

Dukungan Sosial Penghargaan Teman Sebaya Dalam Mengatasi Fenomena *Quarter Life Crisis* Di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1

Azrial Rizki Nurdiansyah

Universitas Muhammadiyah Jakarta

Ati Kusmawati

Universitas Muhammadiyah Jakarta

Alamat: Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten.
15419

Korespondensi penulis : azrial98@gmail.com

Abstract. *The phenomenon of quarter life crisis is a phase where teenagers feel a number of conditions, namely conditions of worry, confusion, fear, anxiety, to despair that appear in adolescents in navigating life and reaching for their future. There are 6 indicators in the quarter life crisis limitation area for adolescents, including hopes and dreams in which they have fear of their goals not being achieved, challenges in the academic aspect are a form of concern about the education they are currently achieving, religion and spirituality related to the lack of worship momentum which are still not consistent, Career talks about the anxiety of getting a decent job, Friendship, romance and family relations are fears about forms of community acceptance in the future and whether you can get married and support your family well in the future, as well as Self-identity which is concerned with finding identity and experienced identity crisis. This research used a descriptive qualitative method which was carried out at the Taruna Jaya 1 Youth Development Institution, East Jakarta. Informants in this study amounted to 9 people consisting of 1 companion with consideration of this companion who knows more about the character, behavior of the orphans, and sufficient emotional closeness. 6 orphans with the consideration that these six orphans feel the QLC phenomenon in 6 QLC indicators, and 2 peers with WBS status also with the consideration that the two orphans often provide social support to their peers in the orphanage during the coaching process. Fellow wbs here have an effort to overcome this QLC through a rewarding social support approach. Social support that is often carried out is in the form of positive evaluation, having a positive impact on others, giving positive influence, and positive views on others so that effective social functioning is created in the future.*

Keywords: *Quarter Life Crisis, Youth, Appreciation Social Support*

Abstrak. Fenomena *quarter life crisis* merupakan fase dimana para remaja merasakan beberapa kondisi yaitu kondisi kekhawatiran, kebingungan, ketakutan, cemas, sampai putus asa yang muncul pada remaja dalam mengarungi kehidupan maupun menggapai masa depannya. Terdapat 6 indikator dalam area pembatasan *quarter life crisis* terhadap remaja antara lain Harapan dan mimpi yang dimana memiliki ketakutan akan cita-cita yang dimiliki tidak tercapai, Tantangan pada aspek akademik ialah bentuk kekhawatiran mengenai pendidikan yang digapainya saat ini, Agama dan spiritualitas terkait kurangnya momentum ibadah yang masih belum konsisten, Karir berbicara soal kegundah gulanaan mendapatkan pekerjaan yang layak, Relasi pertemanan, percintaan dan keluarga adalah ketakutan akan bentuk penerimaan masyarakat kedepannya serta apakah bisa menikah dan hidup dengan keluarga dengan baik dikemudian hari, serta Identitas diri yang berputar di pencaharian jati diri serta krisis identitas yang dialami. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif yang dilaksanakan di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1, Jakarta Timur. Informan pada penelitian ini berjumlah 9 orang terdiri dari 1 orang Pendamping dengan pertimbangan pendamping inilah yang lebih mengetahui karakter, perilaku para WBS, dan kedekatan emosional yang cukup. 6 orang WBS dengan pertimbangan keenam WBS ini yang merasakan fenomena QLC di 6 indikator QLC, dan 2 orang teman sebaya yang berstatus WBS juga dengan pertimbangan kedua WBS tersebut kerap memberikan dukungan sosial kepada teman sebayanya di panti selama sesi pembinaan. Para sesama wbs disini memiliki upaya untuk mengatasi QLC ini melalui pendekatan dukungan sosial penghargaan. Dukungan sosial yang kerap dilakukan ialah bentuk penilaian positif, memberikan dampak positif kepada sesama, pemberian pengaruh positif, serta pandangan positif terhadap sesama agar terciptanya keberfungsian sosial yang efektif dikemudian hari.

Kata kunci: *Quarter life crisis, remaja, dukungan sosial penghargaan*

LATAR BELAKANG

Quarter life crisis pertama kali diperkenalkan oleh Alexandra Robbins dan Abby Wilner di tahun 2001. Mereka melakukan penelitian terhadap anak muda di Amerika ketika abad ke-20. Robbins dan Wilner memberikan anak muda yang diteliti ini dengan sebutan *twentysomethings*, yang artinya individu yang baru meninggalkan zona nyaman dalam hidupnya sebagai mahasiswa dan harus mulai menghadapi dunia nyata, seperti dengan berbagai tuntutan hidup, contohnya adalah menikah atau bekerja. Selain itu, Robbins dan Wilner menjelaskan *quarter life crisis* sebagai krisis identitas yang terjadi pada individu yang disebabkan karena ketidaksiapan individu pada saat mengalami proses transisi dari masa remaja menuju masa dewasa. Nash dan Murray (2010) mengkategorikan permasalahan yang sering menjadi pertanyaan dalam diri dan benaknya tentang kehidupan ke depannya, antara lain : 1) Harapan dan mimpi, seperti mempertanyakan harapan dan mimpinya di masa depan seperti apa. Seperti minat, komitmen, langkah masa depan; 2) Tantangan di aspek akademik, ialah individu akan mempertanyakan mengenai hubungan pendidikan yang sudah ditempuh dengan masa depannya; 3) Agama dan spiritualitas, berupa setiap individu akan mempertanyakan sisi agamanya. Dari apakah agama yang dipercayainya sekarang ini merupakan pilihan yang cocok untuk dirinya, apakah keluarga akan marah bila individu tersebut tidak menaati pada agama yang dipercayainya bahkan jika sampai memiliki keinginan untuk pindah agama; 4) Karir, ketika memasuki remaja akhir menuju dewasa awal sering kebingungan dan mempertanyakan tentang karir seperti apa yang ingin dipilih. Dihadapkan dengan 2 (dua) pilihan, karir yang disukai atau karir yang menghasilkan gaji cukup. Selain itu, tekanan kerja dengan nilai hidup menjadi sebuah pertimbangan; 5) Relasi pertemanan, percintaan, dan keluarga. Di permasalahan ini, individu biasanya mempertanyakan apakah ada pertemanan yang dipercaya dan mendapat teman sejati, selain itu individu akan mempertanyakan apakah adaptasi yang tepat dan sesuai untuk dirinya, sementara hubungan dengan orang tua atau keluarga bisa terus baik atau tidak dan ingin bebas dari orang tua; 6) Identitas. Di sini individu akan terus mencari jati dirinya, karena mereka cenderung bertanya mengenai dirinya sendiri, seperti apa esensi hidup menjadi orang dewasa. Selain itu, mereka juga akan mulai memperhatikan penampilan, hubungan dengan orang lain, dan pembawaan diri kepada lingkungannya.

KAJIAN TEORITIS

Dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan dan bantuan yang dipersepsi oleh individu yang diterimanya dari orang atau sekelompok orang. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Menurut Taylor, (2009) dukungan sosial adalah bentuk bahwa seseorang dihargai dan dihormati, dicintai dan diperhatikan, dan dukungan sosial merupakan kewajiban bersama Dukungan sosial teman sebaya adalah bantuan yang diberikan oleh teman sebaya, yang mana bantuan tersebut diberikan disaat individu membutuhkan, sehingga individu merasa dihargai dan dicinta oleh lingkungan sekitarnya, Taylor (2012). Santrock (2012) mengemukakan bahwa teman sebaya bisa berguna untuk pemberi informasi tentang dunia di luar dari keluarga, seperti sebagai pemberi saran dan pujian terhadap apa yang telah dilakukan, apakah itu baik atau kurang baik. Taylor pun menjelaskan bahwa dukungan sosial melindungi individu dari efek stres berat. Ketika sumber-sumber stres akademik muncul, maka sosial akan sangat membantu dalam penyesuaian diri mahasiswa ketika menjalani aktivitas akademis. Semakin besar dukungan sosial yang didapatkan maka akan semakin rendah tingkat depresi yang dirasakan, peristiwa yang mengakibatkan stres akan terasa lebih sedikit, merasakan lebih banyak mood positif, dan tingkat kepuasan hidup meningkat (Wilks, 2008).

Sarafino dan Smith (2012) menyebut aspek- aspek di dalam dukungan sosial dan membaginya dalam 5 Jenis, antara lain: 1) Dukungan Emosional, mengacu pada bantuan berbentuk empati, kepedulian dan perhatian terhadap individu. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluh kesah orang lain; 2) Dukungan Penghargaan, mengacu sebagai umpan balik atas peran sosial agar individu merasa dihargai meliputi menghargai, diterima oleh teman, dan penilaian positif; 3) Dukungan Instrumental, mengacu pada penyediaan barang dan jasa yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah-masalah secara praktis. Seperti pinjaman atau sumbangan uang dari orang lain; 4) Dukungan Informasi, diberikan dengan cara memberikan informasi baik berupa nasihat, saran atau cara-cara yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah; 5) Dukungan Jaringan Sosial, membuat individu merasa memiliki teman satu nasib sebagai anggota dari kelompok yang memiliki kesamaan minat dan aktivitas sosial dengannya.

Dukungan sosial penghargaan menurut Sarafino (2012) ialah bentuk pemberian stimulan berupa bentuk positif kepada individu atau kelompok guna menaikkan derajat salah satu individu yang terindikasi mengalami beberapa permasalahan, dengan bertujuan untuk menghidupkan lagi gairah dalam bekerja, belajar, maupun menjalankan rutinitas sehari-hari. Bentuk dukungan sosial penghargaan yang biasanya dilakukan oleh teman sebaya dipanti ialah

pemberian penilaian positif ke salah satu individu atau kelompok yang sedang mengalami permasalahan semisal ada satu orang yang *introvert* dan segera diberikan stimulan seperti ini. Lalu pemberian apresiasi kepada salah satu individu atau kelompok dalam momentum pelaksanaan kegiatan olahraga, mengaji, atau pelaksanaan kegiatan Bimbingan Sosial.

Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1 (PSBR TJ 1) adalah salah satu panti sosial dalam naungan Dinas Sosial (DINSOS) DKI Jakarta yang berfokus untuk membina vokasi kepada anak jalanan, putus sekolah, dan anak negara demi meningkatkan keberfungsian sosialnya ketika menjalani aktivitas sehari-hari. PSBR TJ 1 yang memang fokus kepada para remaja memiliki populasi remaja yang cukup banyak dan tidak menutup kemungkinan para warga binaan sosial (WBS) disana mengidap atau mengalami fenomena *quarter life crisis* itu sendiri yang berangkat dari beberapa faktor yang terjadi dan dirasakan oleh para WBS yang sedang dibina dan dibimbing oleh para staf dan pendamping disana. Penelitian ini memfokuskan kepada dukungan sosial penghargaan yang diberikan kepada para warga binaan sosial dalam mengatasi fenomena *quarter life crisis* yang dirasakan oleh para WBS yang ada di PSBR TJ 1.

METODE PENELITIAN

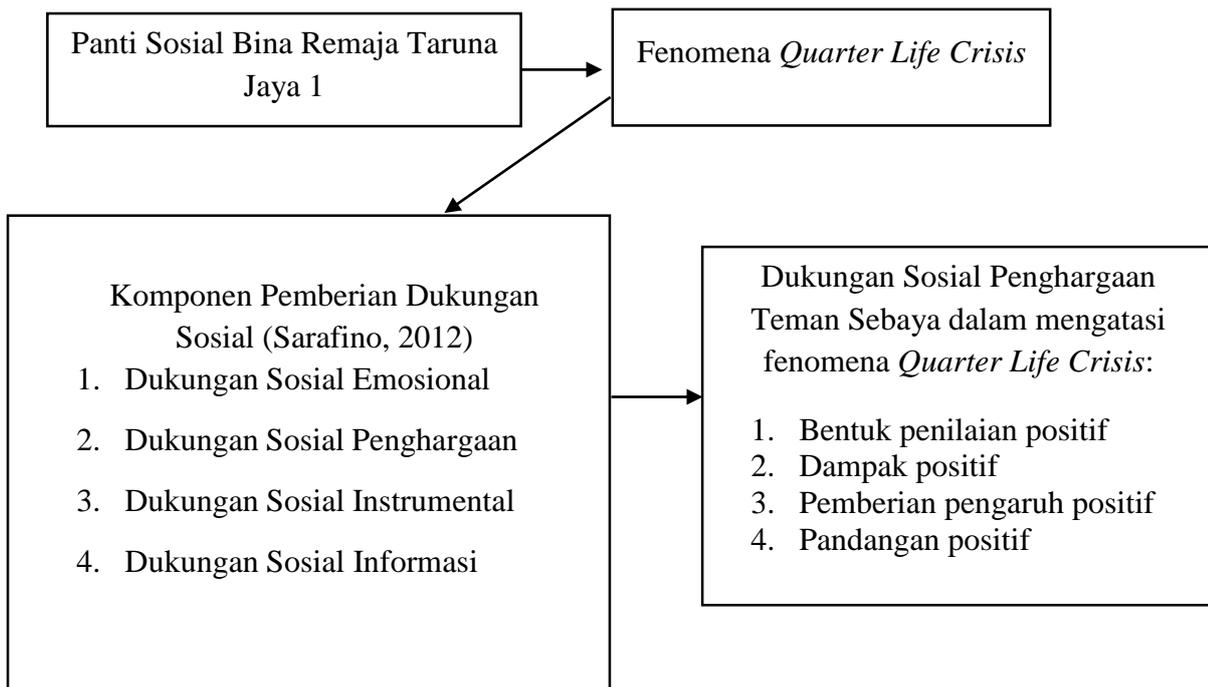
Lokasi penelitian kali ini berada di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1, Rawa Bebek, Cakung, Jakarta Timur. Pelaksanaan penelitian kali ini dimulai dari bulan Juni sampai dengan bulan Agustus 2023. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi terkait kondisi situasi yang ada di PSBR TJ 1. Informan pada penelitian ini berjumlah 9 orang terdiri dari 1 orang Pendamping dengan pertimbangan pendamping inilah yang lebih mengetahui karakter, perilaku para WBS, dan kedekatan emosional yang cukup. 6 orang WBS dengan pertimbangan keenam WBS ini yang merasakan fenomena QLC di 6 indikator QLC, dan 2 orang teman sebaya yang berstatus WBS juga dengan pertimbangan kedua WBS tersebut kerap memberikan dukungan sosial kepada teman sebayanya di panti selama prosesi pembinaan. Hal ini bertujuan agar tidak hanya untuk mengumpulkan data tetapi juga untuk menjelaskan implikasi yang terkandung dalam lingkungan penelitian. Untuk menganalisis data penelitian ini melalui tiga tahap yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Untuk membuktikan bahwa penelitian yang dilakukan memang penelitian ilmiah dan untuk memverifikasi data yang diperoleh perlu melewati uji validitas data meliputi uji reliabilitas dan kredibilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini, peneliti akan memaparkan data dan temuan penelitian terkait dukungan sosial penghargaan teman sebaya dalam mengatasi fenomena *quarter life crisis* di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1. Pertama terkait *quarter life crisis*, para warga binaan sosial kerap merasakan ketakutan dan kekhawatiran mengenai masa depannya seperti karir, cita-cita, pendidikan serta hal-hal lainnya yang memang ditakuti oleh para warga binaan sosial selama menjalani roda kehidupan.

Bicara dukungan sosial penghargaan beberapa warga binaan sebaya yang memang kerap memberikan dukungan sosial kepada wbs lainnya memberikan bentuk dukungan positif kepada para wbs, seperti memberikan dampak positif, pengaruh positif, serta penilaian positif agar para warga binaan sosial mampu beradaptasi serta meminimalisir keresahan serta kegundah gulanaan yang dirasakan oleh para warga binaan sosial di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1.

Gambar 1. Kerangka Hasil Penelitian



Setelah peneliti melaksanakan segenap momentum penelitian berupa wawancara, dokumentasi, serta observasi di wilayah Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1, maka fenomena *quarter life crisis* menjadi sebuah fenomena yang kerap ditemui dan dirasakan oleh para remaja, yang dimana di usia seperti ini individu mengalami fase perpindahan masa remaja ke masa dewasa. Seperti yang dijelaskan oleh Robbins dan Wilner (2001) bahwa *quarter life crisis* sebagai krisis identitas yang terjadi pada individu yang disebabkan karena ketidaksiapan

individu pada saat mengalami proses transisi dari masa remaja menuju masa dewasa. Mereka yang mengalami krisis identitas tersebut akan rentan mengalami gejala-gejala atau perasaan yang tidak baik sehingga psikis individu tersebut menjadi terganggu, karena munculnya perasaan takut, sedih, cemas, bingung, tidak berdaya, dan putus asa akibat yang awalnya mereka merasa tidak begitu besar tanggung jawabnya saat menjadi anak-anak namun ketika menginjak usia dewasa mereka harus memikirkan keadaan dirinya dan juga lingkungan sekitar terutama mengenai masa depan.

Dukungan Sosial penghargaan merupakan pemberian stimulan untuk membentuk serta membangun semangat belajar dan menjalankan roda kehidupan paska melaksanakan binaan di Panti Sosial Bina Remaja 1. Dengan adanya dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya dapat meminimalisir kondisi para WBS yang memang dirasa mengidap dan merasakan fase *quarter life crisis* demi terciptanya kondisi psikologis yang baik untuk para WBS. Nash dan Murray (2001) mengategorikan fenomena *quarter life crisis* kepada 6 hal, yaitu 1) Harapan dan mimpi; 2) Tantangan pada aspek akademik; 3) Agama dan spiritualitas; 4) Karir; 5) Relasi pertemanan, percintaan, dan keluarga; serta 6) Identitas diri. Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan disana mayoritas para WBS disana merasakan fase *quarter life crisis*.

Yang pertama ialah Harapan dan mimpi, para warga binaan sosial yang terdapat di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1 merasakan kondisi dimana fase keresahan, kegundahgulanaan, maupun ketakutan dalam dirinya berupa faktor cita-cita kedepannya yang tidak terwujud, mimpi yang direncanakan tidak terealisasikan, dan ketakutan perihal komitmen kedepannya yang tidak sesuai harapan. Hal tersebut yang menimbulkan beberapa keresahan yang saat ini dirasakan oleh para warga binaan sosial berupa rasa takut tidak mampu untuk meraih cita-cita menjadi pemain sepak bola, dengan kondisi tersebut ada beberapa teman sebayanya yang kerap memberikan dukungan sosial berupa pemberian pengaruh positif ke teman-teman lainnya yang memang memiliki mimpi yang besar dikemudian hari agar terus mampu untuk mengejar mimpi dan meminimalisir ketakutan yang mereka rasakan agar tidak menjadi hambatan dalam menjalankan kehidupan sehari-hari.

Yang kedua adalah Tantangan dalam aspek akademik atau tantangan dalam aspek pendidikan, para warga binaan sosial di PSBR TJ 1 merasakan beberapa kondisi, seperti pendidikan yang dia emban, mulai dari tinggi rendahnya pendidikan yang didapat, bobot dari bentuk pendidikan tersebut, maupun dalam kondisi terpelihara atau tidaknya pendidikan itu sendiri didalam tiap individunya. Hal ini yang mengakibatkan beberapa WBS yang ada di PSBR TJ 1 mengalami kegundah gulanaan berat karena status sosial sekaligus status pendidikan yang berbeda ketika nanti berhadapan langsung dengan masyarakat diluar sana. Namun teman

sebayu yang sekaligus warga binaan sosial yang mendiami PSBR TJ 1 itu sendiri tidak kenal diam mereka mencoba untuk memediasikan dengan pihak staf maupun pendamping agar diberikan jalan keluar dengan kondisi tersebut seperti pemberian kelas paket kepada beberapa wbs yang memang masih terlewat jauh seputar dunia pendidikan yang telah diemban.

Yang ketiga yaitu Agama dan spiritualitas, kondisi para warga binaan sosial di PSBR TJ 1 yang memang masih kurang dalam momentum pendekatan dengan Tuhan seperti individu memiliki kekhawatiran terkait kedekatan dengan Tuhan, masih kurangnya rasa ketaatan dengan kepercayaan masing-masing, dan kekonsistenan menjalankan ibadah selama proses pembinaan di PSBR TJ 1 dijalankan. Namun masih ada juga warga binaan sosial remaja yang ketika tau dirinya masih butuh bantuan tuhan namun tidak kunjung sadar dengan dirinya maupun teman sebayunya. Beberapa teman sebayu yang ada di PSBR TJ 1 juga seringkali mengingatkan untuk selalu melakukan kerohanian dan pendekatan diri kepada Allah SWT. Dalam menjalankan seluruh agenda dan melewati beberapa permasalahan dengan memberikan penilaian positif terhadap bagaimana proses pendekatan dengan Tuhan berlangsung.

Keempat adalah Karir, beberapa wbs yang terdapat di PSBR TJ 1 kerap mengalami sebuah kegundah gulanaan yang diikuti dengan ketakutan terkait masa mendatang ketika sedang menjalankan proses menuju perkembangan dirinya sendiri dalam aspek pekerjaan, cita-cita, maupun aspek akademis tiap individunya, dalam konteks dukungan sosial penghargaan yang diberikan oleh teman sebayu kerap dilakukan adalah pemberian pandangan positif kepada individu yang memang dirasa sedang merasakan ketakutan dan kekhawatiran terkait pekerjaan yang mampu menopang kehidupan mereka setelah dibina.

Kelima adalah relasi pertemanan, percintaan, dan keluarga, beberapa remaja terkhusus di Panti Sosial Bina Remaja sedang diuji terkait sudut pandang kedekatan emosional, kekhawatiran yang akan datang persoalan jenjang pernikahan, serta bagaimana membangun konstruk yang baik terutama membangun keluarga yang baik dikemudian hari. Teman sebayu disini berperan penting dalam menjaga keeratan pertemanan, solidaritas, maupun hubungan interpersonal antara teman ke teman maupun teman ke para staf di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1 dengan melakukan pemberian pandangan positif bahwasannya kedekatan atau keeratan hubungan itu perlu demi terciptanya hubungan yang harmonis antar wbs maupun wbs terhadap para staf dan pendamping.

Keenam adalah Identitas diri, para warga binaan sosial kerap merasakan kekhawatiran akan permasalahan yang ia rasakan dirinya itu seperti terkait jati diri, karakter, serta pembawaan dimasa yang akan mendatang. Dalam hal tersebut para warga binaan sosial terlebih yang berada di Panti Sosial Bina Remaja kerap mengalami permasalahan karakter, krisis

identitas, pencarian jati diri yang tidak ada hentinya. Peran teman sebaya dalam mengatasi *quarter life crisis* yang dialami oleh para WBS diantaranya pemberian penilaian positif kepada setiap warga binaan agar meminimalisir krisis identitas dan pembentukan karakter supaya bisa menjalankan fungsi sosialnya dikemudian hari.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian diatas, dapat dilihat bahwa para warga binaan sosial yang terdapat di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1 memang kerap merasakan dampak dari fenomena *quarter life crisis*, mulai dari ketakutan akan tidak mampu meraih cita-cita, kegundahan terhadap kondisi kerohanian atau kedekatan dengan tuhan, kekhawatiran akan karir kedepannya akan cemerlang atau tidak sampai ke kegelisahan menghadapi tantangan didunia pekerjaan dengan kondisi pendidikan yang cenderung rendah. Dengan adanya dukungan sosial yang diberikan oleh para teman sebaya seperti pemberian penilaian positif, dampak positif, maupun pemberian pengaruh positif kepada warga binaan sosial dirasa mampu sedikit banyaknya meminimalisir terjadinya beberapa kegelisahan ketakutan, dan kegundahan yang dialami oleh para warga binaan sosial di Panti Sosial Bina remaja Taruna Jaya 1 agar mampu melewati masa-masa krisis mereka masing-masing. Saran yang dapat peneliti sampaikan ialah untuk warga binaan sosial agar mampu untuk hidup teratur sesuai dengan peraturan kebijakan dari Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1. Hidup selama di panti merupakan standar kehidupan yang baik dan layak pada orang normal, jadi tidak perlu takut untuk merasa kesepian dan terasingkan. Lalu teruntuk staf Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 1 untuk meningkatkan kedekatan emosional kepada para warga binaan sosial yang sedang dibina dipanti guna meningkatkan kedekatan dan pemahaman karakter para WBS.

DAFTAR REFERENSI

Buku teks

- Afrizal, (2014). Metode Penelitian Kualitatif : Segala Upaya Mendukung Penggunaan Penelitian Kualitatif dalam Berbagai Disiplin Ilmu. Depok : PT.Raja Grafindo Persada.
- Fahrudin, Adi. (2012). Pengantar Kesejahteraan Sosial. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Cohen, S. & Syme, L. (1985). Social Support and Health. London: Academic Press.
- Arnett, J. J. (2006). International Encyclopedia Of Adolescence (2 Volume set). USA.
- Sarafino, E. P. & Smith, T. W. (2010). Health Psychology: Biopsychisocial Interactions, 7th Edition. New Jersey: John Wiley & amp.

Artikel Jurnal

- Sari, M, A, P. (2021). Quarter Life Crisis Pada Kaum Milenial, Solo : Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putri, A. R. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Quartar Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Ananda, F, N. (2022), Pelayanan Sosial Bagi Remaja Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 2, Jakarta : Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Aulia, I, M. (2019). Dukungan Sosial Terhadap Interaksi Sosial Anak Terlantar Di Panti Sosial Bina Remaja (PSBR) Bambu Apus Jakarta Timur. Universitas Islam Negeri, Jakarta.
- Suyono, T. A. Kumalasari, A. D. & Fitriana, E. (2021). Hubungan Quarter Life Crisis dan Subjective Well-Being pada Individu Dewasa Muda. Jurnal Psikologi Vol. 14 No.2, Desember 2021
- Habibie, A. Syakarofath, N. A. & Anwar, Z. (2019). Peran Religiusitas terhadap Quartar Life Crisis pada Mahasiswa. Gajah Mada Journal Of Phsycology, ISSN 2407-7798, Vol. 5, No. 2, 2019: 129-138
- Sujudi, M, A. & Ginting, B. (2020). Quarter Life Crisis di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Semester Akhir. Universitas Sumatera Utara, 2549-9173
- Karpika, I, P. & Segel, N, W, W. (2021). Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, 2613-9308.
- Arsita, I. & Sovitriana, R (2020). Hubungan Konsep Diri dan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Remaja di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya, Tebet, Jakarta, Indonesia.
- Syifa'ussurur, M, Husna, N, Mustaqqim, M & Fahmi, L. (2021). Menemukenali Berbagai Macam Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis : Sebuah Kajian Literatur, Vol 1, No 1 Tahun 2021

Skripsi

- Ananda, F, N. (2022), Pelayanan Sosial Bagi Remaja Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Di Panti Sosial Bina Remaja Taruna Jaya 2, Jakarta : Universitas Muhammadiyah Jakarta
- Faqih, M, F. (2020), Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Stres Akademik Mahasiswa Malang yang Bekerja, Malang : Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
- Jumartina, S. (2014). Implementasi Rehabilitasi Sosial Bagi Anak Jalanan Di Panti Sosial Bina Remaja (PSBR) Tebet, Jakarta Selatan, Jakarta. Universitas Islam Negeri Jakarta.

Jumartina, S. (2014). Implementasi Rehabilitasi Sosial bagi Anak Jalanan di Panti Sosial Bina Remaja (PSBR) “Taruna Jaya” Tebet, Jakarta Selatan. Jakarta, Universitas Islam Negeri Jakarta.

Supriyanti, (2009). Pemberdayaan Keterampilan Otomatif Bagi Remaja Putus Sekolah Di Panti Sosial Bina Remaja (PSBR) Taruna Jaya Tebet DKI Jakarta, Universitas Islam Negeri, Jakarta.