

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian kuantitatif menghasilkan temuan melalui prosedur statistik atau metode pengukuran lainnya (Sujarweni, 2014). Metode ini digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan menggunakan instrumen penelitian sebagai alat pengumpulan data. Analisis data dalam penelitian kuantitatif bersifat statistik atau numerik, dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan oleh peneliti (Azwar, 2017).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas, juga disebut variabel X atau variabel independen, adalah variabel yang menyebabkan atau mempengaruhi perubahan pada variabel terikat (Azwar, 2017). Dalam penelitian ini, variabel bebasnya adalah *self efficacy*.

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat, juga dikenal sebagai variabel Y atau variabel dependen, adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari adanya variabel bebas (Azwar, 2017). Dalam penelitian ini, variabel terikatnya adalah *quarter life crisis*.

C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi Operasional adalah definisi berdasarkan pemahaman terhadap variabel yang akan diteliti. Definisi ini disusun sesuai dengan kriteria pengukuran yang diterapkan pada variabel tersebut (Azwar, 2017). Definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. *Quarter Life Crisis*

Quarter life crisis adalah kondisi yang dialami individu pada masa menuju dewasa awal, yang ditandai oleh munculnya perasaan negatif yang kuat terkait kekhawatiran akan ketidakpastian masa depan. Aspek-aspek *quarter life crisis* menurut Robbins (2001) yaitu kebimbangan dalam pengambilan keputusan, perasaan tertekan, rasa cemas, terjebak dalam situasi yang sulit, putus asa, penilaian diri negatif, khawatir dengan hubungan interpersonal.

b. *Self-Efficacy*

Self-efficacy adalah hasil dari proses berpikir yang melibatkan keputusan, keyakinan, atau harapan seseorang tentang seberapa mampu dirinya menjalankan tugas atau tindakan tertentu untuk mencapai tujuan. Aspek-aspek *self-efficacy* menurut Bandura (1997) adalah dimensi tingkat (*level*), dimensi kekuatan (*strength*), dimensi generalisasi (*generality*).

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah kelompok subjek yang hasil penelitiannya akan digeneralisasikan (Azwar, 2017). Populasi juga dapat diartikan sebagai

seluruh subjek atau objek dalam suatu area yang memenuhi kriteria tertentu yang relevan dengan masalah penelitian (Azwar, 2017). Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa akhir yang mengerjakan skripsi di UIN Imam Bonjol Padang Angkatan 2019-2021 sebanyak 739 Mahasiswa.

Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi di UIN Imam Bonjol Padang.

**REKAPITULASI MAHASISWA YANG MENGAMBIL MATA
KULIAH SKRIPSI SEMESTER GASAL 2025/2026**

Fakultas	2019	2020	2021	Total
FAH	6	6	34	46
FDIK	8	17	113	138
FEBI	11	12	68	91
FS	11	20	77	108
FST	3	5	25	33
FTK	22	35	172	229
FUSA	8	15	71	94
Grand Total				739

Sumber: Data Akademik Pusat UIN IB Padang 01 September 2025

2. Sampel

Sebagian populasi yang akan dijadikan partisipan penelitian disebut sampel (Sugiyono, 2019). Untuk menentukan jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini digunakan rumus slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Besaran Sampel

N = Besaran Populasi

e = Presentase kesalahan yang ditolerir dalam penelitian, kesalahan penarikan sampel yang masih dapat ditolerir atau diinginkan, yaitu 5% atau 0.05.

Maka sampel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2} = \frac{739}{1 + 739(0,05)^2} = \frac{739}{1 + 1,8475} = \frac{739}{2,8475} = 259.6$$

Jadi sampel penelitian ini adalah sebanyak 259,6 dibulatkan menjadi 260 orang mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UIN Imam Bonjol Padang,

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Skala merupakan alat yang berisi berbagai pernyataan untuk mengungkap fakta tertentu melalui tanggapan yang diberikan oleh responden (Azwar, 2017). Dalam pengumpulan data, digunakan skala Likert untuk mengukur pandangan individu atau kelompok terhadap suatu fenomena yang akan dijadikan variabel penelitian dan diberi skor (Sugiyono, 2015). Setiap item dalam skala Likert dikembangkan untuk menjadi indikator dari variabel penelitian dan terbagi menjadi item yang favorable (sesuai dengan indikator) dan unfavorable (tidak sesuai dengan indikator).

Berikut pilihan jawaban dan nilai skor per-item yang dapat dilihat dalam table dibawah ini:

Tabel 3.2
Skor Penilaian Skala Likert

Pilihan Jawaban	Skor Aitem	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Untuk menyusun dan mengembangkan Instrumen maka terlebih dahulu dibuat *blue print* yang memuat aspek-aspek dan indikator penelitian yang memberikan gambaran tentang isi dan dimensi ukur yang akan dijadikan acuan dalam penulisan item. Alat ukur yang akan digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Skala *Self Efficacy*

Self Efficacy diukur berdasarkan aspek-aspek dari teori *self efficacy* oleh Bandura (1997). Lebih jelasnya dapat dilihat dari blueprint skala *self efficacy* pada tabel berikut ini:

Tabel 3.3

Blueprint Skala *Self Efficacy* Sebelum Uji Coba

No	Aspek	No Item Favorable	No Item Unfavorable	Jumlah
1.	Level (Tingkat)	1, 2, 3, 4	11,12, 13, 14	8
2.	Strength (Kekuatan)	5, 6, 7	15, 16, 17	6
3.	Generality (Generalisasi)	8, 9, 10	18, 19, 20	6
	Total			20

2. Skala *Quarter Life Crisis*

Skala ini bertujuan untuk menganalisis tingkat *quarter life crisis* sesuai dengan aspek menurut Robbins (2001) yaitu kebingungan dalam mengambil keputusan, perasaan tertekan, rasa cemas, terjebak dalam situasi sulit, putus asa, pemahaman diri negatif khawatir dengan hubungan interpersonal. Lebih jelasnya dapat dilihat dari blueprint skala *quarter life crisis* pada tabel berikut ini:

Tabel 3.4

Blue Print Skala Quarter Life Crisis Sebelum Uji Coba

No	Aspek	No Item Favorable	No Item Unfavorable	Jumlah
1.	Kebingungan dalam Pengambilan Keputusan	1, 2	13, 14	4
2.	Perasaan Tertekan	3, 4	15, 16	4
3.	Rasa Cemas	5, 6	17, 18	4
4.	Terjebak dalam Situasi Sulit	7	19	2
5.	Putus Asa	8, 9	20, 21	4
6.	Penilaian Diri Negatif	10, 11	22, 23	4
7.	Khawatir dengan Hubungan Interpersonal	12	24	2
Total				24

F. Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas dan reliabilitas adalah salah satu konsep dalam mengevaluasi alat ukur yang dalam konsepnya mengacu pada kebermanaknaan, kelayakan, dan kebermanfaatan inferensi tertentu yang dapat dibuat berdasarkan skor hasil uji coba pada alat ukur yang bersangkutan (Azwar, 2017).

a. Uji Validitas

Uji validitas merupakan uji yang dilakukan terhadap alat ukur untuk melihat sejauh mana alat ukur mampu mengukur atribut yang akan diukur (Azwar, 2017). Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas isi (*content validity coefficient*). Validitas isi didasarkan pada analisa rasional pada pengujian terhadap isi alat test melalui *professional judgment* (Azwar, 2017). Dalam hal ini validitas isi akan dilakukan oleh dosen pembimbing skripsi dan narasumber lainnya.

Tabel 3.5
Blueprint Skala Self Efficacy Setelah Uji Coba

No	Aspek	No Item Favorable	No Item Unfavorable	Jumlah
1.	Level (Tingkat)	1, 2, 3, 4	11,12, 13, 14	8
2.	Strength (Kekuatan)	5, 6, 7	15, 16, 17	6
3.	Generality (Generalisasi)	8, 9, 10	18, 19, 20	6
Total				20

Angka yang ditebalkan = aitem yang gugur

Berdasarkan hasil uji coba skala, diketahui bahwa dari total item yang diujikan, sebanyak 16 item dinyatakan lolos uji validitas karena memiliki nilai korelasi (r hitung) $\geq 0,360$ yang merupakan batas minimal berdasarkan r tabel pada taraf signifikansi tertentu. Item-item tersebut tergolong memiliki daya beda yang baik, sehingga dapat diterima dalam skala. Sementara itu, terdapat 4 item yang digugurkan. karena menunjukkan nilai korelasi yang berada di bawah batas r tabel, serta termasuk dalam kategori daya beda cukup (dipertimbangkan), rendah (tidak disarankan), atau buruk (ditolak).

Tabel 3.6**Blue Print Skala Quarter Life Crisis Setelah Uji Coba**

No	Aspek	No Item Favorable	No Item Unfavorable	Jumlah
1.	Kebingungan dalam Pengambilan Keputusan	1, 2	13, 14	4
2.	Perasaan Tertekan	3, 4	15, 16	4
3.	Rasa Cemas	5,6	17, 18	4
4.	Terjebak dalam Situasi Sulit	7	19	2
5.	Putus Asa	8, 9	20, 21	4
6.	Penilaian Diri Negatif	10, 11	22, 23	4
7.	Khawatir dengan Hubungan Interpersonal	12	24	2
Total				24

Berdasarkan hasil uji coba skala, diketahui bahwa dari total item yang diujikan, sebanyak 24 item dinyatakan lolos uji validitas karena memiliki nilai korelasi (r hitung) $\geq 0,360$ yang merupakan batas minimal berdasarkan r tabel pada taraf signifikansi tertentu. Item-item tersebut tergolong memiliki daya beda yang baik, sehingga skala dapat diterima.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan pada alat ukur untuk melihat sejauh mana hasil suatu proses pengukuran itu konsisten dan dapat dipercaya. Reliabilitas ini juga memiliki nama lain seperti konsistensi, keterandalan, keterpercayaan, kestabilan, keajegan, dan sebagainya (Azwar, 2022). Pengukuran koefisien reliabilitas berada pada rentang angka 0 sampai dengan 1,00. Semakin mendekati angka 1,00 maka reliabilitas akan dikatakan semakin tinggi. Suatu instrumen dapat dikatakan reliabel apabila

nilai $\alpha \geq 0,7$. Dalam penelitian ini, untuk mengukur koefisien reliabilitas adalah dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan menggunakan bantuan program IBM SPSS (*Statistical Package or Social Science*) for windows.

Tabel 3.7

Hasil Uji Reliabilitas *Self Efficacy*
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.821	20

Tabel 3.8

Hasil Uji Reliabilitas Quarter Life Crisis

Cronbach's Alpha	N of Items
.945	24

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan serangkaian tahapan yang dilakukan untuk menemukan jawaban dari rumusan masalah yang telah dicantumkan oleh peneliti. Tujuan dilakukannya analisis data adalah untuk memperoleh kesimpulan dari hasil penelitian. Analisis data kuantitatif dalam penelitian ini terdiri dari kategorisasi variabel, uji asumsi, dan uji hipotesis.

a. Kategorisasi Variabel

Kategorisasi variabel memiliki tujuan untuk mengelompokkan individu ke dalam suatu kelompok yang berbeda secara berjenjang berdasarkan nilai kontinum dari atribut yang diukur. Kategorisasi merupakan pengelompokan yang dilakukan pada subjek dengan tingkatan

tertentu berdasarkan kontinum dari atribut yang diukur, seperti tinggi, sedang dan rendah (Azwar, 2017). Berikut rumus yang digunakan untuk mengkategorisasikan variabel:

$$I = \frac{R}{K}$$

Keterangan:

I = Interval

R = Range (nilai tertinggi-nilai terendah)

K = Kelas Interval (tinggi dan rendah)

b. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan dengan uji normalitas dan uji linearitas terhadap data *self-efficacy* dan *quarter life crisis*. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang didapatkan selama penelitian terdistribusi normal dalam populasi. Uji normalitas yang akan digunakan dalam penelitian ini berupa uji *one sample Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan aplikasi *SPSS for Windows*. Uji normalitas dikatakan terpenuhi apabila nilai signifikasinya menunjukkan nilai lebih besar dari 0.05 (Priyatno, 2014).

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah kedua variabel yang diuji mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Uji linearitas biasanya digunakan sebagai syarat dalam analisis korelasi atau regresi linear. Uji linearitas dilakukan dengan aplikasi *SPSS for Windows* menggunakan *Test of Linearity* dengan taraf signifikansi 0.05.

Dua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang linear apabila nilai signifikansi pada linearitas kecil dari 0.05 (Priyatno, 2014).

c. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis adalah langkah untuk membuat kesimpulan berdasarkan analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti. Dalam penelitian ini, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan metode *korelasi pearson*. Dilakukan perhitungan *Korelasi Pearson Product Moment* untuk mengevaluasi hubungan antara *self-efficacy* dan *quarter life crisis*. Aplikasi SPSS for Windows digunakan untuk menguji hipotesis ini dengan ketentuan nilai signifikansi <0.05 . Jika nilai signifikansi yang didapat berada pada taraf <0.05 maka dapat dikatakan tidak terdapat kontribusi variabel *self-efficacy* terhadap variabel *quarter life crisis*