

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Metode dan Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) yaitu peneliti terlibat langsung turun ke tempat penelitian pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang guna mendapatkan data empirik yang diperlukan dalam penyusunan skripsi ini. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan analisis asosiatif jenis regresi. Metode kuantitatif adalah suatu metode penelitian yang berusaha mengukur atau menganalisis suatu data berbentuk numerik atau angka (Sugiyono, 2017). Sedangkan asosiatif jenis regresi adalah penelitian yang dilakukan untuk memprediksi atau mengukur sejauh mana variabel independen memengaruhi variabel dependen.

Adapun hubungan yang digunakan dalam penelitian yaitu hubungan kausal. Hubungan kausal menurut Sugiyono (2017) adalah hubungan yang bersifat sebab akibat, yang terdiri dari variabel independent (variabel yang mempengaruhi) dan dependen (variabel yang dipengaruhi). Penelitian ini bertujuan untuk mencari pengaruh motivasi diri dan dukungan sosial terhadap *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang. Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN

Imam Bonjol Padang dipilih karena ditemukan fenomena keterlambatan penyelesaian studi pada sejumlah mahasiswa tingkat akhir. Kondisi ini mencerminkan adanya hambatan internal dan eksternal, seperti menurunnya motivasi diri dan lemahnya dukungan sosial, yang berpotensi memicu *Quarter Life Crisis*. Oleh karena itu, fakultas ini dipandang relevan untuk menjadi lokasi penelitian terkait pengaruh motivasi diri dan dukungan sosial terhadap *Quarter Life Crisis*.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan salah satu hal yang esensial dalam sebuah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2017) populasi adalah wilayah general yang mencakup objek atau subjek dengan karakteristik spesifik yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan dianalisis guna menarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang angkatan 2019,2020,2021 dan 2022 yang berjumlah 576 orang.

Tabel 3. 1 Data Populasi Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang

Angkatan	Jumlah Mahasiswa
2019	8 Orang
2020	23 Orang
2021	148 Orang
2022	397 Orang
Total keseluruhan	576 Orang

Sumber: Akama Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi. Menurut Sugiyono (2017) sampel merujuk pada bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Menurut Suharsimi Arikunto, apabila jumlah subjek kurang dari 100, maka lebih baik mengambil seluruhnya; sedangkan jika jumlah subjek lebih besar, dapat diambil antara 10% hingga 15% atau 20% atau lebih. Selain itu, jumlah sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin. Rumus Slovin umumnya diterapkan dalam penelitian dengan jumlah sampel yang besar, dengan tujuan untuk memperoleh sampel yang sesedikit mungkin namun tetap dapat mewakili keseluruhan populasi. Berikut ini adalah rumus Slovin:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

keterangan:

n= jumlah sampel yang diperlukan

N= jumlah populasi

e= tingkat kesalahan sampel (5% atau 0,05)

Berdasarkan rumus slovin maka perhitungan jumlah sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{576}{1 + 576(0,05^2)}$$

$$n = \frac{576}{1 + 576(0,0025)}$$

$$n = \frac{576}{1 + 1,44}$$

$$n = \frac{576}{2,44}$$

$n = 236$ sampel

Responden dalam penelitian ini dipilih dengan menggunakan teknik *Probability sampling*. *Probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Teknik *probability sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *proportionate stratified random sampling*. Teknik ini digunakan apabila populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional (Sugiyono, 2017). Menurut Natsir rumus untuk jumlah sampel masing-masing bagian dengan teknik *proportionate stratified random sampling* sebagai berikut:

$$N = \frac{N_i}{N} \times n$$

Ket:

n_i = jumlah sampel menurut strata

N_i = jumlah populasi menurut strata

N = jumlah populasi seluruhnya

n = jumlah sampel seluruhnya

Tabel 3. 2 Perhitungan *Proportionate Random Sampling* Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang Angkatan 2019, 2020, 2021, dan 2022

No	Angkatan	Populasi	Sampel
1	2019	8	$8/576 \times 236 = 3$
2	2020	23	$23/576 \times 236 = 9$
3	2021	148	$148/576 \times 236 = 61$
4	2022	397	$397/576 \times 236 = 163$
Jumlah Total		576	236

Sumber: Akama Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Imam Bonjol Padang dan perhitungan

Berdasarkan tabel 3.2 diketahui sampel yang akan diambil yaitu sebanyak 3 orang dari angkatan 2019, 9 orang angkatan 2020, 61 orang angkatan 2021 dan 163 orang angkatan 2022.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari
 - a. Variabel x (independen): X1: motivasi diri dan X2: dukungan sosial
 - b. Variabel y (dependen): *Quarter Life Crisis*

2. Definisi Operasional

- a. Motivasi diri

Motivasi diri adalah dorongan internal dari dalam diri individu untuk mengarahkan, mempertahankan, dan mengevaluasi perilaku dalam rangka mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Motivasi diri dapat diukur melalui aspek kebutuhan akan otonomi, kebutuhan akan kompetensi dan kebutuhan akan keterkaitan sosial menggunakan skala motivasi diri berbentuk skala likert. Skor diperoleh dari penjumlahan seluruh item dalam skala. Hasilnya dikategorikan menjadi tinggi dan rendah berdasarkan median skor. Responden dengan skor di atas median dikategorikan memiliki motivasi diri tinggi, sedangkan yang sama dengan atau di bawah median dikategorikan memiliki motivasi diri rendah. Penggunaan median dipilih karena skala bersifat ordinal.

b. Dukungan Sosial

Dukungan sosial diartikan sebagai persepsi individu terhadap ketersediaan dan kualitas bantuan sosial yang diberikan oleh lingkungan terdekat, seperti keluarga, teman sebaya, dan institusi. Dukungan sosial diukur menggunakan skala dukungan sosial yang disusun mencakup aspek dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan berbentuk skala likert. Skor diperoleh dari penjumlahan seluruh item dalam skala. Hasilnya dikategorikan menjadi tinggi dan rendah berdasarkan median skor. Responden dengan skor di atas median dikategorikan memiliki dukungan sosial tinggi, sedangkan yang sama dengan atau di bawah median dikategorikan memiliki dukungan sosial rendah. Penggunaan median dipilih karena skala bersifat ordinal.

c. *Quarter Life Crisis*

Quarter Life Crisis adalah kondisi psikologis yang ditandai oleh kebingungan, kecemasan, ketidakpastian, dan perasaan stagnan terhadap masa depan yang umum dialami individu pada usia awal dewasa, khususnya mahasiswa tingkat akhir. *Quarter Life Crisis* diukur menggunakan skala *Quarter Life Crisis* yang disusun berdasarkan kebimbangan dalam pengambilan keputusan, putus asa, penilaian diri yang negative, terjebak dalam situasi sulit, cemas, perasaan tertekan, dan khawatir terhadap hubungan interpersonal. Skor diperoleh dari penjumlahan seluruh item dalam skala. Hasilnya

dikategorikan menjadi tinggi dan rendah berdasarkan median skor. Responden dengan skor di atas median dikategorikan memiliki *Quarter Life Crisis* tinggi, sedangkan yang sama dengan atau di bawah median dikategorikan *Quarter Life Crisis* rendah. Penggunaan median dipilih karena skala bersifat ordinal.

E. Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2017) Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang diamati. Instrumen ini diterapkan dalam proses pengukuran dengan tujuan menghasilkan data kuantitatif yang akurat, sehingga setiap instrumen harus dilengkapi dengan skala. Instrumen penelitian disesuaikan dengan variabel penelitian.

1. Skala Motivasi diri

Motivasi diri diukur berdasarkan teori *self determination* (Deci & Ryan, 2000) yang mengukur tiga aspek motivasi diri: kebutuhan akan otonomi, kebutuhan akan kompetensi dan kebutuhan akan keterkaitan sosial. Setiap aspek dijabarkan dalam beberapa pernyataan yang menggambarkan bentuk motivasi diri mahasiswa tingkat akhir. Pernyataan-pernyataan ini diukur menggunakan skala Likert, di mana responden memilih jawaban yang paling sesuai dengan situasi mereka.

2. Skala dukungan sosial

Dukungan sosial diukur berdasarkan teori dari Sarafino, yang mengukur 4 aspek dukungan sosial: dukungan emosional, dukungan

penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif. Setiap aspek dijabarkan dalam beberapa pernyataan yang menggambarkan bentuk dukungan sosial mahasiswa tingkat akhir. Pernyataan-pernyataan ini diukur menggunakan skala Likert, di mana responden memilih jawaban yang paling sesuai dengan situasi mereka

3. Skala *Quarter Life Crisis*

Quarter Life Crisis diukur berdasarkan teori yang diadaptasi dari Robbins & Wilner yang mencakup tujuh aspek *Quarter Life Crisis*: kesulitan dalam pengambilan keputusan, perasaan putus asa, penilaian diri yang negative, perasaan terjebak dalam situasi sulit, perasaan cemas, perasaan tertekan dan khawatir dengan hubungan interpersonal

Skala pengukuran yang digunakan dalam instrument penelitian ini adalah skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2017). Setiap item pertanyaan dari setiap indicator variabel akan diukur menggunakan skala likert 4 poin yang telah dimodifikasi menjadi SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Modifikasi ini bertujuan menghilangkan pilihan netral agar responden memberikan jawaban yang lebih tegas sesuai sikap mereka. Penghapusan opsi netral juga dilakukan untuk menghindari kecenderungan responden memilih jawaban tengah saat ragu, yang dapat mengurangi keakuratan dan validitas data penelitian.

Tabel 3. 3 Kriteria Penilaian Skala Likert

Pilihan Jawaban	Bentuk Pernyataan	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

F. Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini dikumpulkan menggunakan kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2017). Teknik ini dianggap efisien apabila peneliti memiliki pemahaman yang jelas mengenai variabel yang akan diukur serta ekspektasi terhadap respons responden.

Jenis pertanyaan yang digunakan dalam kuesioner ini adalah pertanyaan tertutup, yang memfasilitasi responden untuk memberikan jawaban dengan cepat serta mempermudah peneliti dalam melakukan analisis data terhadap seluruh kuesioner yang telah dikumpulkan. Pertanyaan atau pernyataan dalam kuesioner dirancang dengan menggunakan kalimat positif dan negatif guna mendorong responden memberikan jawaban yang lebih serius dan tidak bersifat mekanistik. Kuesioner tersebut didistribusikan dalam bentuk instrumen dengan skala Likert. Distribusi kuesioner dilakukan secara langsung maupun melalui Google Form kepada mahasiswa tingkat akhir yang berperan sebagai responden penelitian.

G. Teknik Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Uji validitas

Validitas adalah sejauh mana suatu instrument mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Instrumen yang valid merupakan alat pengukuran yang efektif untuk memperoleh data yang akurat (Sugiyono, 2017). Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan *korelasi pearson product moment*, dengan kriteria:

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2][n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Ket:

r_{xy} = koefisien korelasi

X = nilai data variabel X

Y = nilai data variabel Y

n = banyaknya data

Untuk mengetahui nilai validitas instrument, maka hitung nilai koefisien korelasi (r -hitung) yang diuji. Hasil hitung kemudian dibandingkan dengan nilai korelasi pada tabel pearson (r -tabel) dengan signifikan tertentu, taraf signifikansi biasanya dipilih 5% (0,05) dan n = banyaknya data yang sesuai. Untuk n=30 maka r -tabelnya yaitu 0,361. Adapun kriteria validitasnya adalah:

- Instrument valid, jika r -hitung > r -tabel
- Instrument tidak valid, jika r -hitung < r -tabel

Tabel 3. 4 Blue Print Skala Motivasi Diri Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Sub indikator	F	U	Total
Motivasi Diri	Kebutuhan akan otonomi	Memiliki kebebasan dalam mengambil keputusan	1,3	2,4	4
		Memilih jalan hidup sesuai dengan nilai dan keinginan pribadi	5,7	6,8	4
		Bertanggung jawab atas pilihan dan tindakan yang diambil	9,11	10,12	4
	Kebutuhan akan kompetensi	Kompeten dan efektif dalam melakukan tugas-tugas atau mencapai tujuan	13,15	14,16	4
		Merasa mampu dan berhasil dalam melakukan tugas	17,19	18,20	4
	Kebutuhan akan keterkaitan sosial	Terhubung dengan orang lain	21,23	22,24	4
		Rasa diterima dan didukung	25,27	26,28	4

Berdasarkan uji validitas skala motivasi diri menggunakan IBM SPSS versi 27.0 for windows, menunjukkan bahwa dari 28 item skala motivasi diri terdapat 2 item yang gugur dikarenakan r-hitung dibawah 0,361 yaitu item 4 dan 26 kedua item tersebut tidak layak untuk digunakan pada penelitian ini. Jadi item yang digunakan sebagai instrument penelitian dari skala dukungan ini adalah sebanyak 26 item.

Tabel 3. 5 Blue Print Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Sub indikator	F	U	Total
Dukungan Sosial	Dukungan Emosional	Empati	1,3	2,4	4
		Ekspresi	5,6	7,8	4
		Rasa kehangatan	9,10,11	12	4
		Kepedulian dan perhatian	13,15	14,16	4
		Mengomunikasikan perhatian dan kepercayaan	17,18	19	3
	Dukungan penghargaan	Hormat (penghargaan) positif	20,21	22	3
		Penguatan	23,24	25	3
		Perbandingan sosial positif	26,27	28,29	4
	Dukungan instrumental	Bantuan finansial	30,31	32	3
		Bantuan tenaga	33,34	35	3
	Dukungan informatif	Nasihat	36,38	37,39	4
		Petunjuk-petunjuk	40,41	42	3
		Saran dan umpan balik	43,45	44,46	4
		Pemberian informasi	47,49	48,50	4

Berdasarkan uji validitas skala motivasi diri menggunakan IBM SPSS versi 27.0 for windows, menunjukkan bahwa dari 50 item skala

skala dukungan sosial terdapat 8 item yang gugur dikarenakan r-hitung dibawah 0,361 yaitu item 4, 8, 22, 28, 32, 35, 40, 50 kedelapan item tersebut tidak layak untuk digunakan pada penelitian ini. Jadi item yang digunakan sebagai instrument penelitian dari skala dukungan ini adalah sebanyak 42 item.

Tabel 3. 6 *Blue Print* Skala *Quarter Life Crisis* Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Sub indikator	F	U	Total
<i>Quarter Life Crisis</i>	Kebimbangan dalam pengambilan keputusan	Ketakutan akan kesalahan	1,3	2,4	4
		Minimnya pengalaman	5,6	7	3
		Mengandalkan pendapat orang lain	8,10	9,11	4
		Tergesa-geza	12,14	13,15	4
	Putus asa	Ketidakmampuan mencapai tujuan	16	17,18	3
		Membandingkan diri dengan orang lain	19,21	20	3
		Kebutuhan akan pengakuan	22,24	23,25	4
	Penilaian diri negatif	Keraguan terhadap kemampuan	26	27	2
		Kurangnya rasa percaya diri	28	29	2
		Perasaan unik dalam kesulitan	30	31	2
	Terjebak dalam situasi sulit	Pengaruh lingkungan	32,34	33,35	4
		Kebingungan dalam menghadapi pilihan	36,38	37,39	4
	Cemas	Kekhawatiran akan hasil	40,42	41,43	4
		Perasaan tidak aman	44,46	45,47	4
	Perasaan tertekan	Frustasi	48,50	49,51	4
		Tuntutan eksternal	52,54	53,55	4
	Khawatir terhadap hubungan interpersonal	Kekhawatiran tentang pasangan	56	57	2
		Penerimaan sosial	58	59	2

Berdasarkan uji validitas skala motivasi diri menggunakan IBM

SPSS versi 27.0 for windows, menunjukan bahwa dari 59 item skala skala *Quarter Life Crisis* terdapat 10 item yang gugur dikarenakan r-hitung dibawah 0,361 yaitu item 4,9,21,25,41,42,46,49,52,56 kesepuluh item tersebut tidak layak untuk digunakan pada penelitian ini. Jadi item

yang digunakan sebagai instrument penelitian dari skala dukungan ini adalah sebanyak 49 item.

2. Uji reliabilitas

Menurut Sugiyono (2017) Reliabilitas didefinisikan sebagai derajat konsistensi suatu instrumen pengukuran dalam menghasilkan hasil yang identik apabila diterapkan berulang kali pada subjek yang sama di bawah kondisi yang serupa. Instrumen penelitian yang reliabel menunjukkan kemampuan untuk digunakan secara konsisten guna mengukur variabel yang menjadi objek kajian.

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode Alpha Cronbach (Cronbach's Alpha) yang merupakan teknik paling umum digunakan untuk mengukur konsistensi internal sebuah instrument. Suatu pengukuran dikatakan reliabel atau memiliki tingkat keandalan jika mampu memberikan hasil yang konsisten. Sebuah item dalam kuesioner dianggap reliabel (layak digunakan) apabila nilai Cronbach's Alpha lebih dari 0,60 sedangkan jika nilai Cronbach's Alpha kurang dari 0,60 maka item tersebut dinyatakan tidak reliabel.

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

$$\sum \sigma_i^2 = \text{jumlah varian butir}, \sigma_t^2 = \text{varian total}$$

Keterangan:

α = koefisien reliabilitas

k = banyaknya soal

$\sum \sigma_i^2$ = Jumlah varians butir

σ_t^2 =Varians total

Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Variabel

Variabel	Cronbach Alpha	Standar Alpha	Keterangan
Motivasi Diri	0,937	0,60	Reliabel
Dukungan Sosial	0,946	0,60	Reliabel
<i>Quarter Life Crisis</i>	0,947	0,60	Reliabel

Berdasarkan tabel 3.7 diketahui bahwa masing-masing variabel memiliki nilai Cronbach alpha $> 0,60$, maka dapat dikatakan reliabel.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merujuk pada pendekatan atau metodologi yang diterapkan untuk mengekstraksi serta mengelola informasi dari data yang telah diperoleh, dengan tujuan meningkatkan validitas hasil penelitian dan memfasilitasi pemahaman pembaca (Soesana et al., 2023). Analisis data kuantitatif merupakan suatu proses pengolahan data dengan cara merepresentasikan data berupa angka atau data statistik menjadi suatu kesimpulan sebagai hasil atau jawaban dari sebuah masalah penelitian agar lebih mudah dipahami.

1. Uji asumsi klasik

Sebelum melakukan analisis regresi, dilakukan uji asumsi klasik untuk memastikan data memenuhi persyaratan model regresi yang baik.

a. Uji normalitas

Digunakan untuk memeriksa apakah data berdistribusi dengan normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan aplikasi SPSS. Kriteria normalitas:

Jika $\text{sig.} > 0,05$, maka data berdistribusi normal

Jika $\text{sig.} < 0,05$, maka data berdistribusi tidak normal

Uji normalitas dapat dilakukan melalui uji statistik non parametric dengan rumus uji Liliefors:

$$Z_i = X_i - X_S$$

Keterangan:

Z_i = nilai uji normalitas

X_i = data hasil pengamatan

S = simpangan baku

b. Uji linearitas

Digunakan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bersifat linear. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS dengan analisis varians (ANOVA) untuk menguji linearitas model dan diinterpretasikan dengan nilai signifikansinya. Uji linieritas pada SPSS digunakan Test of Linearity dengan taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dapat dikatakan mempunyai hubungan yang linear apabila nilai signifikansi pada linearitas di bawah 0,05.

2. Uji hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini digunakan analisis regresi linear berganda karena terdapat dua variabel bebas, yaitu motivasi diri dan dukungan sosial, yang ingin diketahui pengaruhnya terhadap satu variabel terikat, yaitu *Quarter Life Crisis*. Analisis regresi linear

berganda merupakan teknik analisis statistik yang digunakan untuk mengetahui pengaruh dua atau lebih variabel independen terhadap satu variabel dependen.

Model persamaan regresi yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + b_nX_n + e$$

Keterangan:

Y = Variabel dependent (nilai yang diprediksikan)

X1 dan X2 = Variabel independent

a = Konstanta (nilai Y' apabila X1, X2,...Xn =0)

b = Koefisien regresi (nilai peningkatan atau penurunan)

Uji F dilakukan melalui analisis regresi linear berganda, dan hasilnya akan menunjukkan apakah model regresi yang dibentuk memiliki pengaruh yang bermakna atau tidak.

Adapun hipotesis yang diuji melalui Uji F adalah sebagai berikut:

H₀ (Hipotesis nol): Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara motivasi diri dan dukungan sosial terhadap *Quarter Life Crisis*.

H_a (Hipotesis alternatif): Terdapat pengaruh yang signifikan antara motivasi diri dan dukungan sosial terhadap *Quarter Life Crisis*.