

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Menurut Kurniawan & Puspitaningtyas (2017), penelitian adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk menemukan hal baru tentang suatu pengetahuan tertentu. Penelitian juga dilakukan untuk membuktikan keraguan terhadap suatu pengetahuan tertentu dan memperdalam serta memperluas pengetahuan yang telah ada sebelumnya.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan pada pengujian teori melalui pengukuran variabel penelitian dengan menggunakan angka dan melakukan analisis data menggunakan prosedur statistik (Paramita, Daniar, Rizal & Sulistyan, 2021). Menurut Faenkel & Wallen (dalam Paramita et al., 2021), penelitian korelasional merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui tingkat hubungan dari dua variabel atau lebih tanpa mempengaruhi variabel sehingga tidak akan terdapat manipulasi variabel.

3.2. Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel

3.2.1. Identifikasi Variabel

Menurut Paramita et al., (2021), variabel penelitian merupakan suatu objek penelitian yang digunakan atau ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari lebih dalam agar memperoleh informasi yang lengkap tentang hal tersebut sehingga dapat menarik sebuah kesimpulan. Terdapat dua variabel yang digunakan peneliti dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Variabel Tergantung (Y): *Quarterlife crisis* pada masa dewasa awal
- b. Variabel Bebas (X): Dukungan sosial

3.2.2. Definisi Operasional Variabel

Menurut Kurniawan & Puspitaningtyas (2017), definisi operasional merupakan sebuah definisi yang didasarkan pada suatu karakteristik variabel yang akan diobservasi melalui apa yang sedang didefinisikan atau menerjemahkan konsep variabel menjadi suatu instrumen pengukuran. Berikut merupakan definisi operasional variabel dalam penelitian:

- a. *Quarterlife Crisis* pada Masa Dewasa Awal

Quarterlife crisis pada masa dewasa awal merupakan periode krisis yang dialami oleh kebanyakan orang dengan rentang usia 18 hingga 30-an tahun yang dapat terjadi akibat belum adanya kepercayaan dalam diri dan kesiapan yang matang untuk menjalani kehidupan secara mandiri. *Quarterlife crisis* pada masa dewasa awal dapat diukur berdasarkan aspek-aspeknya, yaitu kebimbangan dalam pengambilan keputusan, perasaan putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi sulit, rasa cemas, perasaan tertekan, dan khawatir terhadap hubungan interpersonal. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula individu tersebut mengalami *quarterlife crisis*, begitupun sebaliknya.

- b. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan pemberian rasa nyaman, perhatian, penghargaan atau bantuan dari orang lain atau kelompok yang dapat dipercaya seperti keluarga, pasangan atau kekasih, dan teman yang dapat meningkatkan kesejahteraan hidup orang yang bersangkutan. Dukungan sosial dapat diukur berdasarkan aspek-aspeknya, yaitu *emotional or esteem support, tangible or*

instrumental support, informational support, dan companionship support. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula dukungan sosial yang diterima, begitupun sebaliknya.

3.3. Subjek Penelitian

3.3.1. Populasi

Menurut Kurniawan & Puspitaningtyas (2017), populasi adalah sekelompok orang dengan kualitas ciri-ciri dan karakteristik yang sudah ditetapkan sebagai subjek yang akan diteliti dalam sebuah penelitian. Menentukan serta mengklasifikasi subjek penelitian merupakan hal yang sangat penting bagi peneliti agar penelitian ini dapat berjalan dengan baik dan tidak keluar dari konteks. Maka dari itu, populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah individu yang tergolong sedang menginjak fase dewasa awal dengan rentang usia 20 – 25 tahun, tidak bekerja, dan berdomisili di Kota Semarang.

3.3.2. Sampel

Menurut Paramita et al., (2021), sampel merupakan bagian dari populasi yang akan digunakan dalam observasi atau penelitian guna menarik suatu kesimpulan atas penelitian yang dilakukan. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampling insidental. Sampling insidental merupakan teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan/insidental, dimana siapapun yang secara kebetulan melihat ataupun menerima skala yang dibagikan oleh peneliti maka dapat dijadikan sebagai sampel apabila orang tersebut cocok untuk dijadikan sebagai responden penelitian (Paramita et al., 2021)

3.4. Metode Pengumpulan Data

3.4.1. Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Menurut Likert (dalam Budiaji, 2013), skala likert adalah skala yang diberisikan beberapa butir pertanyaan yang digunakan untuk mengukur perilaku dari individu dengan memberikan beberapa pilihan jawaban pada setiap butir pertanyaannya, dimana setiap jawabannya memiliki nilai jawaban yang berbeda-beda.

Terdapat dua skala yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala *quarterlife* crisis dan skala dukungan sosial. Lalu, setiap skala yang akan digunakan akan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu terdapat item favorable yang berisikan pernyataan yang mendukung objek penelitian dan item unfavorable yang diberisikan pernyataan yang tidak mendukung objek penelitian.

3.4.2. Blue Print dan Cara Pengukuran

3.4.2.1. Skala *Quarterlife Crisis*

Pada penelitian ini, skala yang digunakan untuk mengukur *quarterlife crisis* pada masa dewasa awal akan berjumlah 28 item yang disusun berdasarkan tujuh aspek *quarterlife crisis* menurut Robbins & Wilner (2001), yaitu kebimbangan dalam pengambilan keputusan, perasaan putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi sulit, rasa cemas, perasaan tertekan, dan khawatir terhadap hubungan interpersonal. Rancangan skala *quarterlife crisis* dapat dilihat pada tabel 3.1. berikut ini:

TABEL 3.1.
Rancangan Skala *Quarterlife Crisis*

No.	Aspek-aspek <i>Quarterlife Crisis</i>	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Kebimbangan dalam mengambil keputusan	2	2	4
2.	Perasaan putus asa	2	2	4
3.	Penilaian diri yang negatif	2	2	4
4.	Terjebak dalam situasi sulit	2	2	4
5.	Rasa cemas	2	2	4
6.	Perasaan tertekan	2	2	4
7.	Khawatir terhadap hubungan interpersonal	2	2	4
Jumlah				28

3.4.2.2. Skala Dukungan Sosial

Pada penelitian ini, skala yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial yang berjumlah 16 item yang disusun berdasarkan aspek – aspek dukungan sosial menurut Sarafino & Smith (2012), yaitu *emotional or esteem support*, *tangible or instrumental support*, *informastional support*, dan *companionship support*. Rancangan skala dukungan sosial dapat dilihat pada tabel 3.2. berikut ini:

TABEL 3.2.
Rancangan Skala Dukungan Sosial

No.	Aspek-aspek Dukungan Sosial	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Emotional or esteem support</i>	2	2	4
2.	<i>Tangible or instrumental support</i>	2	2	4
3.	<i>Informastional support</i>	2	2	4
4.	<i>Companionship support</i>	2	2	4
Jumlah				16

3.4.2.3. Cara Penilaian

Dalam penelitian ini, cara penilaian yang digunakan untuk mengukur skala *quarterlife crisis* dan dukungan sosial yaitu dengan menggunakan skor 1-4. Akan terdapat empat alternatif jawaban di setiap itemnya, pilihan tersebut adalah STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), S (Sesuai), dan SS (Sangat

Sesuai). Setiap alternatif jawaban memiliki nilainya sendiri-sendiri. Pada item favorable, jawaban SS akan dinilai 4, S dinilai 3, TS dinilai 2, dan STS dinilai 1. Sedangkan pada item unfavorable, jawaban STS dinilai 4, TS dinilai 3, S dinilai 2, dan SS dinilai 1.

3.5. Validitas dan Reliabilitas

3.5.1. Validitas Alat Ukur

Menurut (Paramita et al., 2021), uji validitas dapat dilakukan dengan tujuan untuk mencari tahu sampai sejauh mana skala yang digunakan dalam penelitian dapat menggali data atau informasi yang diperlukan. Suatu tes dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat tes tersebut menjalankan fungsi ukur secara tepat atau dapat memberikan hasil ukur yang sesuai (Matondang, 2009). Teknik uji validitas yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *Bivariate Pearson (Product Moment Pearson)*.

3.5.2. Reliabilitas

Menurut (Paramita et al., 2021), uji reliabilitas atau keandalan dapat dilakukan dengan tujuan mengetahui sejauh mana skala yang digunakan dalam penelitian dapat memberikan hasil yang sesuai dan tidak berbeda apabila dilakukan pengukuran ulang terhadap subjek yang sama namun pada waktu yang berbeda. Teknik uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik *Alpha Cronbach*.

3.6. Teknik Analisa Data

Pada penelitian ini, teknik analisis data yang akan digunakan oleh peneliti adalah teknik korelasi *Product Moment Pearson* yang akan diaplikasikan pada program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*). Peneliti menggunakan teknik analisa data tersebut karena terdapat dua variabel yang

digunakan dalam penelitian ini, terdapat variabel tergantung dan juga variabel bebas. Variabel tergantung pada penelitian ini adalah *quarterlife crisis* pada masa dewasa awal dan variabel bebasnya adalah dukungan sosial.

