

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode kuantitatif ialah metode yang dipakai untuk meneliti suatu variabel yang datanya berupa angka-angka dan proses pengumpulan datanya menggunakan prosedur statistik atau pengukuran dengan hasil penelitiannya berupa skor.<sup>1</sup> Jenis penelitiannya ialah penelitian korelasional (*correlational research*). Penelitian korelasional (*correlational research*) bertujuan untuk mendeteksi sejauh mana variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan pada koefisien korelasi. Sehingga penelitian korelasional (*correlational research*) digunakan untuk mengetahui tinggi rendahnya saling hubungan dan bukan atau tidak saling hubungan antar dua variabel.<sup>2</sup>

#### **B. Variabel Penelitian**

Variabel merupakan simbol angka atau nilai yang berbeda-beda dari satu subjek ke subjek lain atau dari objek ke objek lainnya. Terdapat dua variabel yang digunakan penelitian ini, yaitu:

1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas atau variabel independent yaitu variabel yang menjadi sebab atau yang mempengaruhi perubahan variabel terikat. Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah *tawakkal*.

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat atau variabel dependent yaitu variabel yang dipengaruhi atau variabel yang menjadi akibat karena pengaruh dari

---

<sup>1</sup> Ahmad Saifuddin, *Penyusunan Skala Psikologi*. (Jakarta: Kencana, 2020).

<sup>2</sup> Amos Neolaka, *Metode Penelitian Dan Statistik*, Cet. 2 (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2016), 27.

variabel bebas. Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah *Quarter Life Crisis*.<sup>3</sup>

### **C. Waktu dan Lokasi Penelitian**

#### 1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri Pada Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah.

#### 2. Waktu Penelitian

Waktu yang dilaksanakan dalam penelitian ini yaitu pada tanggal 19 Mei 2024 sampai 28 Mei 2024.

### **D. Data dan Sumber Data**

#### 1. Data

Dalam penelitian ini menggunakan data kuantitatif. Data kuantitatif adalah data yang direpresentasikan sebagai angka. Ciri data kuantitatif adalah operasi matematika dapat dilakukan dan tidak ada klasifikasi. Dalam penelitian ini data kuantitatif adalah data yang didapatkan peneliti setelah melakukan penelitian terhadap subjek yang diteliti, untuk selanjutnya dilakukan tabulasi data dan analisis data.

#### 2. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini ialah data primer yang diperoleh langsung dari subjek penelitian melalui angket atau kuesioner. Pada penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner tertutup, dimana jawaban telah disediakan kemudian responden tinggal memilih. Kuesioner berisi berbagai

---

<sup>3</sup> Bambang Sudaryana Dan Ricky Agusiady, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Deepublish, 2022).

instrumen dimana subjek menjawab pertanyaan untuk menemukan tanggapan, keyakinan, dan sikap.<sup>4</sup>

## **E. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan subjek atau objek dengan kualitas atau karakteristik tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri tahun angkatan 2017-2020 yang sedang mengerjakan skripsi, yang berjumlah 58 mahasiswa.

### **2. Sampel**

Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *nonprobability sampling*. Teknik *nonprobability sampling* adalah teknik sampling yang tidak memberikan peluang atau kesempatan bagi anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Dalam penelitian ini teknik *noprobability sampling* yang akan digunakan ialah teknik sampel jenuh, dimana semua anggota populasi dipilih menjadi sampel.<sup>5</sup>

## **A. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data adalah teknik atau cara yang dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian. Ada berbagai teknik pengumpulan data yang dapat dilakukan dalam

---

<sup>4</sup> Purwanto, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi Pendidikan* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 215.

<sup>5</sup> nanang martono, *Metode Penelitian Kuantitatif: Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*, rev. 2, cet. 4 (Jakarta: rajawali pers, 2014), 78–79.

sebuah penelitian. Pada penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner atau angket dalam bentuk google form.

Kuesioner adalah teknik pengumpulan data dengan cara memberi sejumlah pertanyaan tertulis yang ditujukan kepada subjek. Pada penelitian ini menggunakan kuisoner tertutup, yaitu kuesioner yang telah disediakan pilihan jawaban untuk dipilih oleh objek penelitian. Dan dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini berupa, data-data mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2017-2020.

## **B. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian ialah alat yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data dalam proses penelitian, agar peneliti mudah dalam mengolah data sehingga diperlukan alat untuk mengumpulkan data dengan hasil yang lengkap dan sistematis. Dalam penelitian ini uji coba instrumen yang digunakan adalah uji coba terpakai. Uji coba terpakai merupakan hasil uji coba dari item-item yang langsung digunakan untuk menguji hipotesis. Penelitian ini menggunakan uji coba terpakai karena mengingat sibuknya mahasiswa dan keterbatasan waktu dalam penelitian, sehingga peneliti memperhitungkan efektivitas waktu dalam pengumpulan data supaya lebih singkat.

Pada penelitian ini menggunakan dua skala yang diukur, yakni skala *tawakkal* dari teori Yusuf Qardhawi dan skala *Quarter Life Crisis* dari teori Robbins dan Wilner. Kedua skala ini disusun dengan menggunakan skala likert. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai panduan untuk menyusun item-item instrumen yang berupa pertanyaan-pertanyaan.

Dengan menggunakan lima pilihan jawaban, yaitu “selalu”, “sering”, “kadang-kadang”, “hampir tidak pernah”, dan “tidak pernah”.<sup>6</sup> Berikut tabel penentuan skor untuk alternatif jawaban.

**Tabel 3. 1 Skor Pernyataan**

Kategori jawaban	Favorable	Unfavorable
Selalu	5	1
Sering	4	2
kadang-kadang	3	3
hampir tidak pernah	2	4
tidak pernah	1	5

a. Skala *Quarter Life Crisis*

Skala *Quarter Life Crisis* ini disusun berdasarkan teori yang dijelaskan oleh Robbins dan Wilner, yang mana terdiri dari tujuh aspek, yaitu bimbang dalam mengambil keputusan, putus asa, cemas, tertekan, penilaian diri negatif, terjebak dalam situasi sulit, dan khawatir terhadap hubungan interpersonal. Dari ketujuh aspek tersebut kemudian dibuat beberapa indikator yang bertujuan untuk menjadi panduan dalam membuat item.

**Tabel 3. 2 Blue Print *Quarter Life Crisis***

No.	Aspek	Bobot	Indikator	Bobot	F	Uf	Jumlah																																																				
1.	Bimbang dalam mengambil keputusan	14%	Bingung menentukan pilihan yang tepat untuk masa depan	7%	16,	31,	4																																																				
					26	48		2.	Cemas	15%	Bimbang dalam mengambil keputusan	7%	6, 53	20,	4				23	Takut gagal	5%	41, 5	47	3				Meragukan kemampuan yang dimiliki	5%	11	22,	3				Khawatir dan cemas terhadap masa depan	5%	25	49,							12	3	3.	Putus asa	14%	Tidak puas terhadap hasil yang diperoleh	7%	32,	46,	4				
2.	Cemas	15%	Bimbang dalam mengambil keputusan	7%	6, 53	20,	4																																																				
						23					Takut gagal	5%	41, 5	47		3				Meragukan kemampuan yang dimiliki	5%	11	22,	3				Khawatir dan cemas terhadap masa depan	5%	25	49,							12	3	3.	Putus asa	14%	Tidak puas terhadap hasil yang diperoleh	7%	32,	46,	4						29	54					
			Takut gagal	5%	41, 5	47		3																																																			
			Meragukan kemampuan yang dimiliki	5%	11	22,	3																																																				
			Khawatir dan cemas terhadap masa depan	5%	25	49,																																																					
						12	3																																																				
3.	Putus asa	14%	Tidak puas terhadap hasil yang diperoleh	7%	32,	46,	4																																																				
					29	54																																																					

<sup>6</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R & D*, Cet. 4 (Bandung: Alfabeta, 2008), 93–94.

			Apa yang dilakukan sia-sia	7%	13, 34	7, 24	4
4.	Terjebak dalam situasi sulit	15%	Sulit keluar dari situasi yang berat	15%	9, 21, 33	52, 8, 45	6
5.	Penilaian diri negatif	14%	Cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain	7%	19, 18	55, 28	4
			Merasa kurang memiliki suatu hal untuk masa depannya	7%	35, 38	43, 14	4
6.	Tertekan	14%	Masalah yang dihadapi semakin berat	7%	39, 17	4, 10	4
			Terbebani	7%	2, 40,	44, 27	4
7.	Khawatir terhadap hubungan interpersonal	14%	Khawatir terhadap kehidupan pernikahan	7%	36, 50	15, 30	4
			Bimbang dalam menentukan pasangan	7%	51, 1	3, 37	4
Jumlah		100%		100%	27	28	55

b. Skala *tawakkal*

Skala *tawakkal* ini disusun berdasarkan teori yang dijelaskan oleh Yusuf Qardhawi bahwa terdapat empat aspek-aspek *tawakkal*, yakni timbulnya ketenangan dan ketentraman, kekuatan, sikap ridha, dan timbulnya harapan dan keyakinan diri. Dari aspek-aspek tersebut kemudian dibuat beberapa indikator untuk mempermudah membuat item.

**Tabel 3. 3 Blue Print *Tawakkal***

No.	Aspek	Bobot	Indikator	Bobot	F	Uf	Jumlah
1.	Tenang dan tentram	25%	Gembira dalam segala kondisi	13%	17, 4, 41	3, 34, 26, 13	7
			Mengerahkan segala urusannya kepada Allah	12%	25, 48, 51	29, 44, 23	6
2.	Harga diri	25%	Mudah menyesuaikan diri dengan perubahan	9%	31, 42, 30	12, 37	5
			Penghormatan diri	8%	5, 28	24, 45	4
			Mudah mengatasi masalah	8%	8, 35	46, 39	4
3.	Harapan	25%	Tidak muda putus asa	13%	20, 43, 32, 49	15, 7, 40	7
			Percaya kepada Allah	12%	2, 14, 38	27, 47, 10	6
4.	Ridha	25%	Ridha terhadap yang diterima	12%	19, 36, 18	1, 9, 52	6
			Lapang dada	13%	11, 22, 33, 50	6, 16, 21	7
Jumlah		100%		100%	27	25	52

## H. Teknik Analisis Data

### 1. Uji Validitas

Validitas ialah sebuah alat ukur yang untuk menunjukkan kevalidan terhadap suatu instrumen penelitian. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan mampu mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Adapun dasar pengambilan keputusan dalam uji validitas adalah apabila koefisien korelasi butir dengan skor total skala yang dikoreksi sama dengan atau lebih besar daripada 0,300. Artinya jika skor total skala yang dikoreksi sama dengan (=) atau  $> 0,300$  maka item dianggap tidak gugur.<sup>7</sup>

### 2. Uji Reliabilitas

<sup>7</sup> Sarmanu, *Dasar Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Statistika* (Surabaya: Airlangga University Press, 2019), 57.

Reliabilitas yaitu tingkat keakuratan dan ketetapan dari suatu alat ukur dalam mengukur sesuatu.<sup>8</sup> Alat ukur dapat dikatakan reliabel jika kemampuan mengukur serta keakuratan hasil ukurannya tetap konsisten walapun telah digunakan beberapa kali. Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan uji statistik *alpha croncbach's* dengan nilai reliabilitas pada angka 0-1,00. Dan koefisien reliabilitas 0,700 yang dapat digunakan untuk penelitian.

1. Jika alpha antara 0.700 – 0.900 maka reliabilitas tinggi
2. Jika alpha 0.500 – 0.700 maka reliabilitas moderat/ sedang
3. Jika alpha < 0.500 maka reliabilitas rendah

### 3. Uji Asumsi

#### a. Normalitas

Uji normalitas merupakan prosedur yang digunakan untuk melihat apakah data berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji *one sample kolmogorov-smirnov test*. Pengambilan keputusan dalam uji normalitas yaitu :

- a. Signifikansinya  $p > 0.05$  data terdistribusi normal.
- b. Signifikansinya  $p < 0.05$  data terdistribusi tidak normal.

#### b. Linearitas

Uji linearitas berfungsi untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linear atau tidak. Ketentuan uji linearitas ialah jika nilai signifikansi untuk nilai *deviation from linearity* adalah  $> 0.05$ , dapat diasumsikan bahwa ada hubungan linear antara variabel independen dengan dependen. Namun jika nilai

---

<sup>8</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, Ed., Cet. 1 (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), 83–95.



signifikansi  $< 0.05$ , maka dapat dinyatakan tidak ada hubungan linear antara variabel dependen dengan variabel independen.<sup>9</sup>

#### 4. Uji Hipotesis

Hipotesis penelitian merupakan jawaban sementara dari suatu masalah penelitian, oleh karena itu kebenaran dari hipotesis perlu di uji dengan uji stastistik untuk menentukan benar atau salah hipotesis. pada penelitian ini jenis hipotetis yang digunakan ialah hipotetis asosiatif. hipotetif asosiatif adalah hipotetis yang menjelaskan antar variabel. hipotesis ini dirumuskan dalam bentuk pertanyaan yang menjelaskan hubungan atau pengaruh dua variabel atau lebih, baik secara eksplit maupun implisit.<sup>10</sup> Hipotesis dalam penelitian ini menggunakan Regsi Linear Sederhana untuk mendapatkan nilai signikansi dan nilai koefisien korelasi, dengan ketentuan jika nilai sig.  $< 0,05$  maka berpengaruh signifikan dan jika Fhitung  $< F$ tabel maka  $H_0$  diterima<sup>11</sup>.

$H_a$  : terdapat pengaruh yang signifikan *tawakkal* terhadap *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa

$H_0$  : tidak terdapat pengaruh yang signifikan *tawakkal* terhadap *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa

Uji hipotesis menggunakan regresi linear sederhana. Regresi linear sederhana ialah regresi linear yang hanya melibatkan dua variabel (variabel x dan y).<sup>12</sup> pada penelitian biasanya digunakan untuk mengetahui ada tidaknya “pengaruh *tawakkal* terhadap *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas

---

<sup>9</sup> Rahmat Aldy Purnomo, *Analisis Statistik Ekonomi Dan Bisnis Dengan Spss* (Ponorogo: Wade Groub, 2016), 94.

<sup>10</sup> Martono, *Metode Penelitian Kuantitatif: Analisis Isi Dan Analisis Data Sekunder*, 69.

<sup>11</sup> deni darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: remaja rosdakarya, 2014), 180.

<sup>12</sup> Neolaka, *Metode Penelitian Dan Statistik*, 137.

Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri yang sedang mengerjakan skripsi”.

Rumus dari regresi linear sederhana adalah:

$$Y = a + b X$$

Keterangan:

Y = variabel terikat

A = konstanta

B = koefisien regresi

X = variabel bebas