

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pengumpulan data melalui kuisioner. Penelitian ini dilakukan secara sistematis, direncanakan, dan terstruktur secara jelas sejak awal hingga desain penelitian dibuat. Menurut Sugiyono, metode kuantitatif digunakan untuk meneliti suatu populasi atau sampel tertentu.⁴⁰ Dalam metode survei, kuisioner menjadi instrumen utama dalam pengumpulan data. Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara optimisme dan *career adaptability* pada mahasiswa.

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah atribut atau unsur yang diteliti dan memiliki perbedaan (variasi) antara satu individu atau objek dengan yang lainnya. Dalam penelitian ini, terdapat dua jenis variabel yang digunakan, yaitu:

a. Variabel Independen (X)

Variabel ini sering disebut sebagai variabel bebas, stimulus, prediktor, atau antecedent. Disebut variabel bebas karena perannya adalah memengaruhi atau menjadi penyebab munculnya perubahan pada variabel lain, yaitu variabel dependen. Dalam penelitian ini, variabel independen adalah optimisme yakni sikap positif dan harapan baik seseorang terhadap masa depan, yang diasumsikan dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan karir.

⁴⁰ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2012). 87.

b. Variabel Dependen (Y)

Variabel ini dikenal sebagai variabel terikat atau variabel hasil. Artinya, variabel ini dipengaruhi atau menjadi akibat dari perubahan yang terjadi pada variabel independen. Dalam konteks penelitian ini, variabel dependen adalah career adaptability, yaitu kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dan menghadapi berbagai dinamika dan tuntutan dunia kerja.

B. Populasi dan Sampel

Berikut merupakan populasi dan sampel yang akan diteliti:

a. Populasi

Sugiyono mengatakan bahwa populasi adalah wilayah pemahaman umum yang terdiri dari objek dan subjek yang telah dipilih oleh peneliti untuk ditelaah dan disimpulkan.⁴¹ Pada penelitian ini berdasarkan data dari akademik melibatkan mahasiswa tingkat akhir yang bekerja sambil kuliah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Syekh Wasil Kediri dengan total 130.

b. Sampel

Menurut Sugiyono, sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan.⁴² Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu memilih responden berdasarkan kriteria tertentu karena tidak semua mahasiswa dalam populasi bekerja sambil kuliah. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang bekerja sambil kuliah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Syekh Wasil Kediri Angkatan 2019-2021 yang masih aktif.

Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

⁴¹ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D(Bandung: Alfabeta, 2012). 129.

⁴² Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D (Bandung: Alfabeta, 2012). 35.

1. Mahasiswa tingkat akhir yang bekerja sambil kuliah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Syekh Wasil Kediri.
2. Merupakan mahasiswa angkatan 2019 hingga 2021.
3. Masih aktif sebagai mahasiswa pada saat penelitian dilakukan.
4. Aktif menjalani perkuliahan sambil bekerja.

Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 130 mahasiswa. Untuk menentukan jumlah sampel, digunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (*margin of error*) sebesar 5% (0,05). Penentuan jumlah sampel dihitung menggunakan rumus slovin berikut:

$$n = N / (1 + N * e^2)$$

Dimana n adalah jumlah sampel, N adalah jumlah populasi, dan e adalah tingkat kesalahan yang diinginkan (*margin of error*).⁴³

Berikut adalah perhitungannya:

$$\begin{aligned}
 n &= 130 / (1 + 130 * (0,05)^2) \\
 &= 130 / (1 + 130 * 0,0025) \\
 &= 130 / (1 + 0,325) \\
 &= 130 / 1,325 \\
 &\approx 98,11
 \end{aligned}$$

Karena ukuran sampel harus dalam bentuk bilangan bulat, maka dilakukan pembulatan sehingga diperoleh jumlah sampel sebesar 98 mahasiswa. Hasil perhitungan jumlah sampel dari total populasi mahasiswa sejumlah 130 yaitu 98 sampel penelitian.

⁴³ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D(Bandung: Alfabeta, 2012). 37.

C. Teknik Pengumpulan Data

Data penelitian ini dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarakan kepada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja sambil kuliah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Syekh Wasil Kediri yang bekerja sambil kuliah. Kuesioner digunakan sebagai alat untuk mendapatkan tanggapan dari responden melalui serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis, guna mengetahui jumlah serta gambaran umum mahasiswa yang bekerja sambil kuliah. Jumlah pasti mahasiswa yang bekerja sambil kuliah awalnya belum diketahui, dan selanjutnya akan diperoleh melalui penyebaran kuesioner sebagai bagian dari pengumpulan data primer. Kuesioner disebarakan secara daring melalui Google Form karena lebih praktis, efisien, serta memungkinkan penelitian menjangkau lebih banyak responden dalam waktu yang lebih singkat. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan metode observasi untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai dinamika yang dialami oleh mahasiswa dalam menyeimbangkan tuntutan akademik dan pekerjaan.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini berupa kuisisioner yang digunakan untuk mengukur skala variabel X (Optimisme) dan skala variabel Y (*Career Adaptability*) pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja sambil kuliah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Syekh Wasil Kediri. Instrumen penelitian ini menggunakan skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian.⁴⁴ Cara penskoran dan skala optimism dan skala

⁴⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*(Bandung: Alfabeta, 2012). 93

career adaptability yaitu melihat jenis aitem yang terbagi menjadi dua yakni aitem favorable atau unfavorable. Berikut tabel tingkatan nilai pada skala Likert:

Tabel 3. 5 Tabel Skala Likert

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Skala penelitian merupakan elemen penting dalam metodologi penelitian yang berfungsi mengukur dan menggambarkan variabel. Dalam hal ini, skala merujuk pada serangkaian aturan atau nilai yang digunakan untuk mengklasifikasikan dan mengukur karakteristik spesifik dari data yang terkumpul. Penggunaan skala memungkinkan peneliti untuk mengubah data mentah menjadi informasi yang lebih bermakna, sehingga analisis dapat dilakukan dengan lebih akurat dan terstruktur.⁴⁵

Variable optimisme diukur menggunakan skala optimisme yang disusun menggunakan teori oleh Seligman. Teori ini menggunakan tiga aspek yaitu permanensi, pervasiveness, personalisasi.⁴⁶ Dari aspek tersebut disusun indikator yang menghasilkan 30 butir item pernyataan.

Tabel 3. 6 Blueprint Optimisme

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem Favorabel	Nomor Aitem Unfavorabel	Jumlah
1	Permanensi	Melihat peristiwa buruk sebagai hal sementara	3, 17, 26	11, 30	5
		Melihat peristiwa baik sebagai sesuatu yang menetap	1, 15, 24	8, 20	5
2	Pervasiveness	Peristiwa buruk hanya berdampak pada satu aspek	6, 14, 21	10, 28	5
		Peristiwa baik memengaruhi banyak aspek	4, 29, 18	7, 13	5
3	Personalisasi	Tidak menyalahkan diri sendiri atas peristiwa buruk	16, 22	5, 23, 25	5

⁴⁵ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2012).

⁴⁶ Seligman, M, E, P. Learned Optimism. New York: A Division of Random House, Inc. 2006

		Menganggap keberhasilan berasal dari usaha diri sendiri	2, 9, 27	19, 12	5
		Total Item	17	13	30

Variable *career adaptability* diukur menggunakan skala *career adaptability* yang disusun menggunakan teori oleh Savickas dan Porfeli. Teori ini menggunakan empat aspek yaitu *career concern*, *career control*, *career curiosity*, dan *career confidence*.⁴⁷ Dari aspek tersebut disusun indikator yang menghasilkan 32 butir item pernyataan.,

Tabel 3. 7 Blueprint Career Adaptability

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem Favorabel	Nomor Aitem Unfavorabel	Jumlah
1	Career Concern	Memiliki rencana dan tujuan karier yang jelas	2, 5	13, 15	4
		Antisipasi terhadap masa depan dan kesiapan menghadapi transisi	3, 16	6, 14	4
2	Career Control	Mampu mengambil keputusan sendiri terkait karier	1, 7	10, 18	4
		Tanggung jawab terhadap jalur karier sendiri	8, 24	21, 25	4
3	Career Curiosity	Aktif mengeksplorasi berbagai kemungkinan karier	19, 23	12, 27	4
		Mencari informasi karier dan pengembangan diri	9, 20, 22	17, 31	5
4	Career Confidence	Yakin dalam menghadapi tantangan karier	4, 29	30	3
		Percaya diri dalam menyelesaikan masalah karier	11, 28, 32	26	4
		Total Item	18	14	32

E. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah serangkaian langkah atau proses yang dilakukan untuk memahami, mengorganisir, dan menyusun data yang telah dikumpulkan dalam penelitian. Tujuan dari analisis data adalah untuk mengungkap pola, hubungan, atau temuan penting yang dapat memberikan jawaban atas pertanyaan penelitian yang diajukan.⁴⁸ Setelah data diperoleh dan terkumpul maka langkah

⁴⁷ O.P. Mulyana et al., *Adaptabilitas Karier Strategi Efektif Bagi Mahasiswa Di Era Modern*, ed. U.A. izzati, CV Eureka Media Aksara, 2024

⁴⁸ Rifka Agustianti et al., *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif* (Makasar: Tohar Media, 2022). 84.

selanjutnya yang dilakukan yaitu analisis melalui proses pengelompokan, penyaringan, dan seleksi.

a. Uji Instrumen

1) Uji Validitas

Menurut Sugiyono, suatu penelitian dianggap valid jika data yang dikumpulkan sesuai dengan kondisi nyata pada objek yang diteliti. Untuk menguji validitas, digunakan kriteria tertentu dengan bantuan program SPSS versi 25. Jika nilai koefisien *koreksi item-total korelasi* mencapai 0,300, namun pertanyaan dianggap valid. Namun, nilai batas ini dapat diturunkan menjadi 0,250. Jadi, suatu item penelitian dianggap valid jika skor totalnya sama dengan atau lebih besar dari 0,250. Sebaliknya, jika skornya di bawah 0,250, item tersebut dianggap tidak valid dan tidak dapat digunakan dalam penelitian.⁴⁹

2) Uji Realibilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur seberapa stabil dan konsisten responden dalam memberikan jawaban terhadap pernyataan-pernyataan dalam kuesioner. Untuk menguji reliabilitas instrumen, salah satu metode yang digunakan adalah *corrected item-total correlation* dan uji *Cronbach's alpha*. Sementara itu, jika nilai *Cronbach's alpha* lebih besar dari 0,7, maka instrumen tersebut dianggap reliabel, artinya dapat dipercaya untuk digunakan dalam penelitian.⁵⁰

Tabel 3.5 Tingkat Reliabilitas

⁴⁹ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D(Bandung: Alfabeta, 2012). 121.

⁵⁰ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D(Bandung: Alfabeta, 2012). 38.

Skor Alpha	Tingkat Reliabilitas
0,00 – 0,20	Sangat Rendah
0,21 – 0,40	Rendah
0,41 – 0,60	Cukup
0,61 – 0,80	Tinggi
0,81 – 1,00	Sangat Tinggi

b. Uji Asumsi

Uji asumsi dalam penelitian ini terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas, yang bertujuan untuk memeriksa distribusi data yang telah dikumpulkan, sehingga dapat meminimalkan risiko kesalahan dalam analisis data.⁵¹ Proses uji ini dilakukan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 25 *for Windows*, dan berikut adalah penjelasan lebih rinci:

1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang dikumpulkan mengikuti distribusi normal. Dalam penelitian ini, uji Kolmogorov-Smirnov Z digunakan untuk melakukan uji normalitas. Data dianggap berdistribusi normal jika nilai signifikansinya lebih besar dari 0,05.⁵²

2) Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengidentifikasi apakah ada hubungan linier antara dua variabel yang dibahas dalam penelitian. Pengujian linieritas menggunakan Uji Anova dengan tingkat signifikansi 0,05. Jika nilai signifikansi linieritas kurang dari 0,05, maka hubungan antara variabel bersifat linier.⁵³

⁵¹ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D(Bandung: Alfabeta, 2012). 94.

⁵² Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D(Bandung: Alfabeta, 2012). 95.

⁵³ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2012). 96.

c. Statistika Deskriptif

Statistik deskriptif merupakan metode yang digunakan untuk mengorganisasi, merangkum, dan menyajikan karakteristik data. Dengan demikian, pendekatan hipotetik ini berperan sebagai kerangka awal yang dapat diuji kembali dan disempurnakan setelah data sesungguhnya dikumpulkan dan dianalisis. Statistik hipotetik dilaksanakan dengan memperkirakan nilai mean dan standar deviasi berdasarkan rentang teoretis skor instrumen (nilai minimum dan maksimum), sehingga memungkinkan pengelompokan kategori skor menjadi sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi.

Tahapan analisis data deskriptif adalah sebagai berikut:

1. Mencari *mean* (rata-rata)

Mean dapat diperoleh dari menjumlahkan seluruh nilai sampel dan membaginya dengan jumlah sampel. Rumus untuk *mean* (rata-rata) adalah sebagai berikut:

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M: Mean

N: Jumlah Sampel

X: Nilai pada variabel

2. Menghitung standar deviasi

Cara mendapatkan standar deviasi yaitu dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\alpha = \frac{1}{6} (X_{max} - X_{min})$$

Keterangan:

α = Deviasi

X_{max} : Skor maksimal subjek

X_{min} : skor minimal subjek

3. Membuat kategorisasi

Dalam penelitian ini terdapat 5 kategorisasi kemampuan mengelola emosi, yang dikelompokkan dengan pedoman sebagai berikut:⁵⁴

Tabel 3. 6 Pedoman Kategorisasi

Sangat Rendah	$M - (1,5 \times SD)$
Rendah	$M - (0,5 \times SD)$ sampai $M - (0,5 \times SD)$
Sedang	$M - (0,5 \times SD)$ sampai $M + (0,5 \times SD)$
Tinggi	$> M + (0,5 \times SD)$ sampai $M + (1,5 \times SD)$
Sangat Tinggi	$> M + (1,5 \times SD)$

(Sumber: Saifuddin Azwar, 2012)

d. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk menentukan apakah ada hubungan antara dua variabel X dan variabel Y apakah hubungan tersebut signifikan. Kita melihat hasil perhitungan nilai signifikansi (sig. 2-tailed). Hubungan dua variabel dianggap signifikan jika nilai signifikansi (probabilitas) kurang dari 0,05.⁵⁵

Uji hipotesis ini dilakukan menggunakan aplikasi SPSS 26 for Windows dengan teknik korelasi Pearson Product Moment. Uji ini akan menunjukkan seberapa kuat hubungan antara kedua variabel yang diteliti. Berikut adalah rumus koefisien untuk Pearson Product Moment:

⁵⁴ Saifuddin Azwar, Metode Penelitian, hal. 149.

⁵⁵ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D(Bandung: Alfabeta, 2012).

$$r_{xy} = \frac{n\Sigma xy - (\Sigma x)(\Sigma y)}{\sqrt{\{n\Sigma x^2 - (\Sigma x)^2\}\{n\Sigma y^2 - (\Sigma y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi antar variabel X dan Y

ΣX : Jumlah skor variabel X

ΣY : Jumlah skor variabel Y

ΣXY : Jumlah perkalian antara skor X dan Y

ΣX^2 : Jumlah kuadrat variabel X

ΣY^2 : Jumlah kuadrat variabel Y

n : Jumlah responden

Untuk mengetahui seberapa kuat atau lemah hubungan antara variabel X dan Y, peneliti akan merujuk pada tabel nilai koefisien korelasi berikut ini.

Tabel 3. 7 Tabel Nilai Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Lemah
0,20 – 0,399	Lemah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat