

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan pendekatan metode kuantitatif, dimana metode kuantitatif merupakan penelitian analisis data dengan menggunakan data numerik atau angka-angka yang diolah dengan metode statistik. Penelitian korelasional merupakan tipe penelitian untuk mengetahui pengaruh antara dua variabel (Azwar, 2010). Peneliti menggunakan studi korelasional dengan prosedur regresi. Regresi merupakan salah satu jenis prosedur penelitian korelasional yang berfokus pada memprediksi hasil nilai-nilai berdasarkan korelasionalnya dengan variabel lain. Adapun penelitian ini yang akan dilihat adalah hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Quarter Life Crisis* pada alumni Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam wisudawan angkatan 92.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel ialah sebuah atribut yang bervariasi secara kualitatif kemudian dikuantitatifkan dengan menggunakan alat ukur dan selanjutnya diuji dengan metode statistika (Azwar, 2017). Penelitian ini membahas mengenai antara dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen.

Adapun variabel yang akan diukur dalam penelitian ini adalah:

- 1) Variabel independen atau variabel bebas (X) adalah variabel yang

berperan memberi pengaruh pada variabel lain. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Self Efficacy*.

- 2) Variabel dependen atau variabel terikat (Y) variabel yang dijadikan sebagai faktor yang dipengaruhi oleh sebuah atau sejumlah variabel lain. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *Quarter Life Crisis*.

2. Defenisi Operasional

1. *Self efficacy*

Self efficacy adalah keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk mencapai tujuan yang diinginkan, mengubah situasi disekitarnya, serta mengatasi tantangan atau masalah yang sedang dihadapinya.

2. *Quarter Life Crisis*

Quarter life crisis adalah tahap gejolak emosional yang terjadi saat transisi dari dunia perkuliahan kedunia kerja atau kehidupan nyata, yang ditandai dengan munculnya perasaan putus asa, kebingungan, dan kecemasan akibat karir dan masa depan.

C. Populasi dan sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2013), populasi mengacu pada “area generalisasi” yang terdiri dari item atau topik yang memiliki atribut dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini merupakan Alumni Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Wisudawan Angkatan 92. Adapun data populasi

Alumni Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Wisidawan Angkatan 92 berdasarkan data dari akademik fakultas adalah sebanyak 272 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi. Apa yang dipelajari dari sampel, kesimpulannya akan dapat berlaku untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif atau mewakili (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini, teknik penarikan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu pemilihan subjek didasarkan pada ciri-ciri atau sifat-sifat yang dipandang sesuai dengan syarat-syarat yang telah ditentukan (Azwar, 2017).

Adapun karakteristik untuk memenuhi sampel penelitian ini, sebagai berikut:

1. Laki-laki atau perempuan berusia 25-30 tahun.
2. Alumni Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Wisudawan Angkatan 92.

Ukuran sampel pada populasi penelitian ditentukan dengan menggunakan table Issac dan Michael. Berdasarkan teori pengambilan sampel Issac dan Michael dengan kepercayaan 95% dan margin eror 5% (Sugiyono, 2013).

Tabel 3. 1 penentuan jumlah sampel Issac dan Michael

N	S			N	S			N	S		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	115	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	563	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1050	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1100	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1200	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1300	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1400	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1500	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1600	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1700	485	292	235	750000	663	348	271
230	171	139	125	1800	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	1900	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2000	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2200	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	664	349	272

Berdasarkan total sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu berjumlah 152 Orang.

D. Teknik Pengumpulan Data

Metode yang diterapkan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode skala psikologi. Skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif. Dengan skala pengukuran ini, maka nilai variabel yang diukur

dengan instrumen tertentu dapat dinyatakan dalam bentuk angka, sehingga lebih akurat, efisien dan komunikatif (Sugiyono, 2013).

Penelitian ini menggunakan dua skala yang, yaitu skala *self efficacy* dan skala *quarter life crisis*.

1. Skala *Quarter Life Crisis*

Skala dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek Robbins dan Wilner (2001), adapun aspek yang digunakan terdiri dari: kebimbangan saat mengambil keputusan, perasaan putus asa, perasaan cemas, penilaian diri yang negatif, perasaan tertekan, khawatir terhadap relasi interpersonal. Peneliti menggunakan skala yang telah dilakukan uji validitas konstruk oleh Ade Putri (2022) dengan nilai reabilitas sebesar 0,870 dan dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Responden diminta untuk menilai sejauh mana mengalami fase tersebut pada Skala dari 1 (sangat tidak setuju) sampai 5 (sangat setuju) dengan menggunakan Skala *Likert*.

Tabel 3. 2 Blue Print *Quarter Life Crisis* Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator Perilaku	Butir Favorable		Butir Unfavorable		Bobot %
		Nomor	Jumlah	Nomor	Jumlah	
Kebimbangan saat mengambil keputusan	Kekhawatiran bahwa akan salah dalam pengambilan keputusan	1,3,4	3	2	1	14,8%
Perasaan putus asa	Perasaan tidak puas terhadap hasil yang telah dicapai serta usaha yang dilakukan sia-sia	6,7,8,9,10,11	6	5,12,13	3	33,3%

Perasaan cemas	Perasaan cemas dan ketakutan bahwa mereka tidak akan memberikan hasil yang terbaik	14,15,16,17,18,19	6	-	-	22,2%
Perasaan tertekan	Masalah terus membebani	20,21,22,23	4	-	-	14,8%
Khawatir terhadap relasi interpersonal	Hubungan dengan orang lain dan terlibat dengan orang lain	25,26	2	24,27	2	14,8%
			21		6	
Total				27		100%

2. Skala *Self Efficacy*

Skala dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek teori Bandura (1997) adapun aspek yang digunakan terdiri dari: tingkatan keyakinan, kekuatan, dan generalisasi. Peneliti menggunakan skala yang telah dilakukan uji validitas konstruk oleh Irma Putri Ningsih (2021) dengan nilai reabilitas sebesar 0.863 dan dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Responden diminta untuk menilai tingkat persetujuan atau ketidaksetujuan mereka terhadap setiap pertanyaan pada skala dari 1 (sangat tidak setuju) sampai 5 (sangat setuju) dengan menggunakan skala *Likert*.

Tabel 3. 3 Blue Print *Self Efficacy* Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator Perilaku	Butir Favorable		Butir Unfavorable		Bobot %
		Nomor	Jumlah	Nomor	Jumlah	
Tingkatan/Level	Individu merasa mampu menyelesaikan tugas dari yang ringan hingga yang berat	1,2,5,8,9,11	6	3,4,6,7,10	5	45,8%

Kekuatan/ <i>Strength</i>	Tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan terhadap kemampuannya	12,16,17	3	13,14,15	3	25%
Generalisasi/ <i>Generality</i>	Keyakinan individu atas kemampuannya melaksanakan tugas pada setiap situasi yang berbeda	18,20,23	3	19,21,22,24	4	29,1%
		12		12		
Total		24		100%		

E. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji coba terlebih dahulu dilakukan sebelum alat ukur digunakan untuk melihat validitas dan reliabilitas alat ukur, sehingga item-item yang digunakan benar-benar layak untuk mengukur indikator perilaku yang ingin diungkap. Uji coba skala dilakukan pada tanggal 9 sampai 16 Januari 2025 pada 30 Alumni Psikologi Islam wisudawan angkatan 92 UIN Imam Bonjol Padang.

1. Uji Validitas

Melakukan uji validitas untuk mengetahui tingkat valid dari penelitian yang digunakan. Sebuah penelitian dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat menggunakan data dari variabel-variabel yang diteliti secara tepat (Sanaky dkk., 2021). Alat ukur dikatakan memiliki validitas yang tinggi. Dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur apakah sesuai dengan tujuan pengukuran. Akan menimbulkan berbagai kesalahan apabila pengukuran suatu aspek tidak teliti, diantaranya dapat berupa hasil yang terlalu tinggi (*over estimasi*) atau yang rendah (*under estimasi*).

Tes akan menghasilkan data kuantitatif yang valid bila varian eror pengukuran kecil (disebabkan pengukuran eror kecil) sehingga akan yang dihasilkan dapat dipercaya sebagai angka yang dihasilkan dapat dipercaya sebagai angka yang sebenarnya (*true scores*) atau angka mendekati keadaan sebenarnya. Validitas dapat dinyatakan secara empiris oleh suatu koefisien validitas tertentu. Koefisien validitas memiliki makna jika rentan angka 0.00 sampai 1.00 dan batas minimum koefisien korelasi sudah dianggap memuaskan jika $r = 0.30$ (Azwar, 2012).

a. Analisis Item Instrumen *Quarter Life Crisis*

Tabel 3. 4 Blue Print *Quarter Life Crisis* Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Nomor Item		Total Item Final	Total Item Gugur
		F	UF		
Kebimbangan saat mengambil keputusan	Kekhawatiran bahwa akan salah dalam pengambilan keputusan	1,3,4	2	2	2
Perasaan putus asa	Perasaan tidak puas terhadap hasil yang telah dicapai serta usaha yang dilakukan sia-sia	6,7,8,9,10,11	5,12,13	6	3
Perasaan cemas	Perasaan cemas dan ketakutan bahwa mereka tidak akan memberikan hasil yang terbaik	14,15,16,17,18,19	-	4	2
Perasaan tertekan	Masalah terus membebani	20,21,22,23	-	3	1
Khawatir terhadap relasi interpersonal	Hubungan dengan orang lain dan terlibat dengan orang lain	25,26	24,27	1	3
Jumlah				16	11

Keterangan: angka yang diberi warna = *nomor item yang gugur*

Berdasarkan hasil uji coba tersebut, dinyatakan 16 item lolos dengan nilai indeks $\geq 0,300$ termasuk daya beda item baik dan diterima. Kemudian,

11 item gugur karena daya beda item rendah/tidak disarankan dan buruk/ditolak.

b. Analisis Item Instrumen *Self efficacy*

Tabel 3. 5 Blue Print *Self Efficacy* Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Nomor Item		Tabel Item Final	Tabel Item Gugur
		F	UF		
Tingkatan/ <i>Level</i>	Individu merasa mampu menyelesaikan tugas dari yang ringan hingga yang berat	1,2,5,8,9,11	3,4,6,7,10	7	4
Kekuatan/ <i>Strength</i>	Tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan terhadap kemampuannya	12,16,17	13,14,15	4	2
Generalisasi/ <i>Generality</i>	Keyakinan individu atas kemampuannya melaksanakan tugas pada setiap situasi yang berbeda	18,20,23	19,21,22,24	4	3
9	Jumlah				15

Keterangan: angka yang diberi warna = nomor item yang gugur

Berdasarkan hasil uji coba tersebut, dinyatakan 15 item lolos dengan nilai indeks $\geq 0,300$ termasuk daya beda item baik dan diterima. Kemudian, 9 item gugur karena daya beda item rendah/tidak disarankan dan buruk/ditolak.

2. Uji Reliabilitas

Dalam bukunya Periantalo (2019) menjelaskan bahwa melakukan uji reabilitas item dilakukan bertujuan untuk melihat konsistensi skor yang dihasilkan tersebut sama apabila diukur pada kurun waktu yang berbeda. Reliabilitas satu alat ukur yang ditentukan melalui *Cronbach's Alpha* yang diperoleh melalui analisis program SPSS 20 for Windows dengan skor yang bergerak dari 0 sampai 1.

Penulis melakukan uji reliabilitas pada aitem-aitem yang lolos dalam uji coba sehingga layak digunakan dalam penelitian. Berikut hasil uji reliabilitas pada skala *quarter life crisis* dan *self efficacy* menggunakan aplikasi *SPSS 20 for windows*.

Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Quarter Life Crisis*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.837	16

Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Self Efficacy*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.879	15

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat, skor koefisien reliabilitas skala *quarter life crisis* sebesar $r = 0,837$. Sedangkan skala *self efficacy* $r = 0,879$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa skala *quarter life crisis* dan skala *self efficacy* dapat diterima dan dinilai baik, sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur.

F. Teknik analisis

Analisis data merupakan suatu proses penyederhanaan data serta penyajian secara kelompok agar mudah dibaca dan diinterpretasikan. Data didapatkan melalui angket, diolah dan dianalisis dibantu dengan menggunakan Statistical Pacage for Social Sciences (SPSS) 20.0 for

Windows. Sesuai dengan tujuan penelitian untuk melihat apakah ada hubungan *self efficacy* dengan *quarter life crisis*, penelitian ini menggunakan teknik korelasi pearson. Teknik korelasi pearson atau dikenal juga dengan korelasi Product moment adalah teknik untuk mengukur keeratan hubungan secara linear antara dua variabel yang mempunyai distribusi data normal. Analisis ini digunakan untuk mencari hubungan dua variabel apabila data kedua variabel berbentuk interval atau rasio dan sumber data dari dua variabel atau lebih tersebut adalah sama (Sugiyono, 2016). Adapun teknik analisis data dalam penelitian ini, terdiri dari:

Sebelum melakukan analisis data, akan terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap hasil penelitian yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas:

1. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi dari penelitian masing-masing variabel yaitu variabel bebas (*self efficacy*) dan variabel terikat (*quarter life crisis*) telah menyebar secara normal.
2. Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian, yaitu variabel bebas (*self efficacy*) dan variabel terikat (*quarter life crisis*) memiliki hubungan linear.
3. Uji hipotesis: penelitian ini menggunakan regresi sederhana, dimana dalam menguji hipotesis dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS dari 20.0 *for windows* dengan ketentuan nilai signifikansi <0.05 . Jika nilai signifikansi yang didapat berada pada taraf <0.05 maka dapat dikatakan tidak terdapat kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen.