengurangi penundaan dan meningkatkan keyakinan dalam menyelesaikan tuntutan akademik. Pendampingan juga perlu membantu mahasiswa menetapkan target yang realistis agar tidak terlalu berfokus pada perbandingan pencapaian dengan teman sebaya. Namun, desain potong lintang belum dapat memastikan bahwa *academic procrastination* menyebabkan *quarter-life crisis* karena hubungan tersebut mungkin bersifat dua arah.



Pengaruh *Peer Support* Dan *Academic Procrastination* Secara Bersamaan Terhadap *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Akhir Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Peer support dan academic procrastination secara bersama-sama mampu menjelaskan sebagian variasi quarter-life crisis pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil tersebut menunjukkan bahwa quarter-life crisis berkaitan dengan faktor sosial dan faktor regulasi diri. Peer support merepresentasikan sumber daya sosial yang tersedia bagi mahasiswa, sedangkan academic procrastination mencerminkan kesulitan dalam mengatur perilaku akademik dan menyelesaikan tugas secara tepat waktu (Tuckman, 1991; Asrar & Taufani, 2022). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami quarter-life crisis ketika menghadapi tekanan akademik, ketidakpastian masa depan, dan tuntutan transisi menuju dunia kerja (Zein et al., 2024; Putri et al., 2023). Selain itu, prokrastinasi akademik berkaitan dengan kesulitan manajemen waktu, regulasi diri, efikasi diri akademik, dan pengelolaan emosi (Mulyanah, 2024; Rad et al., 2025). Dengan demikian, pengujian kedua variabel dalam satu model memberikan pemahaman yang lebih luas dibandingkan pengujian masing-masing variabel secara terpisah.

Meskipun kedua variabel dimasukkan dalam satu model, kontribusi bersama tersebut tidak berarti bahwa peer support dan academic procrastination saling berinteraksi. Penelitian ini tidak menguji efek interaksi atau moderasi, sehingga hasilnya tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa peer support memperkuat atau memperlemah pengaruh academic procrastination terhadap quarter-life crisis. Nilai R kuadrat hanya menunjukkan besarnya variasi quarter-life crisis yang dapat dijelaskan oleh kedua prediktor dalam model. Hubungan tersebut juga perlu ditafsirkan secara hati-hati karena academic procrastination dapat meningkatkan tekanan psikologis, sedangkan mahasiswa yang mengalami quarter-life crisis mungkin menjadi lebih sulit mengatur perilaku akademiknya (Mulyanah, 2024; Putri et al., 2023; Rad et al., 2025; Zein et al., 2024).

Secara praktis, temuan penelitian mendukung pendekatan yang menggabungkan penguatan dukungan sosial dan pengurangan prokrastinasi akademik. Dukungan teman sebaya yang empatik, setara, dan sesuai kebutuhan dapat membantu individu menghadapi tekanan psikologis dan meningkatkan kemampuan adaptasi (Fortuna et al., 2022; Asrar & Taufani, 2022). Universitas dapat mengembangkan program pendampingan teman sebaya, konseling psikologis, bimbingan tugas akhir, pelatihan manajemen waktu, dan persiapan karier. Program tersebut juga perlu membantu mahasiswa mengelola kecenderungan membandingkan pencapaiannya dengan teman sebaya karena perbandingan sosial dapat memengaruhi penilaian diri dan tekanan psikologis (Festinger, 1954). Pendekatan yang terintegrasi diharapkan dapat membantu mahasiswa mengurangi penundaan akademik, memperoleh dukungan sosial yang tepat, dan menghadapi transisi menuju dunia kerja secara lebih adaptif.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam menafsirkan hasil. Pertama, penggunaan purposive sampling membatasi keterwakilan sampel sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan secara luas. Kedua, penelitian hanya dilakukan pada satu universitas sehingga karakteristik institusi dan lingkungan sosial dapat memengaruhi temuan. Ketiga, data dikumpulkan melalui instrumen self-report yang rentan terhadap bias persepsi dan kecenderungan responden memberikan jawaban yang dianggap sesuai.



Keterbatasan lain berkaitan dengan penggunaan metode dan waktu pengumpulan data yang sama untuk seluruh variabel. Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko common method bias. Selain itu, desain potong lintang tidak memungkinkan peneliti memastikan hubungan sebab akibat dan tidak menutup kemungkinan adanya hubungan dua arah antara peer support, academic procrastination, dan quarter-life crisis. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan sampel yang lebih luas, desain longitudinal, sumber data yang beragam, serta mengendalikan variabel perancu seperti stres akademik, kondisi ekonomi, dukungan keluarga, efikasi diri, regulasi emosi, dan kecenderungan perbandingan sosial.

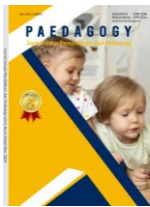
KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa peer support dan academic procrastination memiliki hubungan yang signifikan dengan quarter-life crisis pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Academic procrastination menunjukkan arah hubungan positif, sehingga semakin tinggi kecenderungan mahasiswa menunda tugas akademik, semakin tinggi pula kecenderungan mereka mengalami quarter-life crisis. Sementara itu, arah hubungan peer support perlu dipastikan kembali melalui pemeriksaan output SmartPLS, pengodean butir, dan reverse scoring karena hasil yang dilaporkan belum sepenuhnya konsisten dengan penafsiran teoretisnya. Oleh karena itu, peer support belum dapat langsung disimpulkan sebagai faktor protektif atau sebagai faktor yang meningkatkan quarter-life crisis sebelum verifikasi tersebut dilakukan.

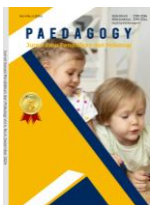
Secara umum, temuan penelitian menjawab tujuan penelitian dengan menunjukkan bahwa faktor sosial dan faktor regulasi diri sama-sama berkaitan dengan quarter-life crisis pada mahasiswa tingkat akhir. Namun, karena penelitian menggunakan desain potong lintang, hubungan yang ditemukan tidak dapat ditafsirkan sebagai hubungan sebab-akibat. Penelitian ini juga terbatas pada penggunaan purposive sampling, satu universitas, dan instrumen self-report, sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan secara hati-hati. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau eksperimental, melibatkan sampel yang lebih luas, menguji kemungkinan hubungan dua arah, serta mengendalikan variabel perancu seperti stres akademik, kondisi ekonomi, dukungan keluarga, efikasi diri, dan regulasi emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, W., & Jogiyanto. (2014). *Partial least square (PLS): Alternatif structural equation modeling (SEM) dalam penelitian bisnis*. Andi.
- Afandi, M., Afandi, N. H., Afandi, S. A., & Erdayani, R. (2023). Measuring the difficulties of early adulthood: The development of the quarter life crisis scale. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 167–176. <https://doi.org/10.17977/um001v8i32023p167-176>
- Alaei, M. M., & Hosseinneshad, H. (2020). The development and validation of Peer Support Questionnaire (PSQ). *Journal of Teaching Language Skills*, 39(2), 67–109. <https://doi.org/10.22099/jtls.2021.38853.2906>
- 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>
- Asrar, A. M., & Taufani, T. (2022). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap quarter-life crisis pada dewasa awal. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 3(1). <https://doi.org/10.30984/jiva.v3i1.2002>



- Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Fauziah, S., Hamidah, E., & Anggraeni, N. (2024). Hubungan dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di STIKes X Cianjur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(1), 412–419. <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/1036>
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Plenum Press.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Fortuna, K. L., Solomon, P., & Rivera, J. (2022). An update of peer support/peer provided services: Underlying processes, benefits, and critical ingredients. *Psychiatric Quarterly*, 93, 571–586. <https://doi.org/10.1007/s11126-022-09971-w>
- González-Brignardello, M. P., Sánchez-Elvira Paniagua, Á., & López-González, M. Á. (2023). Academic procrastination in children and adolescents: A scoping review. *Children*, 10(6), 1016. <https://doi.org/10.3390/children10061016>
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2017). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)* (2nd ed.). Sage Publications.
- Hasyim, F. F., Setyowibowo, H., & Purba, F. D. (2024). Factors contributing to quarter life crisis on early adulthood: A systematic literature review. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 1–12. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S438866>
- Hochberg, Z., & Konner, M. (2020). Emerging adulthood, a pre-adult life-history stage. *Frontiers in Endocrinology*, 10, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fendo.2019.00918>
- Karpika, I. P., & Widiastuti, S. N. W. W. (2021). Quarter life crisis terhadap mahasiswa: Studi kasus di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia. *Widyadari*, 22(2), 513–527. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5550458>
- Laksmiwati, E. D., & Tondok, M. S. (2023). Perceived social support, academic self-efficacy, and anxiety among final-year undergraduate students: A mediation analysis. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 5(2), 173–182. <https://doi.org/10.51214/00202305514000>
- Merchant, T. K., Henn, J. J., de Silva, I., Van Cleemput, E., & Suding, K. N. (2023). Four reasons why functional traits are not being used in restoration practice. *Restoration Ecology*, 31(3), e13788. <https://doi.org/10.1111/rec.13788>
- Mulyanah, S. (2024). Prokrastinasi: Problem manajemen waktu mahasiswa? *Journal of Information System and Management*, 3(3), 15–18. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/837>
- Nelson, L. J., Padilla-Walker, L. M., Christensen, K. J., Evans, C. A., & Carroll, J. S. (2011). Parenting in emerging adulthood: An examination of parenting clusters and correlates for mothers and fathers. *Journal of Youth and Adolescence*, 40, 730–743. <https://scholarsarchive.byu.edu/facpub/4350/>
- Prayitno, H. A., & Andayani, B. (2023). The relationship between peer social support and academic stress among university students during the COVID-19 pandemic. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 38(1), Article 038106. <https://doi.org/10.24123/aipj.v38i1.4711>
- Putri, D. I. R., Hafnidar, H., & Julistia, R. (2023). Gambaran *quarter-life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Prodi Psikologi Universitas Malikussaleh. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 324–341. <http://ojs.unimal.ac.id/ijpp/article/view/12313>



- Rad, H. F., Bordbar, S., Bahmaei, J., Vejdani, M., & Yusefi, A. R. (2025). Predicting academic procrastination of students based on academic self-efficacy and emotional regulation difficulties. *Scientific Reports*, 15, Article 3003. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-87664-7>
- Ramadhani, R., Iramadhani, D., & Hafnidar. (2023). Gambaran ketabahan pada penderita penyakit autoimun rawat jalan di RSUZA Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Malikussaleh*, 1(3). <https://ojs.unimal.ac.id/ijpp/article/view/12689>
- Riyanto, A., & Arini, D. P. (2021). Analisis deskriptif *quarter-life crisis* pada lulusan perguruan tinggi Universitas Katolik Musi Charitas. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(1), 12–19. <https://doi.org/10.33024/jpm.v3i1.3316>
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife crisis: The unique challenges of life in your twenties*. Tarcher.
- Robinson, O. C. (2019). A longitudinal mixed-methods case study of quarter-life crisis during the post-university transition: Locked-out and locked-in forms in combination. *Emerging Adulthood*, 7(3), 167–179. <https://doi.org/10.1177/2167696818764144>
- Salguero-Pazos, M., & Reyes-de-Cózar, S. (2026). Exploring the relationship between electronic device use and psychological dimensions of procrastination in university students. *Behavioral Sciences*, 16(1), Article 6. <https://doi.org/10.3390/bs16010006>
- Sari, H. (2022). *Hubungan dukungan orang tua dengan quarter life crisis yang dialami mahasiswa tingkat akhir di STIKES Hang Tuah Surabaya* [Diploma thesis, STIKES Hang Tuah Surabaya]. STIKES Hang Tuah Surabaya Repository. <https://repository.stikeshangtuah-sby.ac.id/id/eprint/1188>
- Sihombing, T. K. F., & Brahmana, K. M. B. (2025). The effect of peer social support on quarter-life crisis in final-year students in Medan City. *Jurnal PSSA: Pendidikan, Sains Sosial, dan Agama*, 9(2), 144–156. <https://jurnal.radenwijaya.ac.id/index.php/PSSA/article/view/1959>
- Solomon, P. (2004). Peer support/peer provided services: Underlying processes, benefits, and critical ingredients. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 27(4), 392–401. <https://doi.org/10.2975/27.2004.392.401>
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sulistiyorini, M. A., & Sarajar, D. K. (2024). Problem focused coping dan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir UKSW yang menyusun tugas akhir. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(3), 15927–15937. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/12158>
- Tuckman, B. W. (1991). Measuring procrastination attitudinally and behaviorally. *American Educational Research Association*. <https://eric.ed.gov/?id=ED319792>
- Wills, T. A., & Shinar, O. (2000). Measuring perceived and received social support. Dalam S. Cohen, L. G. Underwood, & B. H. Gottlieb (Eds.), *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* (pp. 86–135). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780195126709.003.0010>
- Yang, X., Zhu, J., & Hu, P. (2023). Perceived social support and procrastination in college students: A sequential mediation model of self-compassion and negative emotions. *Current Psychology*, 42(7), 5521–5529. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01920-3>
- Zain, A. U., Yuliadi, I., Subandono, J., & Septiawan, D. (2023). Self-disclosure (keterbukaan diri) dan quarter-life crisis (krisis seperempat abad) mahasiswa psikologi. *Plexus Medical Journal*, 2(1). <https://doi.org/10.20961/plexus.v2i1.416>



PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Vol. 6, No. 3, Juli-September 2026

e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336

Online Journal System : <https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy>



Zein, R. P., Efendy, M., & Pratikto, H. (2024). Quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir: Bagaimana peran kebersyukuran? *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1), 9–17.
<https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i1.10333>

