

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kuantitatif analisis regresi sederhana. Metode penelitian ini disebut kuantitatif karena data penelitian yang diperoleh berupa angka-angka dan dianalisis menggunakan statistik. Analisis regresi merupakan analisis yang digunakan untuk memprediksikan seberapa jauh perubahan nilai variabel dependen, bila nilai variabel independen di manipulasi, diubah, atau dinaik-naikkan. Analisis regresi adalah analisis untuk membuat keputusan apakah naik-turunnya variabel dependen (variabel terikat) dapat dilakukan melalui peningkatan variabel independen (variabel bebas) atau tidak (Sugiyono, 2021). Alasan menggunakan penelitian kuantitatif adalah untuk menguji hipotesis berdasarkan data terukur yang diolah secara statistik guna menghasilkan kesimpulan yang objektif.

B. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian

Variabel dalam suatu penelitian adalah karakteristik atau ciri yang dimiliki oleh orang, benda, atau aktivitas yang menunjukkan variasi nilai tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2012). Penelitian ini terdiri dari dua variabel utama, yaitu:

Variabel *Independen* (X): *Work Engagement*.

Variabel yang dapat mempengaruhi variabel terikat disebut variabel bebas atau *independent* (Jannah, 2018). Variabel *independent* atau variabel bebas dalam penelitian ini adalah *work engagement*.

Variabel *Dependen* (Y): *Quiet Quitting*.

Variabel yang dapat dipengaruhi oleh variabel bebas disebut sebagai variabel terikat atau *dependen* (Jannah, 2018). Variabel *dependent* atau variabel terikat dalam penelitian ini adalah *quiet quitting*.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah pengertian mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel yang dapat diobservasi. Dengan kata lain operasional variabel dapat diartikan sebagai menerjemahkan konsep dari variabel tersebut menjadi satu definisi berperilaku atau yang dapat diamati (Azwar, 2017). Definisi operasional dalam penelitian ini yaitu:

1) *Work engagement*

Work engagement diartikan sebagai keadaan positif dan memuaskan pada pekerja yang ditandai oleh semangat (*vigor*), dedikasi (*dedication*), dan keterlibatan penuh (*absorption*) dalam bekerja. Karyawan yang memiliki tingkat *work engagement* tinggi menunjukkan antusiasme, fokus, serta kesediaan untuk memberikan kontribusi lebih pada organisasi. Dalam penelitian ini untuk mengukur variabel *work engagement*

menggunakan aspek-aspek pada teori Schaufeli dan Bakker (2004), yaitu semangat (*vigor*), dedikasi (*dedication*), dan keterlibatan penuh (*absorption*).

2) *Quiet quitting*

Quiet quitting merujuk pada perilaku pengurangan keterlibatan kerja yang ditandai oleh pembatasan kontribusi pada tuntutan minimum pekerjaan, rendahnya dedikasi terhadap tugas, serta minimnya usaha tambahan di luar deskripsi kerja formal, tanpa menunjukkan inisiatif atau keterlibatan emosional. Dalam penelitian ini untuk mengukur variabel *quiet quitting* menggunakan aspek-aspek yang disusun oleh Manulang dkk (2025) dimana *quiet quitting* terdiri dari beberapa aspek yaitu : Pembatasan peran kerja (*role limitation*), penolakan perilaku *extra-role* (*rejection of extra-role behavior*), keterlibatan emosional rendah (*low emotional involvement*), penegasan batas kerja-pribadi (*work-life boundary assertion*), rendahnya inisiatif dan pengembangan diri (*low initiative and development orientation*).

D. Populasi dan Sampel

Subjek penelitian merupakan elemen krusial dalam sebuah studi karena menjadi sumber data yang diperoleh. Subjek dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Populasi

Populasi adalah seluruh individu atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2019). Populasi dalam penelitian ini mencakup semua pekerja milenial yang berada di Kota Sawahlunto. Dalam hal ini, pekerja milenial merujuk pada individu yang lahir antara tahun 1981 hingga 1996 dan saat ini aktif bekerja di berbagai bidang pekerjaan di wilayah administratif Kota Sawahlunto.

Populasi dalam studi ini adalah individu dengan ciri-ciri tertentu yang akan menjadi fokus analisis. Menurut Paramita et al. (2021) populasi adalah kumpulan elemen yang mendukung penelitian, yang bisa berupa peristiwa, hal-hal tertentu, atau individu yang memiliki kesamaan sifat dan menjadi pusat perhatian dalam penelitian tersebut. Sementara itu, Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa populasi adalah area yang akan dianalisis, yang dapat mencakup subjek atau objek dengan jumlah dan karakteristik yang spesifik yang ditentukan peneliti untuk dilakukan penelitian, sehingga data dan kesimpulan dapat diperoleh.

Secara umum, populasi mencakup semua objek yang akan diteliti, termasuk manusia, lokasi, atau fenomena yang ada. Adapun Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja milenial yang berdomisili di Kota Sawahlunto. Milenial didefinisikan

sebagai individu yang berada dalam rentang usia 30 hingga 45 tahun, yang merupakan bagian dari kelompok usia produktif dan secara aktif berpartisipasi dalam dunia kerja. Penentuan kelompok usia ini mengacu pada rentang umum generasi milenial yang banyak digunakan dalam penelitian sosial dan psikologi kerja.

Berdasarkan Statistik Ketenagakerjaan Kota Sawahlunto 2024 yang diterbitkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Sawahlunto, Jumlah Penduduk Bekerja (Ribuan Jiwa) Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Kota Sawahlunto. Sebagai berikut:

Tabel 3.1
Jumlah Penduduk Bekerja (Ribuan Jiwa)
Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Kota Sawahlunto.

Kelompok Umur	Jenis kelamin/ Sex		Jumlah total
	Laki-Laki Male	Perempuan Female	
15-19	399	507	906
20-24	2.189	1.634	3.823
25-29	2.429	1.511	3.944
30-34	2.592	1.778	4.370
35-39	2.380	1.585	3.965
40-44	2.315	1.980	4.295
45-49	2.106	1.684	3.790
50-54	1.738	1.626	3.364
55-59	1.525	1.416	2.941
60>	2.740	1.996	4.736
Kota Sawahlunto	20.413	17.721	36.134

Sumber: BPS Kota Sawahlunto 2025

Total pekerja kota Sawahlunto dalam kelompok usia milenial pada tahun 2024 adalah 12.630 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan sepotong kecil yang terdapat dalam suatu populasi. Menurut Susilana (2015), sampel adalah komponen yang bisa mewakili seluruh objek yang sedang diteliti. Sampel juga bisa dianggap sebagai bagian dari populasi yang dapat mencerminkan keseluruhan populasi yang sedang menjadi fokus penelitian (Efianingrum, 2020). Secara umum, sampel adalah elemen dari populasi yang menjadi subjek penelitian dan dianggap bisa mewakili populasi yang sedang diteliti.

Metode pengambilan sampel yang diterapkan dalam penelitian ini adalah teknik *non-probability sampling*, yaitu *purposive sampling*, yang merupakan metode pengambilan sampel yang berdasar pada kriteria-kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti (Hikmawati, 2020). Pengambilan dalam penelitian ini meliputi beberapa kriteria yang dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Berusia antara 30–45 tahun (kategori milenial),
- 2) Aktif bekerja di perusahaan atau instansi di wilayah Kota Sawahlunto,
- 3) Telah bekerja minimal selama 1 tahun,
- 4) Bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner penelitian.

Berdasarkan jumlah populasi pekerja milenial usia 30-45 tahun di Kota Sawahlunto yang bekerja dalam kelompok usia

milennial pada tahun 2024 adalah 12.630 orang, maka penentuan jumlah sampel dilakukan dengan menggunakan tabel issac michel dengan tingkat kesalahan (*margin of error*) sebesar 5%, Maka didapatkan jumlah sampel berjumlah 340 orang. Jumlah ini dipandang cukup representatif untuk mewakili populasi pekerja milennial di Kota Sawahlunto

E. Teknik Pengumpulan Data

Sugiyono (2010) menjelaskan bahwa teknik pengumpulan data merupakan berbagai metode yang digunakan peneliti untuk memperoleh data yang diperlukan. Teknik pengumpulan data dapat dilakukan melalui berbagai cara seperti wawancara, penyebaran kuesioner, observasi, maupun dengan mengkombinasikan beberapa metode.

Pada penelitian ini teknik yang diterapkan untuk mengumpulkan informasi adalah dengan menggunakan skala psikologi. Skala psikologi memiliki bentuk yang berbeda dibandingkan dengan skala lainnya. Ciri-ciri skala psikologi menurut Azwar (2017) adalah sebagai berikut:

- 1) Atribut yang dinilai tidak dalam bentuk pertanyaan atau pernyataan, tetapi berdasarkan indikator perilaku dari variabel yang telah ditentukan.
- 2) Skala psikologi terdiri dari beberapa item dan kesimpulan baru dapat diambil apabila semua item tersebut telah dijawab secara menyeluruh.

- 3) Dalam jawaban yang diberikan oleh subjek tidak terdapat kategori benar atau salah, melainkan setiap jawaban diterima.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan komponen penting dalam metode penelitian kuantitatif karena instrumen berfungsi sebagai alat yang memungkinkan peneliti mengumpulkan data secara sistematis dan terstandar sesuai dengan tujuan dan fokus penelitian. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah skala psikologis berbasis kuesioner tertutup yang dirancang untuk mengukur dua konstruk psikologis utama, yaitu *work engagement* dan *quiet quitting*.

2.1. Skala *Work Engagement*

Untuk mengukur variabel *work engagement* dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen berupa UWES-9 yang diadaptasi versi Indonesia oleh Ika Febriana yang dikembangkan dari tiga aspek *work engagement* menurut Schaufeli, dkk. 2003 yaitu *vigor*, *dedication*, *absorption*. Adapun dalam penelitian ini, skala yang digunakan bentuk skala Likert 7 pilihan jawaban frekuensi seperti berikut:

Tabel 3.2
Penskoran Instrumen UWES-9

Pilihan Jawaban	Skor
Tidak pernah	0
Hampir tidak pernah	1
Jarang	2
Kadang-kadang	3
Sering	4
Sangat sering	5
Selalu	6

Semua item merupakan pernyataan favourable, sehingga skor total diperoleh dengan menjumlahkan seluruh skor item. Skor total yang lebih tinggi menunjukkan tingkat *work engagement* yang lebih tinggi. Skala ini terdiri dari 9 item yang merepresentasikan tiga aspek utama dari *work engagement*, yaitu *Vigor* (semangat dan energi), *Dedication* (dedikasi terhadap pekerjaan), dan *Absorption* (keterlibatan mendalam dalam pekerjaan). Berikut blueprint UWES-9:

Tabel 3.3
Blue Print UWES-9

Dimensi	Aitem	Jumlah
Vigor	1,2,3	3
Dedication	4,5,6	3
Absorption	7,8,9	3
Total	9	9

2.2. Skala *Quiet Quitting*

Untuk mengukur variabel *quiet quitting* dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen berupa *Quiet Quitting Scale* yang disusun oleh Yonrin Cristiana Manulang (2025) yang mengacu pada kerangka teori perilaku penyimpangan kerja yang dikemukakan Robinson dan Bennet (1995). Adapun dalam penelitian ini, skala yang digunakan bentuk skala Likert 5 poin.

Tabel 3.4
Penskoran *Quiet Quitting Scale*

Pilihan Jawaban	Item	
	Favourable	Unfavorable
Sangat setuju	5	1
Setuju	4	2
Netral	3	3
Tidak setuju	2	4
Sangat tidak setuju	1	5

Skala dikembangkan berdasarkan 5 aspek *quiet quitting* yaitu pembatasan peran kerja (*role limitation*), penolakan perilaku *extra-role* (*rejection of extra-role behavior*), keterlibatan emosional rendah (*low emotional involvement*), penegasan batas kerja-pribadi (*work-life boundary assertion*), rendahnya inisiatif dan pengembangan diri (*low initiative and development prientation*). Berikut *blueprint* skala *quiet quitting*:

Tabel 3.5
Blue Print Quiet Quitting Scale

No	Dimensi	Nomor Aitem		Jumlah
		Favo	Unvavo	
1	Pembatasan Peran Kerja	37,38,39, 43,44,45	40,41,42, 46,47,48	12
2	Penolakan Perilaku <i>Extra-Role</i>	13,14,15, 19, 20,21	16,17,18, 22, 23,24	12
3	Keterlibatan Emosional Rendah	49,50,51, 55, 56,57	52,53,54, 58,59	11
4	Penegasan Batas Kerja–Pribadi	1,2,3, 7,8,9,	4,5,6, 10, 11,12	12
5	Rendahnya Inisiatif dan Pengembangan Diri	25,26,27, 31,32,33	28,29,30, 34,35,36	12
Total				59

G. Teknik Pengolahan Data

Pada sebuah penelitian ada dua istilah penting yang sering dipakai secara bergantian untuk pengolahan data, yaitu validitas dan reliabilitas.

1. Uji Validitas

Azwar (2017), Mengungkapkan bahwa uji validitas merupakan proses pengujian terhadap alat ukur untuk menilai sejauh mana instrumen tersebut mampu mengukur atribut yang akan dievaluasi. Menurut Azwar (2015), validitas konstruk yaitu merujuk pada sejauh mana alat ukur sebuah instrumen dapat menunjukkan hasil yang sesuai dengan teori. Adapun instrumen *Utrecht Work engagement Scale-9* (UWES-9) yang dikembangkan oleh Schaufeli dan Bakker (2004) serta diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Kristiana dan Purwono (2019) telah diuji validitasnya hasil analisis CFA menunjukkan model unidimensional dengan nilai RMSEA = 0,049; CFI = 0,99; NFI = 0,99; dan GFI = 0,97 yang memenuhi kriteria goodness of fit. Analisis Rasch juga menunjukkan nilai *raw variance explained* sebesar 53,4% dan *unexplained variance* sebesar 9,6%, sehingga instrumen dinyatakan mampu mengukur konstruk *work engagement* secara tepat. Hasil pengujian tersebut menunjukkan bahwa UWES-9 memiliki validitas yang baik dan sesuai untuk mengukur tiga aspek utama *work engagement*, yaitu *vigor*, *dedication*, dan *absorption*, dalam konteks responden di Indonesia.

Berdasarkan hasil uji validitas isi skala *quiet quitting* yang dilakukan melalui *expert judgment*, diperoleh koefisien Aiken's V

berkisar antara 0,70 hingga 1,00. Penilaian dilakukan oleh satu dosen psikologi dan dua psikolog profesional, serta didukung penilaian sejawat untuk memastikan keterbacaan item. Nilai Aiken's $V \geq 0,70$ menunjukkan bahwa butir pernyataan memiliki tingkat kesepakatan ahli yang memadai terhadap kesesuaian konstruk yang diukur. Item dengan nilai $\geq 0,80$ dikategorikan sangat baik. Berdasarkan hasil tersebut, sebanyak 59 item dinyatakan memenuhi kriteria validitas isi dan layak untuk dilanjutkan ke tahap uji empiris. Hasil ini menunjukkan bahwa secara konseptual, butir-butir skala telah merepresentasikan konstruk *quiet quitting* sesuai dengan indikator yang dirumuskan dalam *blueprint* instrumen.

Uji validitas konstruk skala *quiet quitting* dilakukan menggunakan *Exploratory Factor Analysis* (EFA) terhadap 179 responden. Hasil uji *Kaiser-Meyer-Olkin* (KMO) menunjukkan nilai sebesar 0,887. Nilai tersebut berada di atas batas minimal 0,80, yang mengindikasikan bahwa data sangat memadai untuk dilakukan analisis faktor dan pola korelasi antar item cukup kuat untuk membentuk struktur faktor.

Berdasarkan hasil analisis faktor dengan rotasi Varimax, seluruh item memiliki nilai factor loading di atas 0,40. Nilai loading yang diperoleh bahkan menunjukkan kontribusi yang tinggi pada faktor yang terbentuk. Tidak terdapat item yang

dieliminasi karena seluruhnya memenuhi kriteria kelayakan statistik. Hasil *scree plot* dan *parallel analysis* menunjukkan bahwa struktur faktor yang paling optimal terdiri dari empat hingga lima faktor utama.

Dengan demikian, hasil analisis faktor eksploratori menunjukkan bahwa instrumen memiliki struktur konstruk yang jelas dan sesuai dengan kerangka teoritis yang telah dirumuskan sebelumnya, sehingga dapat dikatakan memiliki validitas konstruk yang baik.

2. Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas dilakukan pada alat ukur untuk menilai sejauh mana hasil dari proses pengukuran tersebut konsisten dan dapat diandalkan. Reliabilitas ini juga dikenal dengan istilah lain seperti konsistensi, ketahanan, kepercayaan, kestabilan dan keajengan (Azwar, 2022). Koefisien reliabilitas pengukuran berada pada rentang nilai antara 0 hingga 1,00. Semakin mendekati angka 1,00, semakin tinggi tingkat reliabilitasnya. Sebuah instrumen dianggap reliabel jika nilai $\alpha \geq 0,6$. Dalam penelitian ini reliabilitas alat ukur didasarkan pada pengukuran reliabilitas oleh ahli yang mengadaptasi skala. Untuk skala *work engagement* pengukuran reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Estimasi reliabilitas skala *work engagement* ini memperoleh hasil secara keseluruhan adalah

0,95. Untuk skala *quiet quitting* diperoleh nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,887. Jadi dapat disimpulkan bahwa alat ukur *work engagement* (UWES-9) dan *quiet quitting scale* (QQS) dapat diterima dan bernilai baik, sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur penelitian.

H. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan tahap yang dilakukan setelah seluruh data dari responden terkumpul. Kegiatan dalam analisis data meliputi pengelompokan data berdasarkan variabel penelitian, penyajian data untuk setiap variabel yang diteliti, serta pertimbangan analitis guna menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2013).

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan uji kategorisasi variabel untuk mengetahui tingkat kategori pada variabel father involvement dan career adaptability. Data penelitian selanjutnya diuji melalui uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Setelah itu, dilakukan pengujian hipotesis untuk mengetahui hubungan antara father involvement dan career adaptability. Untuk mempermudah proses analisis data, peneliti menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS.

a. Uji Kategorisasi Variabel

Kategorisasi variabel menurut Azwar (2012), Bertujuan untuk mengelompokkan individu ke dalam kategori yang berbeda secara berurutan berdasarkan nilai kontinu dari atribut psikologis yang diukur. Proses pengelompokan variabel dilakukan dengan menghitung nilai

maksimum dan minimum (X), rata-rata (mean/ M), serta standar deviasi (SD) dari masing-masing variabel penelitian. berikut adalah rumus yang digunakan untuk melakukan kategorisasi tersebut:

Tabel 3.6
Rumus Kategorisasi

Kategori	Kriteria Kategorisasi
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

b. Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis statistik parametrik. Uji asumsi yang perlu dipenuhi dalam penelitian ini meliputi uji normalitas dan uji linearitas terhadap data *work engagement* dan *quiet quitting*.

1). Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menentukan apakah data memiliki distribusi normal atau tidak. Menurut Azwar (2001) Histogram residual merupakan salah satu cara untuk memeriksa normalitas distribusi. Hasil pambar yang terjadi si spss memberikan ilustrasi normalitas distribusi yang dapat ditafsirkan sebagai terpenuhi atau tidaknya asumsi normalitas. Cara lain adalah dengan membuat plot antara distribusi kumulatif antara residual dengan residual harapan. Apabila asumsi normalitas terpenuhi, maka keduanya akan membentuk garis lurus menarik dengan identik.

2). Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk menentukan apakah terdapat hubungan linear yang signifikan antara dua variabel yang sedang dianalisis. Proses pengujian dilaksanakan menggunakan aplikasi SPSS for Windows dengan menggunakan *Test of Linearity* dan batas signifikansi 0.05. Jika nilai signifikansi pada linearitas kurang dari 0.05, maka kedua variabel dianggap memiliki hubungan linear. Sebaliknya, jika nilai signifikansinya lebih dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan linear antara kedua variabel tersebut (Priyatno, 2014).

c. Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan regresi sederhana, dimana dalam menguji hipotesis dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 20.0 for Windows dengan ketentuan nilai signifikansi < 0.05 . Jika nilai signifikan yang didapat berada pada taraf < 0.05 maka dapat dikatakan terdapat kontribusi antara variabel independen terhadap dependen, sedangkan jika sebaliknya yang terjadi yaitu nilai signifikansi > 0.05 maka dapat dikatakan tidak terdapat kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen.