



## JURNAL PSIKOHUMANIKA

<http://ejurnal.setiabudi.ac.id/ojs/index.php/psikohumanika>

### EFIKASI DIRI DAN *QANA'AH* SEBAGAI PREDIKTOR *QUARTER LIFE CRISIS* PADA MAHASISWA

Dilla Wahyu Wardani<sup>1</sup>, Vera Imanti<sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, UIN Raden Mas Said Surakarta

#### ARTICLE INFO ABSTRACT

Article History

**Be accepted:**

Sept 2025

**Approved:**

Sept 2025

**Published:**

Jun 2026

**Keywords:**

self-efficacy; qanaah;  
quarter-life crisis

*Social comparison and FoMO contribute to the rise of the quarter-life crisis (QLC) among young adults. Therefore, this study aims to examine the relationship between self-efficacy and contentment regarding QLC. This study employed a quantitative correlational method with a sample of students at Raden Mas Said University in Surakarta aged 20–25 years. The study sample consisted of 365 students obtained through cluster-based sampling in the initial stage, with the questionnaire administered online via social media. Data were collected using self-efficacy and qana'ah scales that had been tested for validity and reliability. The analysis results indicate a significant negative correlation between self-efficacy and QLC ( $r = -0.58$ ;  $p < 0.05$ ), as well as between qana'ah and QLC ( $r = -0.39$ ;  $p < 0.05$ ). These findings suggest that the higher the levels of self-efficacy and qana'ah, the lower the QLC levels among students. Furthermore, the regression analysis results indicate that self-efficacy and qana'ah simultaneously have a significant effect on QLC ( $F = 0.000$ ;  $p < 0.05$ ) with a contribution of 95.2% ( $R^2 = 0.952$ ). This suggests that both variables collectively play a role in reducing the level of QLC among students. Thus, self-efficacy and qana'ah act as protective factors in coping with the complexities of the QLC..*

#### Alamat Korespondensi:

Jl. Ir. Sutami 36 Ketingan, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia 57127

**E-mail:**

[f109240003@student.ums.ac.id](mailto:f109240003@student.ums.ac.id) (correspondence)

[dillawrdn24@gmail.com](mailto:dillawrdn24@gmail.com)

p-ISSN: 1979-0341

e-ISSN : 2302-0660

**INFO ARTIKEL**

Sejarah Artikel  
Diterima:  
September 2025  
Disetujui:  
September 2025  
Dipublikasikan:  
Juni 2026

**ABSTRAK**

*Social-comparasion* dan *FoMO* berkontribusi terhadap meningkatnya *quarter life crisis (QLC)* pada dewasa awal. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungant antara efikasi diri dan *qanaah* terhadap *QLC*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan subjek penelitian mahasiswa di Universitas Raden Mas Said Surakarta berusia 20-25 tahun. Sampel penelitian sebanyak 365 mahasiswa yang diperoleh melalui teknik sampling berbasis cluster pada tahap awal, dengan kontribusi kuesioner dilakukan secara daring melalui media sosial. Data dikumpulkan menggunakan skala efikasi diri dan skala *qana'ah* yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan *QLC* ( $r = -0,58$ ;  $p < 0,05$ ), serta antara *qana'ah* dengan *QLC* ( $r = -0,39$ ;  $p < 0,05$ ). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri dan *qana'ah*, maka semakin rendah tingkat *QLC* pada mahasiswa. Selain itu, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa efikasi diri dan *qana'ah* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *QLC* ( $F = 0,000$ ;  $p < 0,05$ ) dengan kontribusi sebesar 95,2% ( $R^2 = 0,952$ ). Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama berperan dalam menurunkan tingkat *QLC* pada mahasiswa. Dengan demikian, efikasi diri dan *qana'ah* berperan sebagai faktor protektif dalam menghadapi kompleksitas *QLC*.

**Kata Kunci:**

efikasi diri; *qanaah*;  
*quarter life crisis*

**PENDAHULUAN**

Setiap individu akan menjalani fase perkembangan yang paling kompleks dalam hidupnya, mulai dari masa kanak-kanak, remaja, dewasa, sampai lanjut usia. Tiap fase perkembangan tersebut memiliki keunikan, tanggung jawab, dan persyaratan yang perlu dipenuhi, termasuk pada fase awal dewasa. Arnett (2004) menyebutkan bahwa masa dewasa awal atau *emerging adulthood* terjadi pada rentang usia 21-30 tahun. Pada fase ini, individu dianggap sudah mampu melepaskan ketergantungan dari orang tua yang ada pada masa remaja, tetapi belum sepenuhnya memasuki fase di mana tanggung jawab yang biasa dihadapi dalam kehidupan dewasa dijalankan.

Masa transisi ini sangat krusial bagi setiap individu. Pada periode ini, individu mulai melakukan eksplorasi diri yang lebih mendalam, termasuk dalam aspek pendidikan, karir, kemandirian dari orang tua, serta menjalin hubungan dengan lawan jenis. Penelitian oleh Habibie et al., (2019) menunjukkan bahwa eksplorasi ini membawa individu pada berbagai perubahan yang dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman, sehingga mengakibatkan ketidakstabilan emosi. Ketidakstabilan emosi ini dapat menyebabkan perbedaan respons di antara individu. Individu yang merespons secara negatif terhadap tantangan yang dihadapi dalam fase perkembangan ini berisiko mengalami krisis emosional yang dapat memunculkan masalah psikologis, seperti kebingungan dalam menghadapi ketidakpastian, hal ini sering disebut sebagai fase *quarter life crisis* Robbins & Wilner (2001).

*Quarter life crisis* kemungkinan besar terjadi pada masa dewasa awal, yaitu antara usia 21 hingga 30 tahun. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Afnan et al (2020) pada empat kelompok dewasa awal yang memaparkan hasil bahwa kelompok dewasa awal yang paling tinggi merasakan kecemasan akibat *quarter life crisis* adalah individu yang lulus dari sekolah menengah atas, diikuti oleh mahasiswa sarjana. Dibuktikan juga dengan penelitian Zharifa

et al (2023) yang menyatakan hasil bahwasanya 14 dari 17 mahasiswa yang menjadi partisipan penelitian ini, sebagian besar yakni mahasiswa tingkat akhir berusia 21 hingga 23 tahun, merasakan *quarter life crisis*. Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa kekhawatiran yang dialami mahasiswa berkaitan dengan akademik, kehidupan pribadi, serta masalah keuangan, yang muncul akibat tekanan dari diri sendiri dan lingkungan sekitar .

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa *quarter life crisis* terjadi pada usia 21-30 tahun yang umumnya sudah menginjak status sebagai mahasiswa. Tanggung jawab sebagai mahasiswa yang berkaitan dengan kegiatan akademis, kehidupan pribadi, masalah keuangan dan lain sebagainya itulah yang memunculkan ketidaksiapan mahasiswa dalam menghadapi *quarter life crisis*. Oleh karena itu, peneliti memilih mahasiswa jenjang Sarjana (S1) mulai dari usia 21 tahun ke atas di UIN Raden Mas Said Surakarta. Alasan dari peneliti mengambil sampel penelitian berupa mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta yaitu karena universitas tersebut merupakan Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN) yang pastinya semua mahasiswanya sudah diberikan mata kuliah agama islam yang bersifat wajib, oleh karena itu dengan adanya pemberian mata kuliah agama maka seharusnya berdampak positif terhadap sikap para mahasiswa dalam menghadapi masa depan, sehingga dapat terhindar dari *quarter life crisis* .

Salah satu faktor yang mendukung kemampuan adaptasi pada fase *quarter life crisis* adalah efikasi diri. Efikasi diri memiliki peran penting dalam mengatasi *quarter life crisis*, karena individu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya cenderung lebih optimis dan lebih mampu menghadapi berbagai tantangan. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Hidayati & Muttaqien (2020) yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara efikasi diri dengan *quarter life crisis*, yang berarti semakin tinggi efikasi diri, semakin rendah *quarter life crisis*, begitu juga sebaliknya. Penelitian Afnan et al (2020) juga mengungkapkan bahwa terdapat hubungan dengan korelasi negatif antar variabel efikasi diri dan *quarter life crisis* , yang berarti bahwa semakin rendah efikasi diri, maka semakin tinggi *quarter life crisis* , dan sebaliknya.

Teori Bandura (1998) mengemukakan bahwa efikasi diri merujuk pada penilaian individu terhadap kemampuannya untuk merencanakan tindakan dan menyelesaikan tugas yang dihadapi. Efikasi diri juga mencakup keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menjalankan tugas, sehingga dapat menghadapi tantangan dan mencapai tujuan yang diinginkan. Penelitian Anshori & Sianturi (2023) mengungkapkan bahwa efikasi diri pada mahasiswa berkaitan erat dengan kinerja akademiknya. Mahasiswa dengan efikasi diri rendah cenderung kurang memiliki aspirasi dan komitmen untuk mencapai tujuannya, sementara mahasiswa dengan efikasi diri tinggi lebih berpeluang meraih prestasi akademik dan dapat mengatasi ketika timbul kecemasan.

Selain efikasi diri, terdapat faktor internal lain yang mempengaruhi kekuatan individu dalam menghadapi fase *quarter life crisis* yaitu penerimaan diri. Menurut Hurlock (dalam Afnan et al., 2020) penerimaan diri adalah kondisi ketika seseorang mampu menerima segala aspek tentang dirinya, baik kelebihan maupun kekurangannya tanpa membenci diri sendiri. Penelitian oleh Putri & Fatmawati (2023) juga menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat penerimaan diri yang tinggi mengalami *quarter life crisis* yang rendah, sedangkan yang memiliki penerimaan diri rendah mengalami *quarter life crisis* yang tinggi. Penelitian oleh Ginting & Argasiam (2022) turut

mengungkapkan bahwa semakin tinggi penerimaan diri (*self-acceptance*) maka semakin rendah rasa cemas dalam menghadapi fase *quarter life crisis*, sebaliknya semakin rendah penerimaan diri (*self-acceptance*) maka semakin tinggi rasat cemas dalam menghadapi fase *quarter life crisis*.

Terdapat konsep penerimaan diri dalam ilmu tasawuf yang memiliki istilah lain yaitu qanaah. Qanaah menurut Hamka (2015) merupakan sikap merasa cukup dengan hasil yang dicapai dan menjauhkan diri dari ketidakpuasan, karena orang yang qanaah percaya bahwa segala sesuatu yang diperoleh adalah atas izin Allah SWT. Qanaah terdiri dari lima aspek menurut Hamka (2015) yaitu menerima dengan rela apa yang telah ada, memohon kepada Allah SWT tambahan yang pantas disertai usaha, menerima dengan sabar terhadap ketentuan Allah SWT, bertawakal kepada Allah SWT, dan tidak mudah tertipu daya oleh dunia. Diperkuat dari literatur review yang dilakukan Imanti et al., (2025) bahwa tawakal memiliki potensi untuk membentuk perilaku yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan psikologis, sekaligus dapat membangun ketahanan spiritual.

Penelitian oleh Nisa (2023) menunjukkan bahwa qanaah berhubungan negatif dengan kecemasan masa depan pada mahasiswa. Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat qanaah mahasiswa, maka semakin rendah kecemasan masa depan, dan sebaliknya. Penelitian yang dilakukan oleh Khalikurrahman (2023) juga mendukung pernyataan bahwa stress dapat diobati dan bahkan bisa dicegah dengan sikap qanaah. Stress seringkali merupakan hasil dari penolakan, sementara qanaah merupakan sikap penerimaan. Ketika seseorang yang memiliki sikap qanaah sedang menghadapi situasi yang mengganggu rasa aman dan menimbulkan kecemasan, maka akan dapat menerima keadaan tersebut dengan tenang. Dalam situasi tersebut, individu yang memiliki sikap qanaah akan selalu memohon perlindungan hanya kepada Allah SWT. Sekilas, konsep penerimaan diri dan qanaah tampak serupa, yaitu sama-sama menekankan pentingnya menerima keadaan yang ada. Namun dalam penelitian Alallah (2022) dijelaskan keunggulan konsep qanaah dibandingkan konsep penerimaan diri biasa yakni qanaah tidak hanya sekadar penerimaan diri, tetapi juga menciptakan fondasi spiritual yang mendalam dibandingkan konsep penerimaan diri biasa.

Berdasarkan uraian di atas, terdapat tiga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu (1) terdapat hubungan secara simultan antara efikasi diri dan qanaah dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta, (2) efikasi diri memiliki hubungan negatif dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta, dan (3) qanaah memiliki hubungan negatif dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara efikasi diri dan qanaah terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa. Kategori sampel penelitian ini adalah mahasiswa di Universitas Raden Mas Said Surakarta dengan usia 20-25 tahun yang diambil menggunakan *probability sampling* dengan teknik *cluster random sampling*. Dalam penelitian ini, sampel penelitian akan dikelompokkan berdasarkan fakultas. Terdapat 5 fakultas, dan peneliti melibatkan seluruh fakultas untuk menjadi sampel dalam riset ini. Penentuan jumlah sampel akan menggunakan pendekatan statistik dengan tingkat kesalahan 1%, 5%, dan 10% dari jumlah populasi, berdasarkan tabel yang dikembangkan oleh

Isaac dan Michael .

Ketiga variabel diukur menggunakan skala pengembangan yang didasarkan pada teori dari para ahli. Variabel efikasi diri menggunakan teori dari Albert Bandura (1998), yang mencakup aspek *magnitude*, *strength*, dan *generality*. Variabel *quarter life crisis* menggunakan teori dari Robbins & Wilner (2001), yang mencakup aspek kebingungan dalam pengambilan keputusan, rasa putus asa, penilaian negatif terhadap diri sendiri, perasaan terjebak dalam situasi yang sulit, perasaan cemas, perasaan tertekan, dan kekhawatiran terhadap hubungan interpersonal. Variabel *qanaah* menggunakan teori dari Hamka (2015), yang mencakup aspek menerima dengan rela apa yang ada, memohon kepada Allah tambahan yang pantas, menerima dengan sabar akan ketentuan Allah, bertawakal kepada Allah dan tidak tertarik oleh tipu daya dunia.

Dalam penelitian ini, akan melibatkan enam orang rater dengan batas minimum validitas sebesar 0,79 sampai 0,88 dan memiliki kriteria sebagai praktisi dan ahli. Proses validasi dilakukan dalam tiga kali evaluasi, pada evaluasi putaran pertama dan putaran kedua masih terdapat beberapa aitem yang perlu diperbaiki lalu dikirim kembali kepada ahli untuk diberikan penilaian ulang. Pada evaluasi putaran ketiga, seluruh aitem pada alat ukur efikasi diri, *qanaah*, dan *quarter life crisis* dinyatakan valid dengan koefisien validitas sebesar 0,79 sampai dengan 0,95.

Tahap berikutnya setelah seluruh aitem dalam ketiga alat ukur penelitian telah dinyatakan valid, maka akan dilakukan uji daya beda. Alat ukur kuisioner dalam bentuk *google form* diujikan kepada 351 mahasiswa semester 7-13 di Perguruan Tinggi Keagamaan Islam di Jawa Tengah dan Yogyakarta, kecuali UIN Raden Mas Said Surakarta. Hasil uji coba tersebut kemudian dihitung menggunakan teknik analisis *Corrected Item-Total Correlation*, ketiga alat ukur dinyatakan memiliki daya beda yang baik karena memiliki nilai lebih dari 0,300. Ketiga alat ukur juga dinyatakan memiliki reliabilitas yang sangat baik karena nilai dari *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,700. Selanjutnya, data penelitian dikumpulkan melalui kuisioner *Google Form* yang berbentuk skala likert dengan lima alternatif jawaban yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.**  
**Hasil Uji Normalitas**

Variabel	<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>	Asymp Sig.	Keterangan
Efikasi Diri	0,642	0,804	Normal
<i>Qanaah</i>	0,576	0,895	Normal
<i>Quarter Life Crisis</i>	0,944	0,335	Normal

**Tabel 2.**  
**Hasil Uji Linearitas**

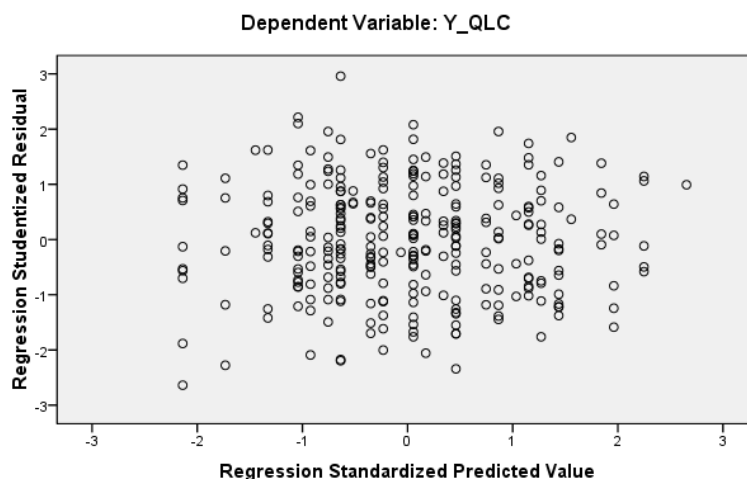
Variabel	Linearity	Defiation from Linearity	Keterangan
Efikasi Diri* <i>Quarter Life Crisis</i>	0,000	0,397	Linear
<i>Qanaah</i> * <i>Quarter Life Crisis</i>	0,000	0,425	Linear

**Tabel 3.**  
**Hasil Uji Multikolinearitas**

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Efikasi Diri	0,973 ( $p > 0,10$ )	1,028 ( $p < 10,00$ )	Tidak terjadi multikolinearitas
<i>Qanaah</i>	0,973 ( $p > 0,10$ )	1,028 ( $p < 10,00$ )	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan tabel nomor 1 diketahui bahwa variabel efikasi diri, qanaah dan quarter life crisis berdistribusi normal karena nilai Sig. (p) lebih besar dari 0,05. Terdapat hubungan linear antara variabel efikasi diri, qanaah dan quarter life crisis yang didasarkan pada nilai linearity dan deviation from linearity yang telah tercantum pada tabel nomor 2. Dalam penelitian ini, uji multikolinearitas dilakukan menggunakan Variance Inflation Factor (VIF) dan tolerance dengan bantuan IBM SPSS Statistic 16. Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan pada tabel nomor 3 dapat disimpulkan bahwa kedua variabel bebas tidak mengalami multikolinearitas dan memenuhi kriteria uji asumsi klasik.

Scatterplot



**Gambar 1.** Hasil Uji Heterokedasitas

Berdasarkan analisis yang ditunjukkan pada gambar nomor 1, terlihat bahwa titik-titik data tidak berkumpul di angka 0 dan tidak membentuk pola yang jelas. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala heteroskedasitas

**Tabel 4.**  
**Hasil Uji Hipotesis Mayor**

Variabel Dependen	Prediktor	F	Sig.
<i>Quarter Life Crisis</i>	Efikasi Diri <i>Qanaah</i>	2,902	0,000

**Tabel 5.**  
**Hasil presentase Koefisien Determinasi**

Variabel Dependen	Prediktor	R <sup>2</sup>	Presentase
<i>Quarter Life Crisis</i>	Efikasi Diri <i>Qanaah</i>	2,952	95,2%

Pada tabel nomor 4 dapat disimpulkan bahwa efikasi diri dan *qanaah* secara simultan (bersama -sama) memiliki hubungan yang signifikan terhadap *quarter life crisis*. Selanjutnya, berdasarkan hasil perhitungan pada tabel nomor 5 diketahui bahwa efikasi diri dan *qanaah* secara kolektif memberikan pengaruh terhadap *quarter life crisis* sebesar 95,2%. Sementara itu, sisa pengaruh sebesar 4,8% (100% - 95,2%) berasal dari variabel lain di luar model regresi atau variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Terdapat rincian hasil korelasi antara variabel efikasi diri dan *qanaah* terhadap *quarter life crisis* yang telah dipaparkan pada tabel nomor 6. Kontribusi efektif serta sumbangan relatif dari variabel efikasi diri dan *qanaah* juga telah dipaparkan pada tabel nomor 7.

Berdasarkan hasil uji hipotesis minor, diperoleh nilai koefisien korelasi antara variabel efikasi diri dan *quarter life crisis* adalah -58,071 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Nilai signifikansi 0,000 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Oleh karena itu, hipotesis minor pertama yang menyatakan bahwa efikasi diri berkorelasi negatif terhadap *quarter life crisis* diterima. Di sisi lain nilai koefisien korelasi antara variabel *qanaah* dan *quarter life crisis* adalah -39,029 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Nilai signifikansi 0,000 juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan. Dengan demikian, hipotesis minor kedua yang menyatakan bahwa *qanaah* berkorelasi negatif terhadap *quarter life crisis* juga diterima.

**Tabel 6.**  
**Nilai Koefisien Setiap Variabel**

Variabel	Koefisien Regresi (Beta)	Koefisien Korelasi (r)	R Square
Efikasi Diri	-0,754	-0,838	0,952
<i>Qanaah</i>	-0,507	-0,632	

**Tabel 7.**  
**Hasil Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif Setiap Variabel**

Variabel	SE (X)	SR (X)
Efikasi Diri	63,1%	66,2%
<i>Qanaah</i>	32,1%	33,8%
Total	95,2%	100%

**Tabel 8.**  
**Hasil Sumbangan Efektif Tiap Aspek Efikasi Diri Terhadap Quarter Life Crisis**

Aspek Efikasi Diri	b	Cross Product	Regresi	Sumbangan Efektif Total	t	Sig (p)	Sumbangan Efektif Setiap Aspek
X1_A1	0,359	1243,56			5,433	0,000	22%
X1_A2	0,412	1475,54	1276,54	63,1%	6,286	0,001	30%
X1_A3	0,201	1121,33			3,103	0,000	11,1%
<b>Jumlah Sumbangan Efektif Efikasi Diri</b>							<b>63,1%</b>

Keterangan :

X1\_A1 = Magnitude

X1\_A2 = Strengh

X1\_A3 = Generality

Y = Quarter Life Crisis

**Tabel 9.**

**Hasil Sumbangan Efektif Tiap Aspek Qanaah Terhadap Quarter Life Crisis**

Aspek <i>Qanaah</i>	b	Cross Product	Regresi	Sumbangan Efektif Total	t	Sig (p)	Sumbangan Efektif Setiap Aspek
---------------------	---	---------------	---------	-------------------------	---	---------	--------------------------------

<b>X2_A1</b>	0,325	1478,428			4,412	0,000	12,1%
<b>X2_A2</b>	0,159	1258,343			2,401	0,029	5%
<b>X2_A3</b>	0,104	1228,279	1269,89	32,1%	1,876	0,031	3,2%
<b>X2_A4</b>	0,274	1274,523			2,412	0,000	8,8%
<b>X2_A5</b>	0,102	1188,465			1,767	0,001	3%
<b>Jumlah Sumbangan Efektif Qanaah</b>							<b>32,1%</b>

Keterangan :

X2\_A1 = Menerima dengan rela apa yang ada

X2\_A2 = Memohon kepada Allah tambahan yang pantas

X2\_A3 = Menerima dengan sabar akan ketentuan Allah

X2\_A4 = Bertawakal kepada Allah

X2\_A5 = Tidak tertarik oleh tipu daya dunia

Y = *Quarter Life Crisis*

Berdasarkan informasi yang terdapat dalam tabel nomor 8, dapat diketahui bahwa berbagai aspek dari variabel *qanaah* memberikan sumbangsih yang berbeda. Dengan menjumlahkan semua sumbangan dari masing-masing aspek tersebut, total sumbangan efektif yang dihasilkan oleh keseluruhan variabel efikasi diri mencapai 63,1%. Pada tabel nomor 9 diketahui bahwa berbagai aspek dari variabel *qanaah* juga memberikan sumbangsih yang berbeda dan total sumbangan efektif yang diberikan oleh keseluruhan variabel *qanaah* mencapai 32,1%.

Hasil data penelitian yang telah dianalisis dengan teknik analisis berganda pada uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan *qanaah* dengan *quarter life crisis*. Hal ini ditunjukkan melalui nilai signifikansi yang diperoleh yaitu 0,000 ( $p < 0,05$ ), dapat diartikan bahwa efikasi diri dan *qanaah* secara simultan (bersamaan) memiliki hubungan dengan *quarter life crisis*. Selanjutnya, terdapat penemuan baru bahwa berdasarkan hasil perhitungan persentase kontribusi variabel II efikasi diri, *qanaah* dan *quarter life crisis* diperoleh nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) pada tabel model summary di kolom adjusted R square sebesar 0,952 atau 95,2%. Ini menunjukkan bahwa efikasi diri dan *qanaah* secara kolektif memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap *quarter life crisis* sebesar 95,2%. Sementara itu, sisa pengaruh sebesar 4,8% ( $100\% - 95,2\%$ ) berasal dari variabel lain di luar model regresi atau variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Kombinasi dari kedua variabel ini, yaitu efikasi diri dan *qanaah* memungkinkan mahasiswa untuk menghadapi berbagai aspek *quarter life crisis* dengan lebih baik, sehingga emosi negatif yang sering muncul saat mereka menghadapi fase transisi ini dapat diminimalkan secara signifikan.

Efikasi diri berperan penting dalam mempengaruhi kemampuan mahasiswa untuk menghadapi tekanan yang muncul dalam fase *quarter life crisis*, karena keyakinan terhadap kemampuan diri mereka memberikan dorongan untuk tetap bertahan dan mencari solusi ketika dihadapkan pada tantangan yang berat. Pernyataan ini didukung dengan data yang telah diperoleh, terlihat bahwa variabel efikasi diri memberikan kontribusi efektif sebesar 63,1%, selain itu,

sumbangan relatif dari variabel efikasi diri tercatat sebesar 66,2%. Penelitian oleh Jihan et al (2023) juga menyatakan bahwa mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi akan cenderung fokus untuk mencari jalan keluar dalam menyelesaikan krisis sehingga mereka lebih mampu bertahan saat menghadapi tekanan hidup.

Di sisi lain, sikap qanaah, yang mengajarkan penerimaan terhadap segala ketentuan yang telah diberikan oleh Allah, berfungsi untuk mengurangi beban emosional yang dirasakan mahasiswa, sehingga mereka dapat lebih tenang dan fokus dalam menjalani proses hidup ini. Dengan menggabungkan kedua elemen ini, mahasiswa tidak hanya dapat mengelola emosi negatif dengan lebih baik, tetapi juga mengembangkan ketahanan mental yang diperlukan untuk menghadapi berbagai kesulitan yang mungkin muncul selama perjalanan hidup mereka. Pernyataan ini didukung dengan data yang telah diperoleh, terlihat bahwa variabel qanaah memberikan kontribusi efektif sebesar 32,1%, selain itu, sumbangan relatif dari variabel qanaah tercatat sebesar 33,8%. Hal ini juga didukung oleh penelitian Abdusshomad (2020) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki sikap qanaah akan lebih fokus terhadap apa yang sudah mereka miliki sehingga dapat menciptakan kepuasan batin yang menjadi modal untuk ketenangan mental mereka.

*Quarter life crisis* merupakan kondisi emosional yang sering dialami oleh individu yang berada di usia pertengahan 20-an, di mana muncul rasa cemas mengenai masa depan, termasuk aspek karier, hubungan, dan kehidupan sosial. Fenomena ini nyata terjadi di kalangan mahasiswa yang sedang berada pada tahap perkembangan dewasa awal, yang dikenal sebagai *emerging adulthood*. Dalam tabel kategorisasi *quarter life crisis*, terlihat bahwa dari total 365 mahasiswa yang menjadi subjek penelitian. Sebanyak 365 mahasiswa memiliki sikap *quarter life crisis* yang rendah, dengan persentase mencapai 100%. Tidak ada mahasiswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, ataupun sangat rendah dalam klasifikasi *quarter life crisis*. Hal ini kemungkinan disebabkan karena angket sederhana yang ada pada data awal lebih sensitif menangkap kekhawatiran umum, sementara skala *quarter life crisis* yang tervalidasi di penelitian utama mengukur konstruk krisis secara lebih spesifik dan klinis.

*Quarter life crisis* dipengaruhi oleh dua sumber faktor. Pertama, faktor internal yang mencakup eksplorasi identitas, perubahan dalam hidup, dan pengembangan kemandirian, di mana individu merasakan pergeseran antara fase remaja dan dewasa. Mereka juga menghadapi berbagai kemungkinan dan peluang terkait pekerjaan, pasangan hidup dan filosofi kehidupan. Kedua, faktor eksternal yang terdiri dari dukungan sosial yang berasal dari teman-teman atau keluarga. Selain itu, terdapat faktor-faktor seperti percintaan, hubungan, karir, dan tantangan di dunia akademik (Fischer, 2008).

Efikasi diri mencerminkan keyakinan individu akan kemampuannya untuk menghadapi tantangan dan mencapai tujuan. Hubungan antara efikasi diri dan *quarter life crisis* terletak pada kemampuan mahasiswa untuk percaya pada diri sendiri dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Ketidakpastian masa depan menjadi pemicu munculnya *quarter life crisis* yang disertai perasaan takut dan khawatir. Kepercayaan diri akan kemampuan dapat membantu meminimalkan rasa takut dan cemas tersebut. Penelitian (Hidayati & Muttaqien, 2020) menunjukkan bahwa individu dengan efikasi diri tinggi mampu menghadapi *quarter life crisis* dengan lebih baik, sedangkan mereka

yang memiliki efikasi diri rendah cenderung kesulitan dalam menghadapinya. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Afnan et al (2020) ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dan tingkat stres di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat. Hal ini menunjukkan bahwa ketika efikasi diri mahasiswa meningkat, tingkat stres yang mereka alami cenderung menurun, terutama pada fase krisis seperempat hidup. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung mengalami peningkatan stres. Temuan ini mengindikasikan pentingnya pengembangan efikasi diri sebagai strategi untuk mengurangi stres di lingkungan akademik.

*Qanaah* adalah sikap menerima apa yang telah diberikan oleh Allah SWT, percaya pada kekuasaan-Nya, serta bersyukur atas nikmat yang diterima. Namun, *qanaah* tidak berarti menyerah begitu saja, individu harus tetap berusaha untuk mencapai tujuannya sambil berserah kepada Allah SWT atas hasil usahanya. Keterkaitan antara *qanaah* dan *quarter life crisis* terlihat dari sikap menerima apa adanya atas segala yang diberikan oleh Allah SWT. *Qanaah* mendorong individu untuk bersyukur dan merasa cukup dengan nikmat yang diterima tanpa menyerah pada keadaan. Penelitian Putri & Fatmawati (2023) menunjukkan bahwa sikap *qanaah* mengajarkan penerimaan terhadap segala hal dari Allah SWT dengan lapang dada. Ini membawa dampak positif berupa ketenangan, ketentraman, dan keberkahan dalam menjalani hidup serta menghadapi masa depan.

Keterkaitan antara *qanaah* dan *quarter life crisis* terlihat dari sikap menerima apa adanya atas segala yang diberikan oleh Allah SWT. *Qanaah* mendorong individu untuk bersyukur dan merasa cukup dengan nikmat yang diterima tanpa menyerah pada keadaan. Penelitian oleh Nisa, (2023) menunjukkan bahwa *qanaah* berhubungan negatif dengan kecemasan masa depan pada mahasiswa. Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *qanaah* mahasiswa, maka semakin rendah kecemasan masa depan, dan sebaliknya. Penelitian yang dilakukan oleh Khalikurrahman (2023) juga mendukung pernyataan bahwa stress dapat diredakan dan bahkan bisa dicegah dengan sikap *qanaah*. Stres seringkali merupakan hasil dari penolakan, sementara *qanaah* merupakan sikap penerimaan. Ketika seseorang yang memiliki sikap *qanaah* sedang menghadapi situasi yang mengganggu rasa aman dan menimbulkan kecemasan, maka akan dapat menerima keadaan tersebut dengan tenang. Dalam situasi tersebut, individu yang memiliki sikap *qanaah* akan selalu memohon perlindungan hanya kepada Allah SWT.

Berdasarkan pengalaman yang diperoleh selama proses penelitian ini, terdapat beberapa keterbatasan yang dialami oleh peneliti yang perlu diperhatikan dan diperbaiki oleh peneliti di masa mendatang. Penelitian dilakukan dengan kriteria sampel tertentu hal ini dapat berdampak pada hasil yang diperoleh. Perubahan dalam kondisi sosial, ekonomi, atau kebijakan pendidikan di masa depan dapat mempengaruhi relevansi temuan yang ada. Dengan memperhatikan keterbatasan-keterbatasan ini, diharapkan penelitian selanjutnya dapat lebih komprehensif dan mempertimbangkan berbagai aspek yang mungkin berpengaruh terhadap hasil penelitian. Selain itu, angka yang tertera pada kolom  $R^2$  sangat tinggi hingga mencapai presentase 95,2%, hasil ini di luar ekspektasi umum peneliti sosial. Kemungkinan hal ini terjadi karena adanya homogenitas sampel dan adanya *common method variance*. Ketiga variabel diukur dengan metode yang sama pada waktu yang bersamaan, sehingga ada kemungkinan responden menjawab dengan pola yang konsisten kemudian akhirnya

menggelembungkan korelasi ini secara artifisial

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri dan *qanaah* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta. Selain itu, terdapat korelasi negatif antara efikasi diri dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta dan terdapat korelasi negatif antara *qanaah* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta. Korelasi yang terjadi adalah korelasi tidak searah yang berarti semakin tinggi tingkat efikasi diri dan *qanaah* mahasiswa, maka semakin rendah tingkat *quarter life crisis*-nya. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri dan *qanaah*, maka semakin tinggi tingkat *quarter life crisis*-nya. Temuan dari penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk pengembangan penelitian lebih lanjut, terutama dalam mengeksplorasi variabel lain yang dapat memengaruhi *quarter life crisis*. Pemilihan variabel penelitian sebaiknya dilakukan dengan melakukan survei awal untuk memastikan bahwa sampel yang diambil dapat mewakili populasi, serta mempertimbangkan metode penyebaran data dalam penelitian.

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara efikasi diri, *qanaah*, dan *quarter life crisis* di kalangan mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta. Mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan sikap efikasi diri serta meningkatkan sikap *qanaah* dalam aspek akademik dan kehidupan pribadi mereka. Selain itu, penting bagi mereka untuk menerapkan strategi pengelolaan stres dan membangun pola pikir positif guna menghadapi fase *quarter life crisis* dalam kehidupan. Dengan adanya pengaruh negatif dari efikasi diri dan *qanaah* terhadap *quarter life crisis*, diharapkan mahasiswa dapat secara aktif melatih ketangguhan mental dan mengembangkan rasa penerimaan diri (*qanaah*) dalam kehidupan sehari-hari untuk menghadapi fase *quarter life crisis*.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Abdusshomad, A. (2020). Penerapan Qanaah Dalam Mengendalikan Hawa Nafsu Duniawi. *Asy-Syukriyyah*, 2(21).
- Afnan, Fauzia, R., & Utami Tanau, M. (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. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23–29.
- Ahya, A. (2019). Eksplorasi Dan Pengembangan Skala Qanaah Dengan Pendekatakan Spiritual Indigenous. *JIPT: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 07(01), 13–27.
- Alallah, M. M. (2022). *Self Acceptance Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Terhadap Qana'ah Progresif*. UIN Walisongo Semarang.
- Anshori, R. O., & Sianturi, R. (2023). Hubungan Efikasi Diri Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Baru S1 Keperawatan Stikes Swasta X Kota Bekasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 6(3), 741–753. Retrieved From <https://journalppnijatengorg/index.php/jikj%0AHUBUNGAN>
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging Adulthood*. New York: Oxford University Press.
- Azzahra, S. P., Azmi, K. N., & Ramadhayanti, N. (2023). Self Efficacy Pada Mahasiswa Yang Mengalami Quarter Life Crisis Di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. *Parade Riset ...*, 1(1), 331–342. Retrieved From <https://ejurnal.ubharajaya.ac.id/index.php/PRI/article/download/2301/1337>
- Bandura, A. (1998). Albert Bandura Self-Efficacy: The Exercise Of Control. *W.H Freeman And Company New York*, Vol. 43, Pp. 1–602.
- Corsini, R. J. (2004). *The Concise Corsini Encyclopedia Of Psychology And Behavioral Science*. Canada: John Wiley & Sons.
- Creswell, J. W. (2009). *Research Design Qualitative, Quantitative And Mixed Methods Approaches (Third Edition)*. California: SAGE Publication.
- El Hasbi, A. Z., Damayanti, R., Hermina, D., & Mizani, H. (2023). Penelitian Korelasional. *Al-Furqan : Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(6), 784–808.
- Fabriar, S. R. (2020). Agama, Modernitas Dan Mentalitas: Implikasi Konsep Qana'ah Hamka Terhadap Kesehatan Mental Silvia. *Muharrrik: Jurnal Dakwah Dan Sosial*, 3(02), 227–243. <https://doi.org/10.37680/Muharrrik.V3i02.465>
- Fischer, K. (2008). Ramen Noodles, Rent And Resumes: An After-College Guide To Life. In *Africa's Potential For The Ecological Intensification Of Agriculture* (Vol. 53).
- Ghazali, A. (2013). *Ihya' Ulumuddin: Menghidupkan Kembali Ilmu-Ilmu Agama: Saar Dan Syukur Jilid 8.Pdf* (8th Ed.). Republika.
- Gibson, J. L., Ivancevich, J. M., Donnelly, J. H., & Konopaske, R. (2012). *Organization: Behavior, Structure, Processes 14th Edition*. New York: Mcgraw-Hill.
- Ginting, P., & Argasiam, B. (2022). Quarterlife Crisis Ditinjau Dari Self Acceptance Pada Warga Yang Indekos Di Kelurahan Pandansari Kota Semarang. *Jurnal IMAGE*, 02(2), 20–31.
- Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran Religiusitas Terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) Pada Mahasiswa. *Gadjah Mada Journal Of Psychology (Gamajop)*, 5(2), 129. <https://doi.org/10.22146/Gamajop.48948>
- Hamka. (2015). *Tasawuf Modern*. Jakarta: Republika.
- Hidayati, F., & Muttaqien, F. (2020). Hubungan Self Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2015. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 5(1), 75. <https://doi.org/10.22373/Psikoislamedia.V5i1.6302>

- Imanti, V., Taufik, T., & Ruhaena, L. (2025). Tren Penelitian Surrender to God: Tinjauan Bibliometrik 2014-2024. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 6(3), 220. <https://doi.org/10.24014/pib.v6i3.37911>
- Indah Ramadani Putri, D., Hafnidar, & Julistia Rini. (2023). Gambaran Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi Universitas Malikussaleh. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 324–341. Retrieved From <https://ojs.unimal.ac.id/index.php/jpt/index>
- Izzatunissa, F. (2023). Peranan Maqamat Tasawuf Dalam Kesehatan Mental Manusia Modern. *Gunung Djati Conference Series*, 19, 332–342.
- Jihan Fahira, Muh. Daud, & Dian Novita Siswanti. (2023). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Quarter Life Crisis Pada Alumni Dari Tiga Perguruan Tinggi Di Kota Makassar. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(5), 960–967. <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i5.2246>
- Kamalia, M., Halimatussadiyah, & Ari, A. W. (2022). Makna Qana ' Ah Dan Implementasinya Di Masa Kini ( Kajian Tafsir Tahlili QS . Al-Hajj , 22 : 36 ). *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Quran, Tafsir Ddan Pemikiran Islam*, 3(1).
- Khalikurrahman. (2023). Studi Qana'ah Sebagai Media Penghilang Stres Khalikurrahman Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Gunung Djati Conference Series*, 19, 72–85.
- Lismawanti, T. D., Muslimah, A. I., & Ekasari, A. (2022). Emotional Intelligence Dan Self Efficacy Terhadap Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal. *SOUL: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 14(2), 41–55.
- Murphy, M. (2011). Emerging Adulthood In Ireland: Is The Quarter-Life Crisis A Common Experience? *Thesis Of Family And Community Studies*, (September), 1–44. Retrieved From <https://pdfs.semanticscholar.org/0f75/A32d8463a5b30b4c5c435219805e33a73eeb.pdf>
- Nash, R. J., & Murray, M. C. (2010). *Helping College Students Find Purpose: The Campus Guide To Meaning-Making*. San Fransisco: USA: Jossey-Bass.
- Nisa, L. F. (2023). *Hubungan Antara Kana'ah Dan Kebersyukuran Dengan Kecemasan Masa Depan Pada Mahasantri Di Uin Raden Mas Said Surakarta*. UIN Raden Mas Said Surakarta.
- Nugsria, A., Pratitis, N. T., & Arifiana, I. Y. (2023). Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal: Bagaimana Peranan Kecerdasan Emosi? *INNER: Journal Of Psychological Research*, 3(1), 1–10. Retrieved From <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/837>
- Oei, A., Sendow, G. M., & Lumantow, R. Y. (2022). *Mahasiswa Fakultas Ekonomi & Bisnis Universitas Sam Ratulangi The Influence Of Motivation And Self-Efficacy On Entrepreneurial Intention Of Students Of The Faculty Of Economics & Business Journal Emba*. 10(4), 1007–1017.
- Purba, D. S., Tarigan, W. J., Sinaga, M., & Tarigan, V. (2021). Pelatihan Penggunaan Software SPSS Dalam Pengolahan Regressi Linear Berganda Untuk Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Simalungun Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Karya Abdi*, 5(2), 202–208.
- Putra, R. R., & Aulia, F. (2024). Hubungan Efikasi Diri Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Yang Mengikuti Organisasi Di Universitas Negeri Padang. *Arzusin*, 4(2), 354–366. <https://doi.org/10.58578/arzusin.v4i2.2730>
- Putri, S. A., & Fatmawati, Z. N. (2023). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 9(3), 394–402.
- Qonita, D. N., & Pupitadewi, N. W. (2022). Hubungan Quarter Life Crisis Dengan Turnover

- Intention Pada Generasi Milenial Kota Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 1–12.
- Ramadhanty, C., & Nurjannah. (2023). Implementasi Qanaah Terhadap Rasa Rendah Diri ( Inferiority ). *Nathiqiyah: Jurnal Psikologi Islam*, 6(1), 26–33. <https://doi.org/10.46781/Nathiqiyah.V6i1.743>
- 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>. Pdf. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(1), 1–8.
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). Quarterlife Crisis : The Unique Challenges Of Life In Your Twenties. In *Penguin Putnam*. Retrieved From <http://www.amazon.com/Dp/1585421065>
- Saifuddin, A. (2020a). *Penyusunan Skala Psikologi (Pertama)*. Jakarta: Kencana.
- Saifuddin, A. (2020b). *Penyusunan Skala Psikologi*. Jakarta: Kencana.
- Sandaputri, Y. T., & Mariyati, L. I. (2024). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Di Usia Dewasa. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(1), 416–426. <https://doi.org/10.31316/Gcouns.V9i1.6422>
- Sandriani, I., Suroso, & Arifiana, I. Y. (2024). Efikasi Diri Sebagai Upaya Mengurangi Dampak Quarter Life Crisis Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 02(04), 74–82.
- Saputro, I., Hasanti, A. F., & Nashori, F. (2017). Qana'ah Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Kepuasan Hidup Dan Stres. *JIPP: Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, 3(1).
- Schermerhorn, J. R., Hunt, J. G., & Osborn, R. N. (2011). *Organizational Behavior 7th Edition*. USA: John Wiley & Sons.
- Setiawan, N. A., & Milati, A. Z. (2022). Hubungan Antara Harapan Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Yang Mengalami Toxic Relationship. *ANFUSINA: Journal Of Psychology*, 5(1), 13–24. <https://doi.org/10.24042/Ajp.V5i1.13985>
- Setyabudi, A., Septiana, L., & Mahendra, B. E. (2024). Memahami Asumsi Klasik Dalam Analisis Statistik : Sebuah Kajian Mendalam Tentang Multikolinearitas, Heterokedastisitas, Dan Autokorelasi Dalam Penelitian. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 03(01), 1–11.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sujarweni, W. (2014). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Usmadi. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas Dan Uji Normalitas). *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 7(1), 50–62.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *PERSPEKTIF : Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102.
- Zharifa, F. S., Magistravia, E. G. R., Febrianti, R. A., Jati, R. P. K. A., & Maharani, S. D. (2023). Dinamika Quarter Life Crisis Dalam Perspektif Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 6(3), 328–336.