

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel merupakan langkah awal dalam menetapkan variabel-variabel utama yang digunakan dalam suatu penelitian, serta menentukan fungsi dari masing-masing variabel tersebut. Dalam konteks penelitian psikologi, satu variabel dapat memiliki hubungan yang kompleks dan saling mempengaruhi dengan variabel lainnya (Azwar, 2007). Variabel penelitian sendiri diartikan sebagai atribut, karakteristik, atau nilai tertentu yang dimiliki oleh individu, objek, atau kegiatan yang memiliki variasi dan dipilih oleh peneliti untuk dikaji lebih lanjut guna menarik suatu kesimpulan (Sugiyono, 2009). Dua kategori variabel digunakan dalam penelitian ini: variabel terikat (*dependent*) dan variabel bebas (*independent*).

1. Variabel Terikat

Variabel terikat atau (*dependent variable*) sering juga disebut sebagai variabel hasil, kriteria, atau konsekuensi. Variabel ini merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas, atau merupakan akibat dari adanya perlakuan atau pengaruh dari variabel bebas. Oleh karena itu, hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas bersifat erat dan saling berkaitan (Idrus, 2009). Adapun variabel terikat dalam penelitian ini adalah *Quarter life crisis*.

2. Variabel bebas

Variabel yang tidak bergantung pada variabel lain. Menurut Indrus (2009), variabel dependen dapat berasal dari variabel independen atau sebaliknya. Adapun variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial orangtua.

B. Defenisi Operasional

1. *Quarter Life Crisis*

Quarter life crisis merupakan bentuk reaksi emosional yang muncul dalam diri individu yang ditandai dengan adanya perasaan panik, takut akan kegagalan, kecemasan yang berlebihan hingga perasaan frustrasi. Dalam penelitian ini *Quarter life crisis* diukur melalui beberapa aspek, yaitu: (1) Kebimbangan dalam

pengambilan keputusan, (2) Putus asa, (3) Penilaian diri yang negatif, (4) Terjebak dalam situasi sulit, (5) Cemas, (6) Tertekan, (7) Khawatir terhadap hubungan interpersonal.

Tingkat *quarter life crisis* pada seseorang diukur berdasarkan total skor yang diperoleh dari skala *quarter life crisis*. Semakin tinggi skor yang didapatkan, maka semakin tinggi pula tingkat *quarter life crisis* yang dialami individu. Sebaliknya, skor yang lebih rendah menunjukkan tingkat *quarter life crisis* yang lebih rendah pula.

2. Dukungan Sosial Orang Tua

Dukungan sosial merupakan respon positif yang diterima individu, yang memberikan rasa nyaman melalui perhatian, penghargaan, dan bantuan dari orang lain. Melalui dukungan ini, seseorang merasa dihargai dan diperhatikan, sehingga meningkatkan perasaan aman dan nyaman dalam dirinya. Dukungan sosial orang tua dalam penelitian ini diukur menggunakan aspek yaitu : Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan, Dukungan Instrumental, Dukungan Informatif.

Dukungan sosial seseorang dapat diukur dengan melihat skornya pada skala tersebut. Dukungan sosial yang dirasakan sebanding dengan skor anak pada skala dukungan sosial orangtua. Sebaliknya, jika skor seseorang rendah, artinya mereka tidak menerima dukungan sosial yang cukup dari orangtuanya.

C. Populasi, Sampel, dan Tehnik Sampling

1. Populasi

(Sugiyono, 2013) “Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek yang memiliki kualitas atau karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diukur”. Dalam penelitian ini mengambil populasi mahasiswa tingkat akhir Universitas Setia Budi Surakarta angkatan 2018-2021 dengan jumlah keseluruhan 1030 mahasiswa. Data diperoleh dari BAASI (Biro administrasi Akademik dan Sistem Informasi). Kemudian, dari data tersebut akan dilakukan *screening* awal untuk memperoleh jumlah populasi sesuai dengan karakteristik yang telah ditetapkan. Adapun ciri-ciri atau karakteristik populasi dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Masih berstatus sebagai mahasiswa aktif di Universitas Setia Budi Surakarta angkatan tahun 2018-2021.
- b. Rentang usia 20-25 tahun karena menurut Harlock (1991) dalam rentang usia tersebut sudah termasuk dalam usia dewasa awal karena dalam rentang usia tersebut telah mampu menyelesaikan permasalahan secara baik dengan stabil dan tenang.
- c. Sedang mengerjakan skripsi atau KTI saat penelitian dilakukan

Tabel 3.1. Populasi Penelitian

No	Angkatan	Jumlah Mahasiswa Aktif
1	2018	22
2	2019	29
3	2020	68
4	2021	346
5	2022	565
Total		1030

Sumber : BAASI Universitas Setia Budi Surakarta (Juni 2025)

2. Sampel

Defenisi sampel yakni bagian dari populasi yang akan diteliti. Hadi (2017) menuturkan bahwa syarat utama dalam pengambilan sampel yang harus memiliki setidaknya satu ciri yang sama dari karakteristik populasi kemudian sampel tersebut dapat dikatakan mewakili sebuah populasi. Menurut azwar (2018), jumlah minimal subyek dalam penelitian kuantitatif adalah 30 orang. Penelitian ini menggunakan rumus Slovin dengan taraf kesalahan 10% untuk menentukan jumlah sampel yang akan digunakan agar jumlahnya mewakili populasi penelitian. Alasan menggunakan taraf kesalahan 10% karena populasi penelitian cukup besar dan memiliki karakteristik yang relative sama, sehingga toleransi kesalahan tersebut masih dapat diterima. Adapun rumus Slovin yang digunakan adalah sebagai berikut:

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

Keterangan :

n :Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

E : Batas toleransi kesalahan. E =0,1

Adapun perhitungan sampel penelitian dengan rumus tersebut adalah sebagai berikut :

$$n = \frac{1030}{1+(1030 \cdot 0,1^2)} = \frac{1030}{1+10,3} = \frac{1030}{11,3}$$

$$n = 91,1$$

total sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 91 mahasiswa.

3. Tehnik pengambilan sampel

Tehnik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode non probabilitas (*non probability sampling*), dimana pemilihan responden dilakukan secara tidak acak, namun didasarkan pada kesesuaian karakteristik individu dengan populasi yang ingin diteliti (Creswell, 2012). Selanjutnya peneliti menerapkan tehnik *purposive sampling*, yang didefinisikan sebagai metode pengambilan sampel dengan karakteristik tertentu dan memiliki hubungan dengan populasi yang telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti (Hadi, 2017). Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuisioner menggunakan *google form* dengan mempertimbangkan ketentuan dan kriteria yang telah ditetapkan.

4. Metode Pengumpulan Data

Peneliti mengandalkan metode pengumpulan data untuk mendapatkan informasi bagi penelitian mereka. Pengumpulan informasi tentang variabel yang diteliti merupakan inti dari metode pengumpulan data dalam penelitian. Variabel yang akan diteliti menggunakan metode yang efisien dan akurat (Azwar, 2018). Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala model Likert. “Skala likert adalah bentuk pertanyaan yang digunakan terdiri dari beberapa alternative pertanyaan jawaban dan subyek hanya memilih salah satu dengan memberikan tanda silang pada jawaban yang dipilih dan dianggap sesuai dengan keadaan dirinya” (Azwar, 2018).

5. Instrument Penelitian

Instrument penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam rangka memperoleh informasi yang dibutuhkan selama proses penelitian berlangsung. Menurut Sugiyono (2013) instrument penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur fenomena, baik yang bersifat

alamiah maupun sosial, sesuai dengan objek yang diamati. Dalam penelitian ini, instrument yang digunakan adalah sebagai berikut:

a. *Quarter Life Crisis*

Tingkat *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir diukur menggunakan skala yang dikembangkan oleh Sumartha (2020), yang disusun berdasarkan aspek-aspek *quarter life crisis* menurut Robbins dan Wilner (2001). Skala ini terdiri atas 28 pernyataan, yang terbagi menjadi 14 item bersifat favorable dan 14 item unfavorable. Instrument tersebut memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,856 sebagaimana dilaporkan oleh Sumartha (2020). Terdiri dari tujuh aspek, yaitu bimbang dalam pengambilan keputusan, putus asa, penilaian yang negatif, terjebak dalam situasi sulit, cemas, tertekan dan khawatir terhadap hubungan interpersonal.

Tabel 3.2. Blue Print Skala *Quarter Life Crisis*

Aspek	Indikator	No Aitem		Total
		Favo	Unfavo	
Kebimbangan dalam pengambilan keputusan	Merasa bimbang dalam menentukan pilihan.	1	15	2
	Mempertanyakan kembali keputusan yang diambil.	2	16	2
	Putus asa	3	17	2
Penilaian diri yang negative	Merasa yang dilakukan sia-sia.	4	18	2
	Merasa gagal dalam hidup.	5	19	2
	Menganalisis diri secara berlebihan.	6	20	2
Terjebak dalam situasi sulit	Merasa hidup tidak memuaskan.	7	21	2
	Merasa berada pada situasi yang berat.	8	22	2
Cemas	Merasa kesulitan menentukan tujuan.	9	23	2
	Merasa takut gagal.	10	24	2
Tertekan	Merasa khawatir yang berlebihan.	11, 12	25, 26	4
	Merasakan tekanan hidup yang semakin berat.	13, 14	27, 28	4
Khawatir terhadap hubungan interpersonal	Memikirkan hubungan dengan teman, keluarga, pasangan dan karier			
Total		14	14	28

b. Dukungan Sosial Orang Tua

Skala dukungan sosial orang tua dalam penelitian ini diungkap dari skala yang diadaptasi dari skala yang disusun oleh Rayyan (2017) yang meliputi aspek dukungan penghargaan, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan penilaian, dan dukungan informasi yang dimana Reliabilitas adalah 0,937. Skala dukungan sosial berjumlah 35 aitem atas 17 aitem *favorable* dan 18 aitem *unfavorable*

Tabel 3.3. Blue Print Skala Dukungan Sosial

Aspek	Jumlah Item		Total
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Dukungan emosional	1, 2, 3, 4	18, 19, 20, 21	8
Dukungan penghargaan	5, 6, 7, 8	22, 23, 24, 25, 26, 27	10
Dukungan instrumental	9, 10, 11, 12	28, 29, 30, 31	8
Dukungan informasi	13, 14, 15, 16, 17	32, 33, 34, 35	9
Total	17	18	35

6. Cara penilaian

Sistem penilaian pada skala *Quarter Life Crisis* dan Dukungan Sosial Orang Tua menggunakan empat pilihan respons, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai).

Untuk aitem *favorable* (positif) pada jawaban SS diberi skor 4, S diberi skor 3, TS diberi skor 2, dan STS diberi skor 1. Sebaliknya pada aitem *unfavorable* (negatif) penilaian dibalik yaitu, jawaban SS diberi skor 1, S diberi skor 2, TS diberi skor 3, STS diberi skor 4.

7. Validitas dan Reliabilitas

Validitas dan reliabilitas suatu instrument atau skala dalam penelitian merupakan aspek yang penting untuk diperhatikan, guna memastikan bahwa alat ukur yang digunakan mampu menghasilkan data yang akurat (valid) dan konsisten (reliabel).

a) Validitas

Menurut Azwar (2010) untuk memastikan bahwa skala psikologi mampu menghasilkan data yang akurat sesuai

dengan tujuan pengukurannya, diperlukan pengujian validitas. Skala yang dikembangkan berdasarkan area pengukuran yang telah diidentifikasi secara jelas akan memiliki batasan yang tegas. Instrument yang valid berarti alat ukur tersebut benar-benar dapat digunakan untuk mengukur apa yang harusnya diukur.

b) Reliabilitas

Menurut Azwar (2010), reliabilitas mengacu pada konsistensi atau tingkat kepercayaan terhadap hasil pengukuran yang mencerminkan ketelitian alat ukur. Dalam penelitian ini, pengujian reliabilitas pada skala *quarter life crisis* dan skala dukungan sosial orangtua dilakukan menggunakan teknik koefisien *alpha Cronbach*. Analisis reliabilitas dihitung dengan SPSS *for windows release 25,0 for windows release*.

D. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan proses yang dilakukan untuk mengolah dan menelaah hasil data yang telah dikumpulkan dari seluruh subjek penelitian (Hadi, 2017). Tahapan dalam analisis data meliputi pengelompokkan data berdasarkan variabel, penjabaran data melalui tabulasi sesuai variabel dari seluruh subjek, penyajian data tiap variabel yang diteliti, serta perhitungan statistic untuk menguji hipotesis. Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah uji korelasi *product moment*.

1. Uji normalitas

Uji normalitas adalah sebuah uji yang dapat digunakan untuk membuktikan data penelitian tersebut berasal dari populasi yang sebenarnya normal. Maka dilakukan uji normalitas yakni mempergunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Z*. Teknik *Kolmogorov-Smirnov Z* digunakan untuk membandingkan suatu data yang diuji normalitasnya dengan data yang baku dan asli. Azwar (2017) menjelaskan data yang dikatakan normal apabila memiliki signifikansi bernilai $>0,05$. Sedangkan, data yang dianggap tidak normal apabila signifikansi bernilai $<0,05$. Pada penelitian ini, uji normalitas mempergunakan program SPSS versi 25,0 *for windows release*.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui adanya hubungan yang linear antara dua variabel. Dua variabel dinyatakan linear apabila nilai signifikan kurang dari 0,05 (Azwar, 2013).

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk menguji apakah hipotesis dapat diterima atau ditolak. Pada penelitian ini, uji hipotesis menggunakan uji korelasi *Rank Sperman* yang mengukur hubungan linear antara dua variable dengan distribusi data tidak normal dengan menggunakan SPSS versi 25,0 *for windows release*.