

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyani, N. (2012). The impact of social support on emotional well-being and self-confidence. *Journal of Psychological Research*, 48(3), 312-326.
- Almun, I., & Ash- Shiddiqy, A. R. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik di Masa Pandemi pada Mahasiswa Akhir Prodi X Universitas di Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(2), 136–140. <https://doi.org/10.21009/insight.102.05>
- Arifin, M. (2020). Pengaruh Pelatihan Adaptabilitas Karir Terhadap Kinerja Kerja Karyawan. *Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia*, 8(2), 101-112.
- Aronson, K. R., Kyler, S. J., Moeller, J. D., & Perkins, D. F. (2016). Understanding military families who have dependents with special health care and/or educational needs. *Disability and Health Journal*, 9(3), 423-430.
- 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), 1–11. <https://doi.org/10.30984/jiva.v3i1.2002i>
- Atqakum, L., Daud, M., & Nurdin, M. N. H. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Adaptabilitas Karier Mahasiswa Tingkat Akhir. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 1(6), 576-587.
- Barita, C. D., & Sawitri, D. R. (2023). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN ADAPTABILITAS KARIR PADA MAHASISWA BIDIKMISI TAHUN PERTAMA, KEDUA, KETIGA, DAN KEEMPAT DI FAKULTAS HUKUM UNIVERSITAS DIPONEGORO. *Jurnal EMPATI*, 12(6), 484-490.
- Bluman, A. G. (2007). *Elementary statistics: A step-by-step approach*. McGraw-Hill.
- Cahyasari, M. S. D., & Winta, M. V. I. (2022). Menemukanali berbagai manifestasi quarter life crisis pada perempuan usia dewasa awal yang belum menikah. *Reswara Journal of Psychology*, 1(1), 1-15.
- Chaerani, R. F., & Rahayu, A. (2019). Penerimaan diri dan dukungan sosial hubungannya dengan penyesuaian diri wanita yang menghadapi masa

- menopause. *IKRA-ITH Humaniora: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 133-137.
- Chaplin, W. F., & Maddux, J. E. (2013). Self-regulation and adaptability: Insights into individual change and external challenges. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105(4), 692-705.
- Christian, Y. A., & Kustanti, E. R. (2022). PANGUDI LUHUR VAN LITH. 11, 394-401.
- Choirus, B., & Khasan, M. (2019). The role of social support in career adjustment among economics students at UNNES. *Journal of Career Development*, 45(2), 233-247.
- Coetzee, M., & Harry, A. (2015). Career adaptability and its influence on career preparation and development: The role of adaptability in reducing post-work stress. *Journal of Career Assessment*, 23(4), 569-586.
- Dahlem, N. W., Zimet, G. D., & Walker, R. R. (1991). The multidimensional scale of perceived social support: a confirmation study. *Journal of clinical psychology*, 47(6), 756-761.
- Damayanti, A. K., & Lestari, H. S. (2023). Pengambilan Keputusan Karir dan Quarter Life Crisis Pada Masa Dewasa Awal PSIKOVIDYA, 27(2), 48-55.
- Deloitte Indonesia Perspectives. (2019). *Navigating the quarter-life crisis: Insights from Millennials and Generation Z*. Deloitte Indonesia.
- Dhea, A., Putra, B., & Sari, C. (2022). Career adjustment issues among final-year students: Challenges and implications for career planning. *Journal of Career Development*, 49(1), 65-80.
- DURING, S. E. A. U. S. (2022). PERAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP CAREER DECISION MAKING SELF-EFFICACY MAHASISWA S1 DI MASA PANDEMI. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi (Journal of Psychological Science and Profession)*, 6(3), 255-267.
- El Corso, R. (2017). The impact of Industry 4.0 on career challenges and student anxiety during early adulthood. *Journal of Career Development*, 44(2), 151-165.
- Fauzia, R., Tanau, M. U., Psikologi, P. S., Kedokteran, F., Mangkurat, U. L., Yani, J. A., Selatan, B. K., & Afnanseffgmailcom, E. (2020). HUBUNGAN EFIKASI

DIRI DENGAN STRESS PADA MAHASISWA YANG BERADA DALAM FASE QUARTER LIFE CRISIS RELATIONSHIP OF SELF-EFICATION WITH STRESS IN STUDENTS WHO ARE IN THE QUARTER LIFE CRISIS PHASE. 3, 23–29.

- Fahira, J., Daud, M., & Novita Siswanti, D. (2023). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Quarter Life Crisis Pada Alumni Dari Tiga Perguruan Tinggi Di Kota Makassar* (Vol. 2, Issue 5).
- Fazira, S. H., Handayani, A., & Lestari, F. W. (2023). Faktor Penyebab Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(2), 2227-2234.
- Febriana, L. Z., & Masykur, A. M. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Efikasi Diri Pengambilan Keputusan Karir Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Sayung Demak. *Jurnal EMPATI*, 10(6), 390–396. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.33217>
- First Direct Bank. (2017). How to turn your quarter-life crisis into a quarter-life catalyst. <https://www.firstdirect.com/>
- Flum, H., & Blustein, D. L. (2000). The role of career adaptability in career development. *Journal of Vocational Behavior*, 57(2), 188-202.
- Gaedke, J. R., Smith, A. L., & Johnson, M. (2012). *Meeting the needs of students and staff in higher education: Challenges and solutions. Educational Administration Quarterly*, 48(4), 564-589.
- GIFFARI, N., & SUHARIADI, F. (2017). *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi. Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 6, 64-77.
- Ginting, P., & Argasiam, B. (2022). Quarterlife crisis. 02(2), 20–31.
- Guan, L., & Lu, Y. (2018). New developments in molecular targeted therapy of ovarian cancer. *Discovery medicine*, 26(144), 219-229.
- Han, H., & Rojewski, J. W. (2015). Gender-specific models of work-bound Korean adolescents' social supports and career adaptability on subsequent job satisfaction. *Journal of Career Development*, 42(2), 149-164.
- Hassler, C. S., Havens, S. M., Bullerjahn, G. S., McKay, R. M. L., & Twissa, M. R. (2009). An evaluation of iron bioavailability and speciation in western Lake Superior with the use of combined physical, chemical, and biological

- assessment. *Limnology and Oceanography*, 54(3), 987-1001.
- Hastoprojokusumo, M. B. (2016). Pengaruh perceived social support pada career adaptability mahasiswa tingkat akhir. *Universitas Sanata Dharma*.
- Herlovina, N. K. S. (2023). Pengambilan Keputusan Karier Mahasiswa: Sebuah Kajian Literatur. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(4), 5676-5690.
- Hirschi, A. (2013). Career Adaptability Development in Adolescence: Relevant Antecedents and Effects on Career Success. *Journal of Vocational Behavior*, 83(3), 292-301. DOI: 10.1016/j.jvb.2013.06.005
- Intani, I. D., & Sawitri, D. R. (2023). Hubungan antara Dukungan Sosial Guru Bimbingan Konseling dan Adaptabilitas Karir pada Siswa Kelas XII di SMA Negeri 1 Cilacap. *Jurnal EMPATI*, 12(5), 368-375.
- Johns, G., & Saks, A. M. (2005). The role of effort and social support in the adaptation process: Implications for workplace integration. *Journal of Organizational Behavior*, 26(3), 355-376.
- Karpika, M., & Segel, J. (2021). *Understanding the quarter life crisis: Challenges and solutions*. *Journal of Youth Studies*, 24(6), 783-798.
- King, C. (2017). Informal assistance to urban families and the risk of household food insecurity. *Social Science & Medicine*, 189, 105-113.
- Kirana, A., & Agustini, A. (2018). Dukungan Sosial Guru Dalam Upaya Membimbing Kemandirian Anak Moderate Intellectual Disability. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11(2), 21-40.
- Kiranida, O., & Komalasari, G. (2022). Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda , Bermakna, Mulia Volume 8 Nomor 3 Tahun 2022 Tersedia Online : <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR> Dipublikasikan Oleh : UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda , Bermakna , Mulia Volume 8 Nomor 3 Tahun 2022 Tersedia Online : <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR> Dipublikasikan Oleh : UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin. 8, 96–104.
- Koen, J., Klehe, U. C., & Vianen, A. E. M. van. (2012). The influence of career preparation on job entry and career development. *Journal of Vocational*

- Behavior*, 80(2), 284-294.
- Lent, R. W., & Brown, S. D. (2012). *Career development and counseling: Putting theory into practice*. Wiley.
- Lestari, U., Masluchah, L., & Mufidah, W. (2022). Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(1), 14–28. <https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.6102>
- Lusi, A. (2021). *Exploring the impact of working while studying: A review of recent studies*. *Journal of Education and Work*, 34(2), 145-160.
- Maslikhah, M., Hidayat, D. R., & Marjo, H. K. (2022). Pengaruh dukungan keluarga dan efikasi diri terhadap pengambilan keputusan karir siswa smk negeri. *Ilmu dan Budaya*, 43(1), 33-44.
- Muflihah, L., & Savira, SI (2021). Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap burnout akademik selama pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi Mahasiswa*, 8 (02), 201-2011.
- Noeraini, I. A., & Sugiyono, S. (2016). Pengaruh tingkat kepercayaan, kualitas pelayanan, dan harga terhadap kepuasan pelanggan JNE Surabaya. *Jurnal Ilmu Dan Riset Manajemen (JIRM)*, 5(5).
- Nurmalasari, Y., & Putri, D. E. (2015). Dukungan sosial dan harga diri pada remaja penderita lupus. *Jurnal Psikologi*, 8(1).
- Oktaviani, P. M., & Soetjningsih, C. H. (2023). Dukungan Sosial Dan Quarter life crisis Pada Fresh Graduate. *Proyeksi*, 18(2), 237-250.
- Panjaitan, D. (2023). *The impact of career adaptability on career development: A review of recent studies*. *Journal of Career Development*, 49(2), 130-145.
- Paykani, T., Zimet, G. D., Esmaeili, R., Khajedaluae, A. R., & Khajedaluae, M. (2020). Perceived social support and compliance with stay-at-home orders during the COVID-19 outbreak: evidence from Iran. *BMC public health*, 20, 1-9.
- Porfeli, E. J., & Savickas, M. L. (2012). Career Adapt-Abilities Scale-USA Form: Psychometric properties and relation to vocational identity. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 748-753.
- Purwati, M., & Rahmandani, A. (2020). Hubungan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa teknik perencanaan wilayah dan

- kota Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 456-466.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40.
- Rahmah, AFR, Sukiati, DS, & Kusumandari, R. (2023). Quarter Life Crisis pada masa dewasa awal: Bagaimana tingkat resiliensi pada masa dewasa awal?. *INNER: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2 (4), 959-967.
- Raisa, R., & Ediati, A. (2016). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas iia wanita semarang. *Jurnal empati*, 5(3), 537-542.
- Riawan, D. (2019). Adaptabilitas Karir dan Kepuasan Kerja pada Pekerja di Era Digital. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 16(1), 55-67.
- Riyanto, A., & Arin, S. (2021). The quarter life crisis among high school students and college students: Career confusion and identity challenges. *Journal of Educational Psychology*, 113(4), 789-803.
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife crisis: The unique challenges of life in your twenties*. Penguin.
- 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.
- Rottinghaus, P. J., Wright, L. K., & Conley, A. M. (2005). Career adaptability and its role in career development: A review and future directions. *Journal of Career Assessment*, 13(3), 215-234.
- Rovika, H. (2021). Hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri dalam menjalankan metode pembelajaran daring/online di masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa baru UIN Ar-Raniry Banda Aceh asal Simeulue (Doctoral dissertation, UIN AR-RANIRY).
- Sallata, J. M. M., & Huwae, A. (2023). Resiliensi Dan Quarter Life-Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(5), 2103-2124.
- Salsabila, A., & Rosida, U. (2023). Peran dukungan sosial dalam menghadapi fase quarter life crisis dewasa awal penyandang disabilitas fisik. *Cognicia*. <https://doi.org/110.22219/cognicia.v11i1.26176>

- Santrock, J. W. (2007). *Life-span development* (13th ed.). McGraw-Hill
- Sarafino, E. P. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (6th ed.). Wiley.
- Savickas, M. L. (1997). Career adaptability: An integrative construct for life-span, life-space theory. *The career development quarterly*, 45(3), 247-259.
- Savickas, M. L. (2001). A developmental perspective on vocational behaviour: Career patterns, salience, and themes. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 1(1), 49-57.
- Savickas, M. L. (2005). The theory and practice of career construction. *Career development and counseling: Putting theory and research to work*, 1, 42-70.
- Savickas, M. L., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J. P., Duarte, M. E., Guichard, J., ... & Van Vianen, A. E. (2009). Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century. *Journal of vocational behavior*, 75(3), 239-250.
- Savickas, M. L. (2012). Life design: A paradigm for career intervention in the 21st century. *Journal of counseling & development*, 90(1), 13-19.
- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-Abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of vocational behavior*, 80(3), 661-673.
- Setiawan, I., & Nusantoro, E. (2020). Hubungan Antara Kemandirian Dan Konformitas Terhadap Pengambilan Keputusan Karir Mahasiswa Semester 5 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang Tahun 2019. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 104-123.
- Silvania, O., & Anantasari, M. L. (2022). Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dan Adaptabilitas Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Suksma: Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma*, 3(1), 57-71.
- Sinamo, T. O. N. B., & Simarmata, N. I. P. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial dengan Adaptabilitas Karier pada Fresh Graduates di Kota Medan. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 28-41.
- Sigar, V., Solang, DJ, & Sengkey, MM (2023). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Quarter Life Crisis Pada Masa Dewasa Awal Di Kelurahan Kolongan Kota Tomohon. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)* , 7 (4), 3321-3329.
- Sitanggang, AE (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan

- Efikasi Diri Keputusan Karier Pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Ilmiah Perhotelan*, 12 (2), 883-892.
- Solichah, C., & Setiaji, K. (2019). Pengaruh Internal Locus of Control dan Dukungan Sosial Terhadap Career Adaptability. *Economic Education Analysis Journal*, 8(2), 652-665.
- Spurk, D., Abele, A. E., & Volmer, J. (2015). Career adaptability and the perceived importance of social roles: A multitasking perspective. *Journal of Vocational Behavior*, 86(2), 257-268.
- Stanford School of Medicine. (n.d.). *Achieving a good work-life balance*. Retrieved August 4, 2024, from <https://med.stanford.edu/work-life-balance.html>
- Stanley, M., & Beare, P. (2007). *Title of the Book or Article*. Publisher.
- Stillman, D. (2017). The characteristics and career aspirations of Generation Z: Implications for the future workforce. *Journal of Career Development*, 44(2), 128-143.
- Sukarno, A., Wijaya, R., & Indah, M. (2018). Career adaptability among Generation Z: Current levels and future challenges. *Journal of Career Assessment*, 26(3), 458-472.
- Sugiyono, P. D. (2010). *Metode Peneliiian. Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono, D. (2017). *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta.
- Tangkudung, E. (2014). The impact of workplace adaptation on individual health: Variability in adaptation processes. *Journal of Occupational Health Psychology*, 19(2), 220-233.
- Trisnaningtyas, W., Utari, D., & Suminar, D. R. (1851). Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Hubungan Antara Konsep Diri dan Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, X(2776), 1306–1312.
- Wang, Z., & Fu, Y. (2015). Social support, social comparison, and career adaptability: A moderated mediation model. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 43(4), 649-659.

- Winkel, W. S., & Sri Hastuti, S. (2005). *Pengembangan karir dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Penerbit Universitas.
- Zwagery, RV, & Yuniarrahmah, E. (2021). Psikoedukasi “Krisis seperempat kehidupan: Pilih jalan yang benar, apa yang harus saya lakukan selanjutnya?”. *Kepada Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat* , 4 (3), 272-280.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 52(1), 30-41.
- Zimet, G. D., Powell, S. S., Farley, G. K., Werkman, S., & Berkoff, K. A. (1990). Psychometric characteristics of the multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 55(3-4), 610-617.

