

Quarterlife Crisis di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara

Muhammad Abdullah Sujudi¹, Bengkel Ginting²

^{1,2} Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Sumatera Utara dan
Corresponding author: bengkelginting@ymail.com

Abstrak

Fenomena *quarterlife crisis* merupakan sebuah fenomena psikososial pada rentang usia yang sama dengan *emerging adulthood* yakni antara 18 sampai 29 tahun yang ditandai dengan munculnya reaksi-reaksi emosi seperti stress, frustrasi, panik, tidak berdaya, khawatir akan masa depan, tidak memiliki tujuan dan sebagainya. Depresi dan gangguan psikologis lainnya juga termasuk ke dalam krisis ini. Tentunya hal ini sangat penting untuk diteliti lebih mendalam. Karena sangat berhubungan erat dengan pribadi yang bermuara pada kesejahteraan seorang individu sebagai komponen utama pembentuk masyarakat. Tergambarlah sebuah fakta di lapangan bahwa fenomena *quarterlife crisis* memang benar benar terjadi di tengah-tengah mahasiswa semester akhir Universitas Sumatera Utara. Dan hal ini erat kaitannya dengan terjadinya pandemi Covid-19 yang menyebabkan buruknya perekonomian masyarakat secara umum, termasuk di dalamnya mahasiswa. Dari permasalahan ekonomi ini menjalar lagi pada masalah-masalah lain yang memperburuk *quarterlife crisis* para mahasiswa ini. Mahasiswa yang menjadi objek penelitian dalam jurnal ini adalah mahasiswa semester akhir USU.

Kata Kunci: *Quarterlife Crisis, Emerging Adulthood, Kesejahteraan Individu, Mahasiswa Semester Akhir USU*

Abstract

The quarterlife crisis phenomenon is a psychosocial phenomenon in the same age range as emerging adulthood, namely between 18 and 29 years, which is marked by the emergence of emotional reactions such as stress, frustration, panic, helplessness, worry about the future, having no purpose and so on. Depression and other psychological disorders also contribute to this crisis. Of course this is very important to be studied more deeply. Because it is very closely related to the person which leads to the welfare of an individual as the main component forming society. A fact was drawn on the ground that the quarterlife crisis phenomenon actually happened among the final semester students of the University of North Sumatra. And this is closely related to the occurrence of the Covid-19 pandemic which has caused the poor economy of the community in general, including students. From this economic problem, it spread again to other problems that exacerbated the student quarterlife crisis. Students who are the objects of research in this journal are USU's final semester students.

Keywords: *Quarterlife Crisis, Emerging Adulthood, Individual Welfare, USU Final Semester Students*

PENDAHULUAN

Tepatnya pada Desember 2019, kasus pneumonia misterius pertama kali dilaporkan di Wuhan, Provinsi Hubei. Sumber penularan kasus ini masih belum diketahui pasti, tetapi kasus pertama dikaitkan dengan pasar ikan di Wuhan (Rothan dkk, 2020). Untuk Indonesia sendiri, kasus pertama Covid-19 diumumkan pertama kali pada 2 Maret 2020.

Pandemi Covid-19 benar-benar berdampak besar bagi keberlangsungan hidup manusia di seluruh dunia. Wakil Presiden [Bank Dunia](#) kawasan Asia Timur dan Pasifik, Victoria Kwakwa pada saat memberikan pernyataan di Jakarta menyampaikan sebuah laporan Bank Dunia edisi Oktober 2020 berjudul *From Containment to Recovery* menyatakan pandemi Covid-19 telah menyebabkan terjadinya tiga guncangan bagi kawasan ini yaitu pandemi itu sendiri, pembatasan terhadap perekonomian, dan gaung resesi global yang diakibatkan oleh krisis yang terjadi.

Pandemi Covid-19 juga berdampak besar pada kehidupan rakyat Indonesia, termasuk di dalamnya kehidupan para pelajar di Indonesia. Pengaruh yang begitu berat pada sektor perekonomian otomatis akan menyebabkan pertambahan jumlah rakyat miskin di Indonesia. [Kementerian Keuangan](#) memproyeksi jumlah orang miskin bertambah 3,02 juta hingga 5,71 juta orang. Dengan adanya peningkatan angka kemiskinan dan pengangguran signifikan yang disebabkan oleh pandemi Covid-19 tentunya berdampak besar pada kehidupan sosial ekonomi sebagian besar pelajar di seluruh Indonesia, terlebih pada kasus ini mahasiswa tingkat akhir Universitas Sumatera Utara yang terbukti tengah dirundung fenomena *quarter-life crisis* (Sujudi, 2020).

Istilah *Quarterlife crisis* dikemukakan pertama kali oleh Alexandra Robbins dan Abby Wilner pada tahun 2001 berdasarkan penelitian mereka terhadap kaum muda di

Amerika memasuki abad ke-20. Mereka memberi julukan kepada kaum muda tersebut sebagai “*twentysomethings*”, yakni individu yang baru saja meninggalkan kenyamanan hidup sebagai mahasiswa dan mulai memasuki *real-life*, dengan tuntutan untuk bekerja atau menikah.

Bagi sebagian individu, masa-masa *quarterlife* atau di usia 20-an tahun tidak harus berjalan dalam sebuah krisis, melainkan menjadi masa-masa yang menyenangkan karena ada kesempatan untuk mencoba segala kemungkinan guna memperoleh makna hidup yang lebih mendalam. Namun, beberapa individu lainnya ada yang menjalani masa *quarterlife* dengan perasaan panik, penuh tekanan, *insecure* dan tidak bermakna (Nash dan Murray, 2010).

Dari gambaran tersebut, *quarterlife crisis* dapat didefinisikan sebagai suatu respon terhadap kestabilan yang memuncak, perubahan yang konstan, terlalu banyaknya pilihan-pilihan serta perasaan panik dan tidak berdaya (*self helplessness*) yang biasanya muncul pada individu pada rentang usia 18 hingga 29 tahun. Awal mula munculnya onset ditandai saat individu telah menyelesaikan perkuliahan, dengan karakteristik emosi seperti frustrasi, panik, khawatir dan tidak tahu arah. Krisis ini juga bisa mengarah pada depresi dan gangguan psikis lainnya. (Robbins dan Wilner, 2001; Olsen Madsen, 2007; Black, 2010).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Bogdan dan Taylor (dalam Moleong, 2006; Syamsi, 2010) mendefinisikan metode kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Kirk dan Miller (dalam Moleong, 2006; Syamsi 2010) mendefinisikan bahwa

penelitian kualitatif adalah tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung dari pengamatan pada manusia baik dalam kawasannya maupun dalam peristilahnya.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif karena peneliti menganggap permasalahan yang diteliti cukup kompleks dan dinamis sehingga data yang diperoleh dari para narasumber tersebut dijarah dengan metode yang lebih alamiah yakni interview langsung dengan para narasumber sehingga didapatkan jawaban yang alamiah. Selain itu, peneliti bermaksud untuk memahami situasi sosial psikologis secara mendalam, menemukan pola, hipotesis, dan teori yang sesuai dengan data yang diperoleh di lapangan.

Penelitian kualitatif tidak pernah terlepas dari istilah analisis fenomenologi. Peneliti dalam pandangan fenomenologis berusaha memahami peristiwa dan kaitannya terhadap orang-orang yang berada dalam situasi tertentu (Moleong, 2006; Syamsyi: 2010). Seperti yang dilakukan pada penelitian ini, peneliti melakukan kajian di bidang sosiologi dan psikologi selain kajian di bidang ilmu kesejahteraan sosial untuk membantu peneliti dalam mengintrepretasikan fenomena atau situasi sosial yang diteliti.

Untuk sumber datanya sendiri, sebagaimana menurut Lofland (dalam Moleong, 2006; Syamsyi: 2010), sumber data utama dalam penelitian kualitatif ialah kata-kata, dan tindakan, selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan lain-lain. Yang dimaksud kata-kata dan tindakan disini yaitu kata-kata dan tindakan orang yang diamati atau diwawancarai merupakan sumber data utama (primer). Sedangkan sumber data lainnya bisa berupa sumber tertulis (sekunder), dan dokumentasi seperti foto.

a) Data primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung melalui pengamatan dan wawancara dengan informan atau responden.

Peneliti akan wawancara dengan informan untuk menggali informasi mengenai Eksistensi Fenomena Quarter-life Crisis yang ada di diri responden. Yang menjadi sumber data utama adalah para Mahasiswa Semester Akhir yang ada di Universitas Sumatera Utara, Kota Medan.

b) Data sekunder

Data sekunder merupakan data tambahan berupa informasi yang akan melengkapi data primer. Data tambahan yang dimaksud meliputi dokumen atau arsip didapatkan dari berbagai sumber, foto pendukung yang sudah ada, maupun foto yang dihasilkan sendiri, serta data yang terkait dalam penelitian ini.

Perihal penentuan sampel, prosedur penentuan sampel yang paling penting adalah bagaimana menentukan informan kunci (key informan) atau situasi sosial tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian (Bungin, 2003). Fokus penelitian sendiri adalah tentang Eksistensi Fenomena Quarter-life crisis di mana objeknya adalah para Mahasiswa Semester Akhir, Universitas Sumatera Utara, Medan, yang sekaligus menjadi bagian dari narasumber dalam penelitian ini.

Sampel yang dipilih berjumlah 30 orang dari berbagai Fakultas di Universitas Sumatera Utara. yang kriterianya ditentukan oleh peneliti, yakni yang berusia 20 hingga 25 Tahun. Ada beberapa kriteria lagi terkait informan, diantaranya, berdasarkan tesis Inayah Agustin, (2012) *Terapi dengan pendekatan solution focused pada individu yang mengalami quarter life crisis*, Universitas Indonesia, didapatkan bahwa wanita lebih berpotensi untuk mengalami dampak buruk QLC dan *emerging adulthood* dibandingkan pria, Karena itu peneliti akan lebih condong kepada informan wanita. Dari segi asalnya, dibandingkan informan yang berasal dari perkotaan, peneliti akan memilih yang berasal dari daerah pedesaan, karena mahasiswa perantauan umumnya akan merasa lebih berat saat pulang

ke kampung halaman namun tak kunjung lulus dan dapat kerja.

Terakhir, dari segi tingkat perekonomian informan pun, peneliti akan lebih memilih informan dengan tingkat perekonomian menengah ke bawah. Tentunya tekanan, baik itu dari lingkungan sosial terlebih keluarga dan dirinya sendiri akan cenderung lebih besar dibandingkan memiliki perekonomian yang baik.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara mendalam (*depth interview*) terhadap perorangan yaitu secara langsung antara pewawancara dengan responden penelitian. Melalui metode ini diharapkan peneliti dapat mengetahui secara mendalam mengenai eksistensi fenomena *quarter-life crisis*. Menurut Sugiyono (2008), ada 3 macam wawancara yakni wawancara terstruktur, wawancara semiterstruktur, dan wawancara tidak terstruktur. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode wawancara semiterstruktur, yaitu wawancara yang dilakukan secara lebih bebas bila dibandingkan dengan wawancara terstruktur, namun tetap berpedoman pada pertanyaan inti. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan yang lebih terbuka di mana pihak yang diajak wawancara dimintai pendapat dan ide-idenya. Wawancara dilakukan secara terbuka di mana para subjeknya tahu bahwa mereka sedang diwawancarai dan mengetahui apa maksud wawancara.

Sebagaimana pada penelitian ini pengumpulan data di dapatkan dengan wawancara mendalam, berikutlah sejumlah pertanyaan yang digunakan sebagai pedoman untuk mengonfirmasi eksistensi fenomena. Diantaranya:

- Jika saya berbicara tentang masa depan, apa hal yang akan terlintas di pikiran anda ? (Lalu dengan pemaparannya dalam cerita, peneliti akan merekam untuk diidentifikasi kemudian).

- Apakah impian anda sejak kecil ? Dan apakah yang anda lakukan saat ini sudah *keep on track* untuk menggapai impian itu ?
- Apakah selama kurang lebih 8 semester ini, anda merasa bahwa anda berada di jurusan yang tepat ?
- Apa harapan orang tua anda untuk anda dan sudah sejauh mana usaha anda mencapainya ?
- Apakah anda mengalami kesulitan dalam hal perkuliahan ?
- Apabila diperkenankan, saya ingin bertanya terkait hubungan asmara anda. Bila saya mengatakan kata pasangan atau pacar, apa yang akan anda pikirkan ? Seberapa penting hal itu menurut anda ?
- Saat berpikir tentang masa depan, baik itu menyelesaikan kuliah, pekerjaan atau pernikahan, pernahkah anda merasa frustrasi, panik, khawatir, tidak tahu arah, putus asa, stress atau bahkan ingin bunuh diri. Kalau iya, kira-kira apa penyebabnya ? Apakah sampai sekarang masih seperti itu ? Kalau sekarang tidak lagi, kira-kira seperti apa cara anda mengatasinya ?

Alat pengumpulan data yang digunakan peneliti hanyalah handphone. Dikarenakan penelitian dilakukan di tengah Pandemi Covid 19, sehingga mengharuskan peneliti untuk mengikuti protokol kesehatan dengan tidak berjumpa langsung dengan klien. Pun juga saat itu para informan banyak yang masih berada di kampung halaman. Karena itu teknologi informasi yang digunakan sebagai solusinya. Dengan menggunakan Aplikasi WhatsApp, peneliti menghubungi para klien satu per satu. Melakukan wawancara mendalam baik itu melalui telepon, pesan maupun *voicenote*.

Metode analisis yang digunakan berpedoman pada pendapat Miles and Huberman dalam Sugiyono (2008), yaitu analisis data kualitatif dilakukan secara

interaktif melalui proses *data reduction*, *data display*, dan *verification*. Reduksi dilakukan dengan diawali proses pemilihan temuan dilapangan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan . pengabstrakan, transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan lapangan (Miles dan Huberman (1992:16).

Setelah data temuan di lapangan direduksi, lalu dilakukan tahap *display*. Secara sederhana, data yang disampaikan para mahasiswa yang menjadi sampel penelitian itu disajikan sebagai sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. (Miles dan Huberman, 1992 : 17). Pada penelitian ini sendiri peneliti memilih untuk menyajikannya dalam bentuk narasi dan tabel kualitatif.

Selanjutnya teknik analisis data, peneliti melakukan prosedur sebagai berikut : 1. Tahap penyajian data : data disajikan dalam bentuk deskripsi. 2. Tahap komparasi : merupakan proses membandingkan hasil analisis data yang telah ditemukan dalam penelitian-penelitian sebelumnya. Data yang diperoleh dari hasil deskripsi dibandingkan dan dibahas berdasarkan landasan teori dan konsep yang dikemukakan pada bab 2. 3. Tahap penyajian hasil penelitian : tahap ini dilakukan setelah tahap komparasi, yang kemudian dirangkum dan diarahkan pada kesimpulan untuk menjawab masalah yang telah dikemukakan peneliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dikatakan dalam sebuah penelitian terkait eksistensi fenomena *quarter-life crisis* pada mahasiswa semester akhir USU oleh Muhammad Abdullah Sujudi (2020), faktor penyebab *quarter-life crisis* pada mahasiswa semester akhir USU ada 2 faktor.

Jika faktor dari dalam diri seseorang lebih kepada sisi psikologis si individu. Diantaranya kemalasan diri sendiri, suka

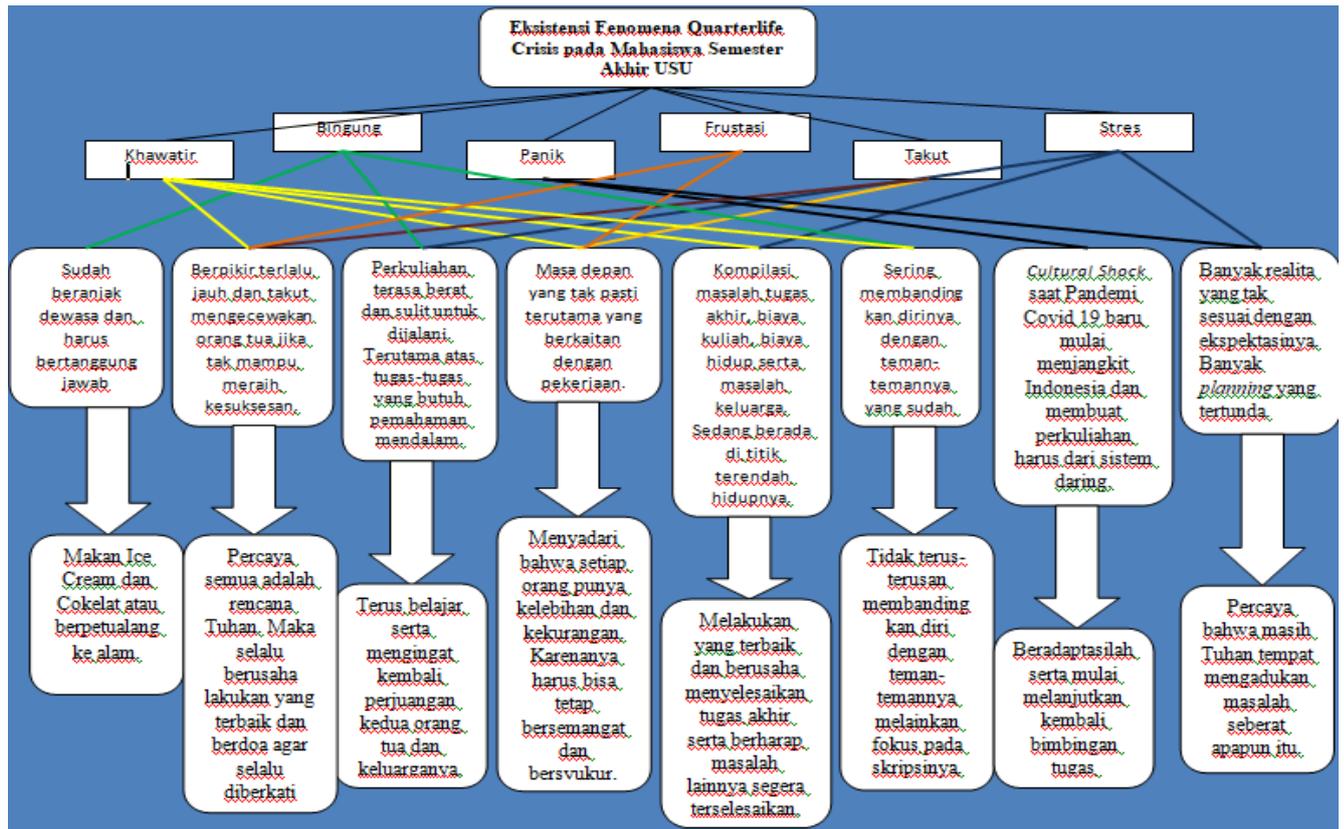
menunda pekerjaan dan cenderung bersantai-santai. Untuk faktor luar diantaranya diakibatkan permasalahan keluarga, tugas kuliah, pengerjaan tugas akhir, dosen yang dirasa cenderung menyusahkan, perkembangan teknologi seiring zaman, pembiayaan hidup, pembiayaan kuliah serta tekanan orang tua atau keluarga.

Dari 30 orang informan penelitian, sebanyak 26 orang informan merasakan fenomena *quarterlife crisis* menengah. 3 orang lagi diantaranya informan belum menjawab secara *explicit*. Hanya 1 orang yang secara jelas menyatakan tidak merasakan.

Banyak dari mereka yang menuturkan kekhawatirannya akan masa depan yang tak pasti. Ada yang mengakui stres dikarenakan tugas kuliah yang cenderung sulit di mengerti. Ada yang mengaku sering merasa khawatir, pesimis, takut bahkan frustrasi apabila dihadapkan dengan persoalan pencapaian impian. Ada yang khawatir dengan persaingan di dunia kerja nanti. Ada yang khawatir dan takut bila kenyataan nanti tak sesuai dengan harapan. Ada juga yang mengaku saat ini sedang merasa panik dan khawatir karena sering membandingkan dirinya dengan pencapaian orang lain. Ada lagi yang mengaku memang tipe *panikan* hampir di segala situasi. Ada yang mengaku juga saat ini tengah berada di titik terendah hidupnya sehingga stress sudah jadi teman akrabnya sebagai hasil dari kompilasi berbagai masalah mulai dari biaya kuliah, tugas akhir, biaya hidup “*plus*” masalah keluarga. Bahkan ada yang mengaku pernah mengalami kekhawatiran berlebih hingga sempat putus asa dan ingin menyerah.

Namun tentunya mereka punya solusi tersendiri dalam mengatasi *quarterlife crisisnya*. Bagan berikut menunjukkan cara-cara yang digunakan para informan dalam mengatasi masalahnya.

Bagan 1



Sumber : Sujudi, 2020

KESIMPULAN

Apabila memperhatikan faktor luar penyebab fenomena *quarterlife-crisis* muncul pada mahasiswa semester akhir USU, tampak sebuah garis penghubung yang menghubungkan antara faktor luar yaitu pembiayaan hidup, pembiayaan kuliah dan berbagai faktor luar lainnya yang berhubungan dengan aspek ekonomi dengan dampak yang ditimbulkan pandemi Covid-19 terhadap perekonomian Indonesia. Peningkatan angka kemiskinan dan pengangguran jelas dapat berimbas pada pembiayaan hidup mahasiswa. Baik itu biaya keperluan kuliah, biaya hidup diperantauan, serta tekanan orang tua mahasiswa untuk segera menyelesaikan kuliahnya. Karenanya pandemi ini sangat berhubungan dengan fenomena *quarterlife crisis* yang dihadapi mahasiswa semester akhir USU.

Selain itu, kesimpulan yang bisa ditarik adalah fakta bahwa masalah bisa menciptakan *quarterlife crisis*, begitu pula sebaliknya *quarterlife crisis* bisa menciptakan masalah. Tergantung dari *problematika* apa yang sedang dihadapi. Dalam pandemi ini sendiri, secara *general* memberikan dampak negatif bagi perekonomian yang bisa menjurus pada kemiskinan. Lalu kemiskinan itu akan memunculkan sejumlah masalah baru yang bisa mempengaruhi seseorang dalam menjalani *quarterlife crisis*nya.

SARAN

Saran khusus peneliti kepada siapa pun yang tengah merasakan gejala-gejala buruk fenomena *quarterlife crisis* ini agar dapat mencontoh berbagai solusi yang telah dikemukakan para informan dalam penelitian ini. Tentunya menyesuaikan dengan kebutuhan serta kecocokan pada kasus yang dialami. Bagi yang tengah merasa kesulitan dalam pengerjaan tugas akhirnya, entah itu dikarenakan kendala pengumpulan data, sulitnya bimbingan atau *problem* lainnya, cobalah untuk mendekatkan diri pada Tuhan seraya berdoa agar diberi kemudahan serta mintalah *support* dari orang-orang terdekat terutama keluarga. karena semua akan teratasi. Jika perlu, bangunlah hubungan interpersonal dengan seseorang yang diharapkan selalu mampu memberikan motivasi serta dorongan untuk dapat keluar dari masalah yang dihadapi.

Bagi yang tengah dirundung masalah ekonomi teruslah berusaha keras agar dapat menemukan jalan keluarnya serta berdoalah pada Tuhan agar diberi kelancaran dalam usahanya. Berjuanglah dengan gigih serta bersabarlah. Bagi yang merasa minder dengan teman-temannya yang sudah lebih dulu menyelesaikan kuliah, tetaplah berpikiran positif. Fokuslah pada karyamu bukan pada pencapaian orang lain. Sebab hanya membandingkan diri pun hanya akan memperlambatmu. Tetaplah bersyukur serta apresiasi pencapaian.

Bagi yang merasa khawatir serta takut dalam menghadapi masa depan terutama yang berkaitan dengan pekerjaan nantinya, teruslah berusaha tingkatkan kemampuan diri hingga kekhawatiran itu berkurang bahkan hilang. Sadari juga bahwa setiap orang memiliki kekurangan serta kelebihan. Berdamailah dengan diri sendiri dengan mengenali kekurangan serta kelebihan untuk bisa menyusun strategi kedepannya. Karenanya tetaplah bersemangat serta bersyukur dengan kemampuan yang dimiliki.

Berjuanglah dalam menghadapi berbagai masalah. Jangan pernah menyerah sekalipun jalan yang ditempuh kadang berbatu, terjal dan penuh kelokan. Semuanya hanya tentang waktu, karena apapun itu asalkan terus berjuang, akan indah pada masanya. Tetap berpegang teguh pada keimanan masing-masing. Percaya bahwa semuanya adalah takdir Tuhan, dan Tuhan itu baik.

Pun bagi yang sudah tak merasakan lagi hal-hal buruk yang ditimbulkan *quarterlife crisis*nya, tetap lakukan yang terbaik. Belajar dan bekerja keras agar mendapatkan masa depan yang baik. Tak lupa juga untuk selalu berdoa agar dikuatkan dalam perjuangannya. Agar perasaan *insecure* akibat *crisis* itu tak kembali lagi.

Senantiasa meningkatkan kemampuan diri di berbagai aspek. Baik itu fisik, mental, pengetahuan, keterampilan, kedisiplinan dan pererat hubungan dengan keluarga maupun hubungan dengan Yang Maha Kuasa. Selalu syukuri apapun yang telah kita miliki. Berbagai kelebihan yang kita punya, manfaatkan semaksimal mungkin. Begitu pula dengan kekurangan, cobalah untuk berdamai dengan diri sendiri.

Tak mengapa kita berani bermimpi tinggi asalkan memiliki tekad yang kuat untuk mewujudkannya. Tentunya bukan dengan bermalas-malasan, melainkan usaha maksimal agar mencapai hasil optimal. Jangan pernah berhanti berdoa dan minta restu orang tua agar jalan menuju ke sana menjadi lebih lancar. Toh pada akhirnya semua anak ingin membanggakan orang tuanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Inayah. (2012). *Terapi Dengan Pendekatan Solution- Focused Pada Individu Yang Mengalami Quarterlife crisis*. Bogor: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Black, A (2010). "Halfway Between Somewhere and Nothing" : An Exploration of the Quarter-Life Crisis and Life Satisfaction Among Graduate Students. Thesis for Master Education, University of Arkansas. Proquest Dissertations and Theses (PQDT) UMI 1484631
- Fischer, K, (2008). *Ramen Noodles, Rent and Resumes : An After-College Guide to Life*. California : SuperCollege LLC.
- Moleong, Lexy. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*. Bandung : Remaja Rosda Karya.
- Nash, R.J., Murray, M.C., (2010). *Helping College Students Find Purpose : The Campus Guide to Meaning-Making*. San Fransisco : Jossey Bass.
- World Health Organization. Coronavirus disease (COVID-19) situation dashboard [Internet]. Geneva, CH: World Health Organization; 2020 [updated 2020 Mar 31; cited 2020 Mar 31]. Available from: <https://experience.arcgis.com/experience/685d0ace521648f8a5beeeee1b9125cd>
- Huang C, Wang Y, Li X, Ren L, Zhao J, Hu Y, et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet*. 2020;395(10223):497-506
- Putri, Gloria Setyvani.
<https://www.kompas.com/sains/read/2020/03/31/123100323/update-corona-31-maret-789218-kasus-di-200-negara-166441-semuh?page=all>
- Robbins, A., Wilner, A. (2001) *Quarterlife Crisis The Unique Challenges of Life in Your Twenties*. New York : Tarcher Penguin.
- Rothan HA, Byrareddy SN. The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *J Autoimmun*. 2020; published online March 3. DOI: 10.1016/j.jaut.2020.102433
- Satria, Lintar.
<https://republika.co.id/berita/ghi98a459/pan-demi-hilangkan-34-juta-pekerjaan-di-amerika-latin>
- Sugiyono. *Metode Penelitian Bisnis (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R & D)*. (2008) Bandung: Alfabeta.
- Sujudi, A.M., (2020) *Eksistensi Fenomena Quarterlife Crisis pada Mahasiswa Akhir Universitas Sumatera Utara*. Medan: Skripsi Universitas Sumatera Utara.
- Syamsi, Ibnu. *Sosiologi Deviasi (Sebuah Kajian Dari Sudut Pandang Pendidikan, Sosiolog, dan Filsafat)* (2010) Umbulharjo, Yogyakarta: Venus Gold Press