



HUBUNGAN MAKNA HIDUP DAN QUARTER LIFE CRISIS PADA GENERASI Z YATIM/PIATU

Jolanda Chatarina Wibawa¹, Riana Sahrani²

Universitas Tarumanagara^{1,2}

e-mail: jolandachatarinaa@gmail.com¹, rianas@fpsi.untar.ac.id²

Diterima: 6/12/2025; Direvisi: 24/03/2026; Diterbitkan: 28/03/2026

ABSTRAK

Quarter life crisis merupakan salah satu tantangan perkembangan yang sering dialami Generasi Z, terutama pada individu yang menghadapi kerentanan psikologis akibat kehilangan orang tua. Namun, penelitian mengenai faktor psikologis yang berkaitan dengan *quarter life crisis* pada Generasi Z yatim/piatu masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara makna hidup dan *quarter life crisis* pada Generasi Z yatim/piatu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan penelitian berjumlah 392 individu Generasi Z yang kehilangan satu atau kedua orang tua, yang diperoleh melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) dan *Quarter Life Crisis Scale* (QLCS). Analisis data dilakukan dengan uji korelasi Spearman's rho. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara makna hidup dan *quarter life crisis* ($r_s = -0.546$, $p < 0.001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi makna hidup, semakin rendah *quarter life crisis* pada Generasi Z yatim/piatu. Hasil ini mengindikasikan bahwa makna hidup berkaitan dengan kondisi psikologis yang lebih adaptif pada kelompok tersebut. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi psikologis yang berfokus pada penguatan makna hidup pada kelompok rentan.

Kata Kunci: *Generasi Z, Makna Hidup, Quarter Life Crisis, Yatim/Piatu*

ABSTRACT

Quarter life crisis is one of the developmental challenges commonly experienced by Generation Z, particularly among individuals who face psychological vulnerability due to parental loss. However, studies examining psychological factors associated with quarter life crisis among Generation Z individuals who have lost one or both parents remain limited. This study aimed to examine the relationship between meaning in life and quarter life crisis among Generation Z individuals who had lost one or both parents. This study employed a quantitative approach with a correlational design. The participants were 392 Generation Z individuals who had lost one or both parents, recruited using purposive sampling. Data were collected using the Meaning in Life Questionnaire (MLQ) and the Quarter Life Crisis Scale (QLCS). The data were analyzed using Spearman's rho correlation. The results showed a significant negative relationship between meaning in life and quarter life crisis ($r_s = -0.546$, $p < .001$). These findings indicate that higher meaning in life was associated with lower quarter life crisis among bereaved Generation Z individuals. The findings suggest that meaning in life is related to more adaptive psychological functioning in this group. This study may serve as a basis for developing psychological interventions focused on strengthening meaning in life among vulnerable populations.

Keywords: *Generation Z, Meaning in Life, Orphan, Quarter Life Crisis*



PENDAHULUAN

Anak yatim atau piatu merupakan kelompok yang rentan secara psikososial karena kehilangan orang tua pada tahap perkembangan yang sangat penting. Kehilangan ini tidak hanya mengurangi dukungan fisik, emosional, sosial, dan ekonomi yang dibutuhkan dalam proses tumbuh kembang, tetapi juga dapat memengaruhi rasa aman, kestabilan emosi, kemampuan membangun relasi, serta pembentukan identitas diri. Pada masa kanak-kanak dan remaja, orang tua berperan sebagai figur keterikatan yang memberi perlindungan, validasi, dan arahan dalam memahami lingkungan sosial. Ketika peran tersebut hilang, individu dapat mengalami hambatan dalam regulasi emosi, kesulitan menghadapi stres, dan keraguan dalam memaknai dirinya, yang dalam beberapa kasus dapat berlanjut hingga dewasa awal, terutama jika kehilangan terjadi pada fase perkembangan psikologis yang krusial. Di Indonesia, jumlah anak yatim/piatu diperkirakan melebihi empat juta orang, sehingga kesejahteraan psikologis kelompok ini perlu memperoleh perhatian serius (Setiawan, 2021; Wetarini & Lesmana, 2018).

Pada masa dewasa awal, kehilangan orang tua dapat menimbulkan dampak psikologis yang lebih kompleks karena individu sedang berada dalam fase transisi yang sarat dengan berbagai tuntutan perkembangan. Pada tahap ini, individu perlu membangun identitas diri, menentukan arah dan tujuan hidup, melanjutkan pendidikan atau memasuki dunia kerja, serta mengembangkan hubungan interpersonal yang lebih matang. Situasi tersebut menjadi semakin menantang bagi Generasi Z, yaitu kelompok yang tumbuh di tengah perubahan sosial yang cepat dan lingkungan digital yang sangat intens. Dalam penelitian ini, Generasi Z difokuskan pada individu berusia 18–27 tahun yang sedang berada pada masa transisi menuju dewasa awal.

Generasi Z umumnya hidup dalam arus informasi yang cepat, paparan media sosial yang tinggi, serta budaya yang menekankan pencapaian, produktivitas, dan keberhasilan di usia muda (Badan Pusat Statistik, 2023). Kondisi ini membuat mereka lebih rentan menghadapi *quarter life crisis* karena adanya tekanan untuk segera berhasil dan memenuhi standar sosial dalam waktu yang relatif singkat (Rosyiddin & Afandi, 2023; Sadri et al., 2024). Selain itu, paparan terus-menerus terhadap pencapaian teman sebaya dan gambaran hidup ideal di media digital dapat memicu perbandingan sosial, memperkuat perasaan tertinggal, menimbulkan keraguan terhadap pilihan hidup, serta meningkatkan kecemasan akan masa depan, termasuk kecemasan karier (Adrian & Sahrani, 2021; Rahmadani & Sahrani, 2021). Kerentanan ini menunjukkan bahwa tantangan perkembangan pada Generasi Z tidak hanya berasal dari tuntutan internal, tetapi juga dari tekanan sosial dan digital yang lebih kuat dibandingkan generasi sebelumnya.

Fenomena tersebut berkaitan erat dengan *quarter life crisis* (QLC), yaitu kondisi krisis psikologis yang muncul pada awal masa dewasa ketika individu menghadapi kebingungan arah hidup, keraguan identitas, ketidakpastian masa depan, tekanan sosial, serta tuntutan untuk mengambil keputusan penting dalam hidupnya (Afandi et al., 2023). Fenomena ini telah banyak dibahas sebagai pengalaman khas pada dewasa awal Generasi Z, baik dalam kajian konseptual maupun penelitian empiris di Indonesia (Rosyiddin & Afandi, 2023; Sadri et al., 2024; Fahriansyah & Paryontri, 2025). *Quarter life crisis* umumnya ditandai oleh rasa cemas, kehilangan kontrol, ketidakpuasan terhadap pencapaian diri, serta perasaan stagnan atau tertinggal dibandingkan orang lain. Pada individu yang kehilangan satu atau kedua orang tua, pengalaman ini dapat menjadi lebih berat karena mereka sering memiliki dukungan emosional yang lebih terbatas, berkurangnya figur panutan, serta beban penyesuaian hidup yang lebih besar (Aulia et al., 2025). Selain itu, sebagian dari mereka juga dapat menghadapi kesulitan



ekonomi, ketidakstabilan tempat tinggal, atau keterbatasan akses pendidikan yang semakin memperkuat rasa tidak aman terhadap masa depan. Oleh karena itu, Generasi Z yatim/piatu merupakan kelompok yang perlu mendapat perhatian khusus dalam penelitian mengenai *quarter life crisis*.

Dalam menghadapi kondisi tersebut, makna hidup menjadi aspek yang sangat penting. Makna hidup membantu individu memahami tujuan, nilai, serta alasan dari pengalaman hidup mereka. Steger et al. (2006) menyatakan bahwa keberadaan makna hidup dapat memberikan arah, motivasi, serta rasa koherensi yang membantu seseorang menghadapi tekanan psikologis. Pada individu yatim/piatu, proses menemukan makna hidup dapat berfungsi sebagai mekanisme untuk memaknai pengalaman kehilangan, membangun ketahanan psikologis, serta menciptakan orientasi masa depan yang lebih positif. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa makna hidup dapat membantu menurunkan tingkat stres, mengurangi gejala kecemasan, serta mencegah munculnya krisis eksistensial pada dewasa awal (Ratih et al., 2024). Individu yang memiliki makna hidup yang kuat cenderung lebih mudah menghadapi tantangan dan tekanan karena mereka memiliki gambaran mengenai tujuan dan nilai hidup yang ingin dicapai. Meskipun demikian, penelitian yang mengkaji hubungan antara makna hidup dan QLC pada kelompok yatim/piatu, khususnya pada Generasi Z, masih sangat terbatas. Kebanyakan penelitian sebelumnya meneliti populasi umum, bukan kelompok dengan pengalaman kehilangan yang signifikan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan dalam literatur mengenai hubungan makna hidup dan *quarter life crisis* pada Generasi Z yatim/piatu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara makna hidup dan *quarter life crisis* pada Generasi Z yatim/piatu. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara makna hidup dan *quarter life crisis* pada Generasi Z yatim/piatu, sehingga semakin tinggi makna hidup, semakin rendah *quarter life crisis* yang dialami.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional, yaitu metode yang digunakan untuk mengkaji hubungan antara dua variabel tanpa melakukan manipulasi terhadap kondisi partisipan. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui sejauh mana makna hidup berhubungan dengan QLC pada Generasi Z yang berstatus yatim atau piatu. Melalui desain ini, peneliti dapat melihat kecenderungan arah hubungan kedua variabel serta kekuatan keterkaitannya secara statistik. Penggunaan desain korelasional juga memungkinkan peneliti memperoleh gambaran empiris mengenai bagaimana tingkat makna hidup dapat berhubungan dengan tingkat QLC yang dialami individu. Desain ini menjadi relevan karena menyesuaikan dengan tujuan penelitian yang tidak meneliti sebab-akibat, melainkan fokus pada pola hubungan antarvariabel dalam populasi yang diteliti.

Penelitian ini melibatkan 392 partisipan yang merupakan bagian dari Generasi Z dengan rentang usia 18 hingga 27 tahun. Seluruh partisipan memiliki pengalaman kehilangan salah satu atau kedua orang tua, sehingga berstatus yatim, piatu, atau yatim-piatu. Pemilihan partisipan dilakukan menggunakan teknik purposive sampling, karena penelitian ini membutuhkan individu dengan karakteristik khusus yang relevan dengan tujuan penelitian. Partisipan berasal dari beragam latar belakang pendidikan, mulai dari SMA/SMK hingga pendidikan tinggi, serta berasal dari berbagai wilayah di Indonesia. Penelitian juga mempertimbangkan variasi karakteristik seperti jenis kelamin, domisili, dan status kehilangan orang tua untuk memastikan bahwa sampel mencerminkan keragaman populasi yatim/piatu pada kelompok usia dewasa

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi



<https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1>



awal. Jumlah partisipan sebanyak 392 orang dinilai memadai untuk menghasilkan kekuatan analisis yang kuat serta memungkinkan penarikan kesimpulan yang valid mengenai hubungan antara makna hidup dan *quarter life crisis* pada kelompok target.

Prosedur penelitian dimulai dengan penyusunan instrumen penelitian yang mencakup informed consent, kuesioner demografis, serta skala makna hidup dan QLC. Seluruh instrumen diterapkan dalam bentuk kuesioner daring melalui Google Form, sehingga memudahkan jangkauan partisipan yang tersebar di berbagai daerah. Sebelum mengisi kuesioner, partisipan diminta untuk membaca dan menyetujui informed consent yang berisi tujuan penelitian, penjelasan mengenai kerahasiaan data, serta informasi bahwa partisipasi bersifat sukarela tanpa adanya paksaan. Penyebaran kuesioner dilakukan melalui media sosial, komunitas, dan jaringan relawan yang relevan agar dapat menjangkau individu yang sesuai dengan kriteria penelitian. Proses pengumpulan data berlangsung pada bulan September 2025 hingga bulan Oktober 2025. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan pemeriksaan data untuk memastikan bahwa tidak terdapat pengisian ganda atau data yang tidak lengkap sebelum melanjutkan ke tahap analisis statistik.

Instrumen penelitian ini terdiri atas dua skala utama, yaitu *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) dan *Quarter Life Crisis Scale* (QLCS), yang digunakan untuk mengukur variabel makna hidup dan *quarter life crisis*. Kedua instrumen tersebut dipilih karena relevan dengan tujuan penelitian dan telah digunakan dalam berbagai studi psikologi. Selain itu, MLQ dan QLCS memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi, sehingga dinilai mampu menghasilkan data yang konsisten dan dapat dipercaya. Oleh karena itu, kedua skala ini dianggap tepat untuk digunakan dalam mengukur makna hidup dan *quarter life crisis* pada Generasi Z yatim/piatu.

Pertama, MLQ dikembangkan oleh Steger et al. (2006) untuk menilai sejauh mana individu merasakan keberadaan makna dalam hidupnya serta usaha individu dalam mencari makna tersebut. MLQ terdiri dari 10 item yang terbagi ke dalam dua dimensi utama, yaitu *Presence of Meaning* (keberadaan makna), yang mengukur sejauh mana seseorang merasa bahwa hidupnya bermakna, dan *Search for Meaning* (pencarian makna), yang mengukur seberapa besar usaha individu dalam menemukan tujuan hidupnya. Setiap item dijawab menggunakan skala Likert 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju). Contoh pernyataan pada skala ini adalah “Saya memahami makna dalam hidup saya” untuk dimensi presence dan “Saya sedang mencari sesuatu yang membuat hidup saya bermakna” untuk dimensi search. Instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik pada penelitian ini, dengan nilai Cronbach’s Alpha sebesar 0.895, yang menunjukkan konsistensi internal yang kuat.

Kedua, QLCS dikembangkan oleh Afandi et al. (2023) untuk mengukur tingkat krisis yang dialami individu pada fase dewasa awal. Skala ini terdiri dari 26 item yang mencakup tiga dimensi utama, yaitu *Identity Crisis* (krisis identitas), *Social Pressure* (tekanan sosial), dan *Future Uncertainty* (ketidakpastian masa depan). Setiap item diisi menggunakan skala Likert 1 (sangat tidak setuju) hingga 4 (sangat setuju). Contoh pernyataan pada QLCS antara lain “Saya merasa bingung mengenai siapa diri saya sebenarnya” pada dimensi krisis identitas, serta “Saya merasa berada di bawah tekanan untuk mengikuti standar sosial tertentu” pada dimensi tekanan sosial. Instrumen ini menunjukkan reliabilitas yang sangat tinggi dalam penelitian ini, dengan nilai Cronbach’s Alpha sebesar 0.969, menandakan bahwa semua item dalam skala tersebut sangat konsisten dalam mengukur *quarter life crisis*.

Selain kedua skala utama tersebut, penelitian ini juga menggunakan kuesioner demografis yang berisi informasi mengenai usia, jenis kelamin, status kehilangan orang tua, tingkat



pendidikan, dan domisili, untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik partisipan. Seluruh instrumen diterapkan dalam Bahasa Indonesia dan telah melalui proses pemeriksaan oleh dosen pembimbing untuk memastikan kesesuaian konteks dengan populasi penelitian. Instrumen juga dibagikan secara daring sehingga memudahkan partisipan dalam memahami serta menjawab setiap item dengan bebas dan nyaman.

Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS. Dalam penelitian kuantitatif, pemilihan teknik analisis statistik perlu disesuaikan dengan tujuan penelitian dan karakteristik data yang diperoleh (Akbar et al., 2023). Tahap awal analisis meliputi statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik partisipan dan kecenderungan skor pada masing-masing variabel penelitian. Uji asumsi yang dilakukan mencakup uji normalitas dan uji linearitas untuk menentukan teknik analisis inferensial yang paling sesuai. Karena data menunjukkan distribusi yang tidak normal dan hubungan antarvariabel yang tidak sepenuhnya linear, maka analisis utama menggunakan korelasi Spearman's rho untuk menguji hubungan antara makna hidup dan quarter life crisis.

Pemilihan uji Spearman's rho didasarkan pada karakteristik data yang lebih sesuai dianalisis dengan pendekatan nonparametrik. Uji ini digunakan untuk mengetahui arah hubungan sekaligus kekuatan hubungan antara dua variabel yang diteliti. Dengan demikian, penggunaan Spearman's rho dinilai tepat untuk menjawab tujuan utama penelitian. Hasil analisis kemudian diinterpretasikan berdasarkan nilai koefisien korelasi dan tingkat signifikansi yang diperoleh.

Analisis tambahan dilakukan untuk melihat perbedaan tingkat quarter life crisis berdasarkan karakteristik demografis, yaitu jenis kelamin, status kehilangan orang tua, usia, dan pendidikan terakhir. Analisis ini bertujuan memberikan gambaran yang lebih rinci mengenai variasi quarter life crisis pada kelompok partisipan yang berbeda. Namun, analisis tersebut perlu diinterpretasikan secara hati-hati dan disesuaikan dengan pemenuhan asumsi statistik pada masing-masing kelompok data. Apabila asumsi parametrik tidak terpenuhi, maka penggunaan uji nonparametrik, seperti *Mann-Whitney U* atau *Kruskal-Wallis*, lebih tepat dipertimbangkan pada tahap analisis lanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 392 responden yang merupakan Generasi Z yatim/piatu, yaitu individu yang lahir antara tahun 1997 hingga 2007.

Tabel 1. Demografi Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persen
Laki-laki	155	39.5
Perempuan	237	60.5
Total	392	100.0

Berdasarkan Pada tabel 1 Penelitian ini melibatkan 392 partisipan Generasi Z yatim/piatu berusia 18–27 tahun. Berdasarkan karakteristik demografis, partisipan terdiri atas 155 laki-laki (39.5%) dan 237 perempuan (60.5%). Berdasarkan status kehilangan orang tua, partisipan mencakup kelompok piatu, yatim, dan yatim-piatu. Komposisi sampel ini menunjukkan bahwa



penelitian telah menjangkau kelompok partisipan yang cukup beragam untuk menggambarkan kondisi Generasi Z yang kehilangan satu atau kedua orang tua.

Tabel 2. Demografi Partisipan Berdasarkan Status

Status	Frekuensi	Persen
Piatu	96	24.5
Yatim	216	55.1
Yatim Piatu	80	20.4
Total	392	100.0

Berdasarkan tabel 2 data yang diperoleh dari 392 partisipan penelitian, diketahui bahwa sebanyak 96 (24.5%) partisipan berstatus piatu, 216 (55.1%) partisipan berstatus yatim, dan 80 (20.4%) partisipan berstatus yatim piatu.

Tabel 3. Demografi Partisipan Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persen
18	6	1.5
19	4	1.0
20	18	4.6
21	53	13.5
22	83	21.2
23	52	13.3
24	52	13.3
25	58	14.8
26	50	12.8
27	16	4.1
Total	392	100.0

Berdasarkan pada tabel 3. data yang diperoleh, partisipan terdiri dari usia 18-27 tahun. Partisipan terbanyak berusia 22 tahun dengan jumlah 83 (21.2%) partisipan.

Tabel 4. Demografi Partisipan Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persen
SMA/SMK Sederajat	118	30.1
Diploma	46	11.7
S1	225	57.4
S2	3	8
Total	392	100.0

Berdasarkan tabel 4 data yang diperoleh, partisipan terdiri dari SMA/SMK Sederajat, Diploma, S1, dan S2. Partisipan terbanyak adalah S1 dengan jumlah 225 (57.4%) partisipan.

Demografi Partisipan Berdasarkan Lokasi Tempat Tinggal

Berdasarkan data demografis penelitian, sebanyak 392 partisipan berpartisipasi dalam penelitian ini. Partisipan terdiri dari 155 laki-laki dan 237 perempuan. Dari segi status kehilangan orang tua, 216 partisipan berstatus yatim, 96 berstatus piatu, dan 80 merupakan yatim piatu. Rentang usia partisipan berada pada 18–27 tahun, dengan usia paling dominan adalah 22 tahun sebanyak 83 orang (21.2%).

Tabel 5. Kategorisasi Makna Hidup

Keterangan	N	Frekuensi	Presentase
Rendah	392	145	37%
Tinggi	392	247	63%

Berdasarkan tabel 5, hasil kategorisasi variabel makna hidup, sebanyak 392 partisipan berhasil dikelompokkan ke dalam dua kategori utama. Dari keseluruhan partisipan tersebut, sebanyak 145 individu (37%) termasuk ke dalam kategori makna hidup rendah, sedangkan 247 individu (63%) berada pada kategori makna hidup tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki tingkat makna hidup yang cenderung lebih tinggi. Temuan tersebut juga selaras dengan nilai mean empiris sebesar 5.5385 yang berada di atas mean hipotetik skala tujuh poin, sehingga mengindikasikan bahwa sebagian besar partisipan cenderung memberikan respons positif terhadap pernyataan-pernyataan pada skala makna hidup. Dengan kata lain, mayoritas partisipan menunjukkan kemampuan untuk memahami arah, tujuan, dan nilai dalam kehidupan mereka, meskipun mereka berasal dari kelompok yang mengalami kehilangan orang tua. Secara keseluruhan, pola distribusi ini menegaskan bahwa tingkat makna hidup pada Generasi Z yatim/piatu dalam penelitian ini berada pada kecenderungan tinggi.

Tabel 6. Kategorisasi QLC

Keterangan	N	Frekuensi	Presentase
Rendah	392	246	62.8%
Tinggi	392	146	37.2%

Berdasarkan tabel 6. hasil kategorisasi variabel QLC, sebanyak 392 partisipan berhasil dikelompokkan ke dalam dua kategori utama, yaitu rendah dan tinggi. Dari keseluruhan partisipan tersebut, sebanyak 246 individu (62.8%) termasuk dalam kategori QLC rendah, sedangkan 146 individu (37.2%) berada pada kategori QLC tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan mengalami tingkat QLC yang relatif rendah. Hal tersebut juga sejalan dengan nilai mean empiris sebesar 1.9653 yang berada di bawah mean hipotetik skala empat poin (2.5), sehingga mengindikasikan bahwa secara umum partisipan lebih banyak memberikan respons yang mencerminkan tingkat krisis seperempat abad yang rendah. Dengan demikian, sebagian besar Generasi Z yatim/piatu dalam penelitian ini cenderung tidak mengalami tekanan, kebingungan arah hidup, atau ketidakpastian masa depan yang terlalu tinggi. Pola ini menegaskan bahwa tingkat QLC pada partisipan cenderung berada pada taraf

rendah, meskipun sebagian lainnya tetap menunjukkan skor tinggi dan memerlukan perhatian lebih terkait tantangan perkembangan menuju dewasa awal.

Tabel 7. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Asymp.Sig (2-tailed)	Keterangan
Makna Hidup dan QLC	0.000	Data Tidak Terdistribusi Normal

Berdasarkan tabel 7, Uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, dengan nilai signifikansi 0.000. Selanjutnya, uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara makna hidup dan QLC tidak sepenuhnya linear, karena terdapat penyimpangan dari linearitas. Berdasarkan temuan tersebut, analisis hubungan antarvariabel dilakukan menggunakan korelasi Spearman's rho, yang lebih sesuai untuk data nonparametrik. Pemilihan teknik analisis ini menunjukkan bahwa pengujian hubungan dalam penelitian dilakukan sesuai dengan karakteristik data yang diperoleh.

Tabel 8. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Sig	Keterangan
Makna Hidup dan QLC	2.896	0.000	Terdapat Hubungan Negatif

Selanjutnya, berdasarkan tabel 8. uji linearitas dilakukan untuk melihat apakah hubungan antara variabel makna hidup dan QLC mengikuti pola hubungan linear. Berdasarkan output ANOVA *Test for Linearity*, diperoleh nilai signifikansi pada baris *Linearity* sebesar $p = 0.000$ (< 0.05) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel. Namun, pada baris *Deviation from Linearity*, diperoleh nilai signifikansi $p = 0.000$ (< 0.05) yang berarti terdapat penyimpangan dari linearitas. Dengan kata lain, hubungan antara makna hidup dan QLC tidak sepenuhnya linear.

Meskipun demikian, analisis korelasi dalam penelitian ini menggunakan Spearman Rho, yang merupakan teknik non-parametrik dan tidak mensyaratkan hubungan linear, sehingga hasil uji linearitas tidak mengganggu kelayakan analisis utama.

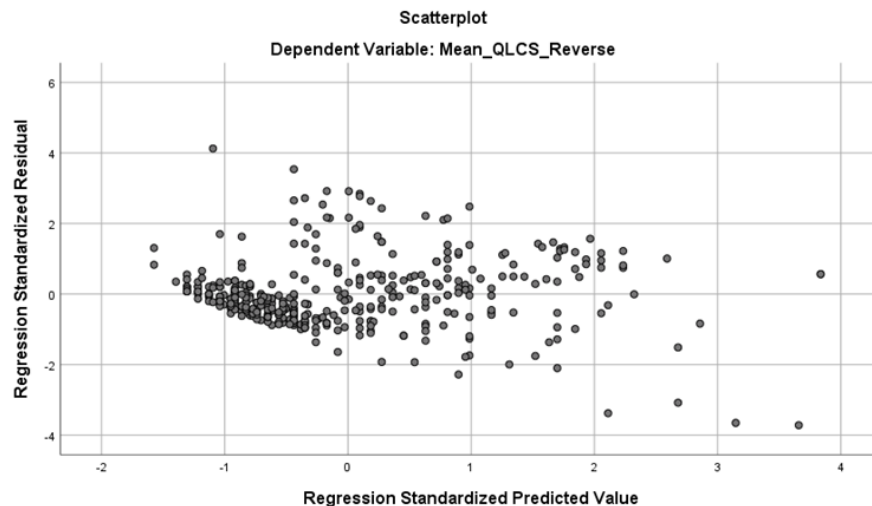
Tabel 9. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	N	Tolerance >0.10	VIF <10.00	Keterangan
MLQ	392	0.965	1.036	Tidak terjadi multikolinearitas
Status	392	0.965	1.036	Tidak terjadi multikolinearitas

Berikutnya, Pada tabel 9 peneliti melakukan uji multikolinearitas yang bertujuan memastikan bahwa antarvariabel independen dalam model tidak memiliki korelasi yang terlalu tinggi. Uji ini dilihat melalui dua indikator, yaitu nilai Tolerance (> 0.10) dan nilai Variance Inflation Factor atau VIF (< 10.00). Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas pada model penelitian. Kedua variabel independen yang digunakan, yaitu *makna hidup (MLQ)* dan *status*, memiliki nilai Tolerance sebesar 0.965 (> 0.10) dan nilai VIF

sebesar 1.036 (< 10.00). Hal ini menandakan bahwa masing-masing variabel independen tidak saling memengaruhi secara berlebihan.

Selanjutnya, peneliti melakukan uji heteroskedastisitas menggunakan grafik scatterplot untuk melihat apakah varians residual bersifat sama pada setiap nilai prediktor.



Gambar 1. Scatterplot Hasil Uji Heterokedastisitas

Berdasarkan gambar 1, Hasil scatterplot menunjukkan bahwa titik-titik residual menyebar secara acak di sekitar garis nol dan tidak membentuk pola tertentu. Hal ini menandakan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi yang digunakan. Dengan demikian, model memenuhi asumsi homoskedastisitas dan dapat dilanjutkan ke analisis berikutnya.

Berdasarkan uji asumsi, data tidak berdistribusi normal dan tidak memenuhi linearitas, sehingga analisis hubungan antarvariabel menggunakan korelasi Spearman Rho.

Tabel 10. Hasil Analisis Korelasi

Variabel	r	Sig (2-tailed)	Keterangan
Makna Hidup dan QLC	- 0.546	0.000	Terdapat Hubungan Negatif

Berdasarkan tabel 10, Analisis hubungan antara makna hidup dan QLC dilakukan menggunakan korelasi Spearman Rho karena data tidak berdistribusi normal. Hasil uji Spearman Rho menunjukkan bahwa makna hidup dan QLC memiliki hubungan negatif yang signifikan, dengan nilai koefisien korelasi $r = -0.546$ dan nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hasil ini sekaligus memperkuat pemilihan teknik korelasi Spearman dalam analisis selanjutnya. Temuan ini berarti bahwa semakin tinggi makna hidup yang dimiliki partisipan, maka semakin rendah tingkat *quarter life crisis* yang mereka alami.

Tabel 11. Hasil Uji Beda Variabel QLC berdasarkan Jenis Kelamin

Data Demografis	Keterangan Data	N	Rata-rata	P<0.05	Keterangan
Jenis kelamin	Laki-laki	155	-71.4452	0.000	Signifikan
	Perempuan	237	-75.5105		

Berdasarkan tabel 11. Pada analisis data tambahan ini, peneliti melakukan uji beda untuk melihat apakah tingkat (QLC) berbeda berdasarkan karakteristik demografis, yaitu jenis kelamin, status yatim/piatu, usia, dan pendidikan terakhir. Uji beda pertama dilakukan pada variabel jenis kelamin menggunakan Independent Sample T-Test. Hasil analisis menunjukkan bahwa partisipan laki-laki (N = 155) memiliki rata-rata QLC sebesar -71.44, sedangkan partisipan perempuan (N = 237) memiliki rata-rata -75.51. Selisih sebesar 3.97 poin ini mengindikasikan bahwa laki-laki cenderung memiliki tingkat QLC yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Nilai signifikansi yang diperoleh yaitu $p = 0.000 (< 0.05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan QLC yang signifikan antara laki-laki dan perempuan.

Selanjutnya, peneliti melakukan uji beda berdasarkan status yatim/piatu menggunakan One-Way ANOVA karena terdapat tiga kategori dalam variabel ini.

Tabel 12. Hasil Uji Beda Variabel QLC berdasarkan Status

Data Demografis	Keterangan Data	N	Rata-rata	P<0.05	Keterangan
Status	Yatim	218	-69.7407	0.000	Signifikan
	Piatu	96	-77.0417		
	Yatim Piatu	80	-81.3750		

Berdasarkan pada tabel 12. Hasilnya menunjukkan bahwa kelompok yatim (N = 218) memiliki rata-rata QLC tertinggi yaitu -69.74, disusul kelompok piatu (N = 96) dengan rata-rata -77.04, dan kelompok yatim piatu (N = 80) dengan rata-rata -81.37. Nilai signifikansi $p = 0.000 (< 0.05)$ menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan di antara ketiga kelompok tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa individu yang kehilangan ayah (yatim) cenderung memiliki tingkat QLC paling tinggi dibandingkan dua kelompok lainnya.

Tabel 13. Hasil Uji Beda Variabel berdasarkan Usia

Data Demografis	Keterangan Data	N	Rata-rata	P<0.05	Keterangan
Usia	18	6	-54.6667	0.001	Signifikan
	19	4	-71.7500		
	20	18	-66.3889		
	21	53	-68.6792		
	22	83	-73.5060		
	23	52	-76.2308		
	24	52	-78.2308		
	25	58	-77.7759		

26	50	-77.5800
27	16	-62.3125

Berdasarkan tabel 13. Pengujian berikutnya dilakukan berdasarkan usia menggunakan One-Way ANOVA. Hasil analisis menunjukkan nilai $p = 0.001 (< 0.05)$, yang berarti terdapat perbedaan tingkat QLC antar kelompok usia. Berdasarkan hasil pengolahan data, nilai rata-rata QLC tertinggi terdapat pada kelompok usia 18 tahun dengan skor -54.66.

Sementara itu, kelompok usia lainnya memiliki rata-rata yang bervariasi, mulai dari usia 19 hingga 27 tahun, namun tidak ada kelompok usia yang menunjukkan skor lebih tinggi daripada kelompok usia 18 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun setiap kelompok usia memiliki karakteristik rata-rata QLC yang berbeda, kelompok usia 18 tahun tetap menjadi kelompok dengan nilai rata-rata QLC tertinggi dalam penelitian ini.

Tabel 15. Hasil Uji Beda Variabel berdasarkan Pendidikan

Data Demografis Pendidikan	Keterangan Data	N	Rata-rata	P<0.05	Keterangan
	SMA/SMK/Sederajat	118	-71.6017	0.001	Signifikan
	Diploma	46	-83.0652		
	S1	225	-73.4578		
	S2	3	-57.333		

Berdasarkan tabel 15. peneliti menguji perbedaan QLC berdasarkan pendidikan terakhir. Hasil One-Way ANOVA menunjukkan nilai $p = 0.001 (< 0.05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan QLC yang signifikan antar kelompok pendidikan. Dari hasil rata-rata yang diperoleh, kelompok pendidikan S2 memiliki nilai QLC tertinggi dengan rata-rata -57.33. Kelompok lainnya, yaitu Diploma, S1, serta SMA/SMK, menunjukkan nilai rata-rata yang lebih rendah dari kelompok S2. Urutan rata-rata yang berbeda ini memperlihatkan adanya variasi tingkat QLC pada masing-masing kelompok pendidikan, dengan kelompok S2 sebagai kelompok yang memiliki nilai rata-rata tertinggi.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa makna hidup berhubungan negatif secara signifikan dengan quarter life crisis pada Generasi Z yatim/piatu. Temuan ini memperkuat berbagai kajian yang menunjukkan bahwa quarter life crisis merupakan fenomena yang nyata pada Generasi Z dan berkaitan dengan kebingungan arah hidup, tekanan sosial, serta kecemasan akan masa depan (Rosyiddin & Afandi, 2023; Sadri et al., 2024; Fahriansyah & Paryontri, 2025). Temuan ini sejalan dengan pandangan Steger et al. (2006) yang menempatkan makna hidup sebagai aspek penting dalam kesejahteraan psikologis karena memberikan arah, tujuan, dan rasa koherensi dalam menghadapi tekanan hidup. Selain itu, mayoritas partisipan dalam penelitian ini juga memiliki tingkat makna hidup yang tinggi dan tingkat *quarter life crisis* yang relatif rendah, yang menunjukkan bahwa kehilangan orang tua tidak selalu diikuti oleh kerentanan psikologis yang tinggi pada seluruh individu. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa sebagian individu kemungkinan telah mengembangkan cara pandang yang lebih adaptif terhadap pengalaman kehilangan, sehingga tetap mampu membangun orientasi masa depan,



mempertahankan fungsi psikologis, dan memaknai hidup secara lebih positif. Dengan demikian, kelompok yatim/piatu tidak dapat dipandang secara homogen sebagai kelompok yang selalu berada dalam kondisi krisis, karena terdapat variasi penyesuaian psikologis yang dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal, sejalan dengan temuan Aulia et al. (2025) bahwa kebermaknaan hidup membantu individu tetap memiliki arah hidup meskipun mengalami kehilangan orang tua.

Hasil ini juga mendukung temuan Ratih et al. (2024) yang menunjukkan bahwa makna hidup berkaitan dengan kondisi psikologis yang lebih adaptif pada dewasa awal. Individu yang memiliki tujuan dan nilai hidup yang jelas cenderung lebih mampu menafsirkan pengalaman sulit secara konstruktif, sehingga tidak mudah terjebak dalam kebingungan identitas atau kecemasan berkepanjangan. Dalam konteks *quarter life crisis*, hal ini menjadi penting karena masa dewasa awal merupakan fase yang sarat dengan tuntutan terkait pendidikan, pekerjaan, hubungan interpersonal, dan masa depan. Kajian berbasis analisis bahasa digital juga menunjukkan bahwa *quarter life crisis* sering muncul dalam narasi tentang ketidakpastian, pencarian identitas, dan tekanan hidup pada dewasa muda (Agarwal et al., 2020). Dengan demikian, makna hidup dapat dipahami sebagai faktor protektif yang berkaitan dengan menurunnya intensitas kebingungan, tekanan sosial, dan ketidakpastian yang menjadi ciri *quarter life crisis*.

Mayoritas partisipan dalam penelitian ini memiliki tingkat makna hidup yang tinggi dan tingkat *quarter life crisis* yang relatif rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa kehilangan orang tua tidak selalu diikuti oleh kerentanan psikologis yang tinggi pada seluruh individu. Sebagian partisipan kemungkinan telah mengembangkan cara pandang yang lebih adaptif terhadap pengalaman kehilangan, sehingga tetap mampu membangun tujuan hidup dan menjaga fungsi psikologisnya. Hasil ini juga selaras dengan Retnaningsih (2021) yang menekankan bahwa anak yatim/piatu tetap dapat berkembang secara adaptif apabila memiliki sumber daya psikologis dan dukungan yang memadai.

Secara perkembangan, *quarter life crisis* umumnya muncul pada masa transisi menuju dewasa awal. Dalam penelitian ini, partisipan usia 18 tahun menunjukkan tingkat *quarter life crisis* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Temuan tersebut sejalan dengan Putri et al. (2022) dan Afandi et al. (2023) yang menjelaskan bahwa fase awal dewasa merupakan periode yang penuh tekanan karena individu mulai berhadapan dengan tuntutan identitas, arah karier, relasi, dan ketidakpastian masa depan. Pada tahap ini, makna hidup dapat berfungsi sebagai penyangga psikologis yang membantu individu memandang masa transisi secara lebih terarah dan tidak semata-mata sebagai sumber ancaman.

Hasil uji beda juga menunjukkan bahwa partisipan laki-laki memiliki tingkat *quarter life crisis* yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Temuan ini dapat dipahami melalui kemungkinan adanya tuntutan peran sosial yang lebih besar pada laki-laki untuk tampil kuat, mandiri, dan siap menjadi penopang keluarga pada masa dewasa awal. Penjelasan tersebut sejalan dengan Hermawan dan Hidayah (2023) yang menunjukkan bahwa norma maskulinitas dalam masyarakat Indonesia dapat meningkatkan tekanan psikologis pada laki-laki. Meskipun demikian, interpretasi ini tetap perlu dilakukan secara hati-hati karena penelitian ini tidak secara langsung mengukur norma gender, beban keluarga, atau dukungan sosial sebagai variabel penjelas.

Berdasarkan status kehilangan orang tua, kelompok yatim dilaporkan memiliki tingkat *quarter life crisis* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok piatu dan yatim-piatu. Temuan ini



dapat dikaitkan dengan kemungkinan berkurangnya rasa aman, dukungan instrumental, atau persepsi kesiapan menghadapi masa depan akibat kehilangan ayah. Penjelasan ini sejalan dengan Ratih et al. (2024) yang menyoroti bahwa kerentanan psikologis pada Generasi Z dapat meningkat ketika individu menghadapi tekanan perkembangan tanpa sumber dukungan yang memadai. Namun, hasil ini tetap perlu dibaca secara hati-hati karena penelitian ini tidak mengukur secara langsung kualitas relasi keluarga, kondisi ekonomi, maupun dukungan pengganti setelah kehilangan orang tua.

Pada analisis berdasarkan pendidikan, partisipan dengan pendidikan S2 dilaporkan memiliki tingkat *quarter life crisis* tertinggi. Temuan ini tampak konsisten dengan Wijaya et al. (2024) yang menyatakan bahwa individu dengan pendidikan tinggi dapat menghadapi tekanan karier dan ekspektasi sosial yang lebih besar. Meskipun demikian, hasil ini perlu diinterpretasikan secara sangat hati-hati karena jumlah partisipan pada kelompok S2 sangat kecil, sehingga kestabilan reratanya terbatas. Oleh karena itu, perbedaan berdasarkan pendidikan lebih tepat dipahami sebagai temuan awal yang memerlukan pengujian lebih lanjut dengan distribusi sampel yang lebih proporsional.

Secara umum, hasil penelitian ini menegaskan bahwa makna hidup berkaitan dengan lebih rendahnya *quarter life crisis* pada Generasi Z yatim/piatu, yaitu kelompok yang memiliki kerentanan psikososial akibat kehilangan orang tua. Temuan ini memperluas literatur mengenai *quarter life crisis* dengan menyoroti pentingnya faktor psikologis internal pada kelompok rentan. Dari sisi praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk merancang intervensi psikologis yang berfokus pada penguatan makna hidup, seperti konseling berbasis makna, pendampingan psikososial, atau program pengembangan diri bagi dewasa awal yatim/piatu. Intervensi tersebut dapat diarahkan pada eksplorasi tujuan hidup, penguatan nilai personal, pelatihan refleksi diri, dan penyusunan rencana masa depan yang realistis agar individu lebih siap menghadapi tekanan perkembangan.

Selain itu, penguatan makna hidup akan lebih efektif apabila didukung oleh lingkungan sosial yang suportif. Dalam konteks ini, peran keluarga besar, pengasuh, teman sebaya, lembaga sosial, maupun pendamping profesional menjadi penting dalam membantu individu menghadapi *quarter life crisis* secara lebih adaptif. Temuan ini juga membuka ruang bagi penelitian lanjutan untuk menelaah apakah dukungan sosial berperan sebagai moderator atau mediator dalam hubungan antara makna hidup dan *quarter life crisis*. Kajian semacam ini penting agar penelitian berikutnya dapat menjelaskan secara lebih komprehensif bagaimana faktor internal dan eksternal bekerja secara bersamaan dalam mendukung penyesuaian psikologis Generasi Z yatim/piatu.

Penelitian ini juga memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, desain penelitian yang bersifat korelasional tidak memungkinkan peneliti untuk menarik kesimpulan sebab-akibat antara makna hidup dan *quarter life crisis*. Kedua, penggunaan teknik purposive sampling membatasi generalisasi hasil pada seluruh populasi Generasi Z yatim/piatu. Ketiga, seluruh data diperoleh melalui self-report, sehingga masih terdapat kemungkinan bias respons. Selain itu, beberapa hasil analisis tambahan perlu ditinjau ulang karena adanya ketidaksesuaian antara asumsi statistik, ukuran kelompok, dan format pelaporan rerata pada tabel.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara makna hidup dan *quarter life crisis* pada Generasi Z yatim/piatu. Temuan ini menunjukkan bahwa



semakin tinggi makna hidup yang dimiliki individu, semakin rendah kecenderungan mereka mengalami quarter life crisis. Hasil tersebut menegaskan bahwa makna hidup berkaitan dengan kondisi psikologis yang lebih adaptif pada kelompok dewasa awal yang kehilangan satu atau kedua orang tua. Penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan literatur mengenai quarter life crisis dengan menyoroti pentingnya faktor psikologis internal pada kelompok rentan, khususnya Generasi Z yatim/piatu. Temuan ini memperluas pemahaman bahwa pengalaman kehilangan orang tua tidak selalu berujung pada kerentanan psikologis yang seragam, karena individu tetap dapat menunjukkan penyesuaian yang lebih baik ketika memiliki arah, tujuan, dan kebermaknaan hidup. Dengan demikian, makna hidup dapat dipahami sebagai salah satu aspek penting yang berkaitan dengan kemampuan individu menghadapi tekanan perkembangan pada masa dewasa awal.

Dari sisi praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan program dukungan emosional dan psikologis bagi Generasi Z yatim/piatu. Program tersebut dapat diwujudkan dalam bentuk konseling individual maupun kelompok, pendampingan psikososial, pelatihan refleksi diri, serta kegiatan pengembangan diri yang membantu individu mengenali tujuan hidup, memperkuat nilai personal, dan membangun harapan terhadap masa depan. Selain itu, lembaga pendidikan, panti asuhan, komunitas sosial, konselor, dan psikolog dapat menggunakan temuan ini untuk merancang intervensi yang tidak hanya berfokus pada pengurangan distress, tetapi juga pada penguatan makna hidup sebagai sumber daya psikologis. Pendekatan ini penting agar Generasi Z yatim/piatu memiliki ruang yang aman untuk mengekspresikan emosi, memperoleh dukungan sosial, dan mengembangkan strategi yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan transisi menuju dewasa awal.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar peneliti mengkaji variabel lain yang berpotensi memengaruhi quarter life crisis, seperti dukungan sosial, resiliensi, strategi koping, dan kondisi ekonomi. Selain itu, penelitian berikutnya juga dapat menggunakan desain longitudinal atau melibatkan sampel yang lebih beragam agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika quarter life crisis pada Generasi Z yatim/piatu. Dengan demikian, penelitian lanjutan diharapkan mampu menjelaskan secara lebih mendalam faktor-faktor internal dan eksternal yang berperan dalam penyesuaian psikologis kelompok ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, K., & Sahrani, R. (2021). Relationship between fear of missing out (FoMO) and problematic smartphone use (PSU) in Generation Z with stress as a moderator. In *Proceedings of the International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021)*. Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.152>
- Afandi, M., Afandi, N. H., Afandi, S. A., & Erdayani, R. (2024). Measuring the difficulties of early adulthood: The development of the quarter life crisis scale. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 8(3), Article 15. <https://citeus.um.ac.id/jkbk/vol8/iss3/15>
- Agarwal, S., Guntuku, S. C., Robinson, O. C., Dunn, A., & Ungar, L. H. (2020). Examining the Phenomenon of Quarter-Life Crisis Through Artificial Intelligence and the Language of Twitter. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00341>
- Akbar, R., Sukmawati, U. S., & Katsirin, K. (2023). Analisis Data Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Pelita Nusantara*, 1(3), 430–448. <https://doi.org/10.59996/jurnalpelitanusantara.v1i3.350>
- Aulia, M., Junaidi, W., Adha, F. A., Suyida, N. A., Nurjihan, T., & Sari, K. (2025). Makna kebahagiaan pada remaja yatim piatu di Banda Aceh. *Syiah Kuala Psychology Journal*, 3(1). <https://doi.org/10.24815/skjp.v3i1.30772>



- Badan Pusat Statistik. (2023). *Proyeksi penduduk Indonesia 2020–2050 hasil sensus penduduk 2020* (No. Publikasi 04100.2304). Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/publication/2023/05/16/fad83131cd3bb9be3bb2a657/proyeksi-penduduk-indonesia-2020-2050-hasil-sensus-penduduk-2020.html>
- Fahriansyah, M. A. F., & Paryontri, R. A. (2025). Kajian Fenomenologis Tentang Fase Quarter Life Crisis (QLC) Pada Generasi Z Di Desa Gedangan. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(3), 1608–1620. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i3.7532>
- Hermawan, I., & Hidayah, N. (2023). Toxic masculinity dan tantangan kaum lelaki dalam masyarakat Indonesia modern. *Dimensia: Jurnal Kajian Sosiologi*, 12(2), 171–182. <https://doi.org/10.21831/dimensia.v12i2.60991>
- Putri, A. L. K., Lestari, S., & Khisbiyah, Y. (2022). A quarter-life crisis in early adulthood in Indonesia during the Covid-19 pandemic. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 28–47. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v7i1.15543>
- Rahmadani, R., & Sahrani, R. (2021). The role of stress during the COVID-19 pandemic in the future career anxiety of final-year students. In *Proceedings of the International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021) (Advances in Social Science, Education and Humanities Research)*. Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.154>
- Ratih, K. W., Iswandari, M. V., & Shinta, P. (2024). Memahami Fenomena Quarter Life Crisis Pada Generasi Z : Tantangan Dan Peluang. *Jurnal Konseling Terapan*, 5(3), 121–132. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jkt.v5i3.28221>
- Retnaningsih, H. (2021). Urgensi Perlindungan Sosial dalam Upaya Pemenuhan Hak-Hak Anak Yatim Piatu Korban Pandemi Covid-19. *Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 12(2), 2614–5863. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v12i2.2101>
- Rosyiddin, A. A. A., & Afandi, N. A. (2023). Quarter-Life Crisis in Generation Z Adults. In *Psychology*. <https://doi.org/https://doi.org/10.29080/pmhrs.v1i1.1135>
- Sadri, L. A., Siswanti, D. N., & Jafar, E. S. (2024). Gambaran Quarter Life Crisis pada Generasi Z yang Memasuki Masa Dewasa Awal. <https://doi.org/https://doi.org/10.52472/jci.v7i1.421>
- Setiawan, K. (2021, August 24). *Kemensos Berikan Perlindungan kepada 4 Jutaan Anak Yatim-Piatu*. Kementerian Sosial Republik Indonesia. <https://kemensos.go.id/index.php/berita-terkini/menteri-sosial/kemensos-berikan-perlindungan-kepada-4-jutaan-anak-yatim-piatu>
- Steger, M. F., Frazier, P., Kaler, M., & Oishi, S. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Wetarini, K., & Lesmana, C. B. J. (2018). Gambaran depresi dan faktor yang memengaruhi pada remaja yatim piatu di Denpasar. *E-Jurnal Medika Udayana*, 7(2). <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/37412>
- Wijaya, Z. C., Mantovani, A. N., Kencana, K. P., & Sepsita, V. (2024). Quarterlife Crisis in Young Adults: Challenges, Impacts, and Adaptation Processes. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 7(2), 33–42. <https://doi.org/10.29103/jpt.v5i2.10424>