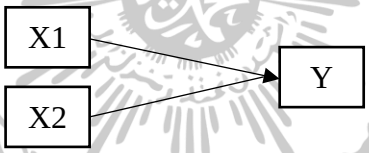
BAB 4
METODOLOGI PENELITIAN

1.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Menurut Sugiono (2013) kuantitatif digunakan untuk menentukan populasi, sampel, instrumen penelitian untuk pengumpulan data, data selanjutnya dianalisis secara statistik. Hal ini dilakukan untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan. Penelitian ini menggunakan studi *cross-sectional*, yang berarti bahwa data variabel independen dan dependen masing-masing dikumpulkan dan diamati secara hanya sekali waktu. (Soliha, 2019). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengungkap hubungan antara *hope* (X1) dan *emotion regulation* (X2) dengan *quarter life crisis* (Y) pada mahasiswa fakultas kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.



Gambar 4.1 Desain Penelitian Hubungan *Hope* dan *Emotion Regulation* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

Keterangan :

X1 : Variabel bebas *hope*

X2 : Variabel bebas *emotion regulation*

Y : Variabel terikat *quarter life crisis*

1.2 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1.2.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2013) populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek yang berada pada suatu tempat / wilayah. Penelitian ini melibatkan 468 mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

1.2.2 Sampel

.Menurut Sugiyono (2013) sampel adalah Bagian dari populasi yang diklasifikasikan oleh peneliti. Sampel yang dipilih dari populasi harus benar-benar *representatif* (mewakili) (Zuhroh, 2020).

Besar sampel penelitian adalah jumlah dari sampel yang diambil dari populasi yang dihitung dengan menggunakan rumus yang diusulkan oleh Slovin (1960) sebagai berikut :

Rumus : $n = \frac{N}{1+Ne^2}$

Keterangan :

n : besar sampel

N : besar populasi

e : nilai presisi atau tingkat signifikansi yang telah ditentukan (5% atau 0,05)

Dengan menggunakan rumus dari Slovin di atas, jumlah / besar sampel yang diambil dari populasi adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+Ne^2} = \frac{468}{1+468(0{,}05)^2} = \frac{468}{1+468(0.0025)} = \frac{468}{1+1{,}17} = \frac{468}{2{,}17} = 215{,}06$$

Berdasarkan hasil di atas, maka besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini dibulatkan sebanyak 215 orang.

1.2.3 Teknik sampling

Menurut Sugiono (2013) Teknik sampling adalah teknik / metode yang digunakan untuk mengambil sampel dari suatu populasi yang dikategorikan menjadi 2 yaitu *probability sampling* dan *non probability sampling.*

Dilihat dari tujuan penelitian yang menunjukkan bahwa pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa mempertimbangkan stratifikasi populasi. Artinya, seluruh anggota populasi mempunyai peluang yang sama untuk dijadikan sampel. Oleh karena itu, teknik sampling pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu jenis *simple random sampling* (Widiyawati & Afifah, 2021).

1.3 Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini meliputi variabel bebas dan terikat, yaitu :

1. Variabel bebas (X)

Sugiono (2013) mengartikan variabel bebas adalah variabel yang menyebabkan perubahan atau munculnya variabel terikat disebut juga variabel independen. Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini *hope* dan *emotion regulation*.

2. Variabel terikat (Y)

Sugiono (2013) mengartikan variabel terikat adalah variabel yang timbul karena adanya variabel bebas atau mempengaruhi disebut juga variabel dependen. Variabel terikat dalam penelitian ini *quarter life crisis*.

1.4 Definisi Operasional

Tabel 4.1 Definisi Operasional Hubungan *Hope* dan *Emotion Regulation* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

No.	Variabel	Definisi Operasional	Parameter / Indikator	Alat Ukur	Skala	Kriteria
1.	*Hope*	*Hope* merupakan pemikiran seseorang tentang suatu tujuan yang diikuti dengan keinginan yang mendalam untuk mencapainya.	a. Mampu memiliki tujuan b. Mampu mengha dapi situasi sulit c. Yakin pada diri sendiri	*Adult Hope Scale* (AHS) (Synder, 1991)	Ordinal	1. Memiliki *Hope*: skor 40 – 47 poin 2. *Hope* Cukup Tinggi: skor 48 – 56 poin 3. *Hope* Tinggi: skor ≥ 57 poin
2.	*Emotion regulation*	*Emotion regulation* ialah kemampuan seseorang untuk mengatur, mengevaluasi, dan mengubah reaksi emosi mereka terhadap tingkah laku tertentu, serta mengekspre sikan emosi mereka dalam konteks tertentu sesuai situasi.	a. Merubah sudut pandang atau pemaknaan atas situasi emosi yang dialami b. Tindakan untuk mengu rangi perilaku emosi yang dialami	*Emotion Regula tion Que stion naire* (ERQ) Gross dan John (2003)	Nominal	1. *Cognitive Reappraisal*: skor 1-7 2. *Expressive Suppression*: skor 1-7
3.	*Quarter life crisis*	*Quarter life crisis* adalah ketika seseorang berusia antara 18 dan 30 tahun yang mulai mengalami perasaan khawatir karena memasuki dunia nyata dan dituntut untuk mandiri secara sosial, finansial, dan psikologis, termasuk dalam hal hubungan	a. Kebimbang an dalam mengam bil keputu san b. Putus asa c. Penilaian diri yang negatif d. Terjebak dalam situasi e. Cemas f. Tertekan g. Khawatir dengan hubungan inter personal	*Quarter life crisis question naire* Chris tine Hassler (2009)	Nominal	1. Tidak mengalami *quarter life crisis*: skor 0 – 11 2. Mengalami *quarter life crisis*: skor 12 – 25

1.5 Pengumpulan dan Pengolahan Data

1.5.1 Instrumen

Kuesioner terdiri dari sejumlah pertanyaan yang harus dijawab mahasiswa dan digunakan untuk mengumpulkan data dan informasi yang diperlukan untuk memecahkan suatu masalah.

1. Skala *hope*

Skala *hope* diukur dengan menggunakan skala adaptasi dari Charles R. Snyder (1991) yaitu *Adult Hope Scale* (AHS) mengacu pada 3 (tiga) aspek perbandingan yaitu *goals, agency thingking, dan pathway thingking.*

Penyusunan skala ini dinilai pada skala Likert yang mengukur atribut prikologis melalui beberapa pernyataan yang berjumlah 12 item pernyataan yang terdiri dari : 4 item (dengan no. 2, 9, 10, dan 12) untuk komponen *agency thingking*, 4 item (dengan no. 1, 4, 6, dan 8) untuk komponen *pathway thingking*, dan 4 item (dengan no. 3, 5, 7, dan 11) untuk komponen *goals*. Respon dari pernyataan tersebut terdiri dari 8 (empat) respon yaitu pasti salah dengan poin 1, sebagian besar salah dengan poin 2, agak salah dengan poin 3, sedikit salah dengan poin 4, sedikit benar dengan poin 5, agak benar dengan poin 6, sebagian besar benar dengan poin 7, dan pasti benar dengan poin 8. Terbagi menjadi 3 (tiga) kategori, yaitu memiliki *hope, hope* cukup tinggi, dan *hope* tinggi.

2. Skala *emotion regulation*

Skala *emotion regulation* diukur dengan menggunakan skala adaptasi dari James J. Gross dan Oliver P. John (2003) yaitu *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) mengacu pada 2 (dua) aspek perbandingan yaitu *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*.

Penyusunan skala ini dinilai pada skala Likert yang mengukur atribut prikologis melalui pernyataan yang *favorable* terdiri dari 10 item (dari item no. 1 – 10) pertanyaan berdasarkan penelitian sebelumnya (Radde et al., 2021). Skala ini terdiri dari 6 item (dengan no. 1,3,5,7,8, dan 10) untuk komponen *cognitive reappraisal* dan 4 item (dengan no. 2,4,6, dan 9) untuk komponen *expressive suppression.* Respon dari pertanyaan tersebut terdiri dari 7 (tujuh) respon yaitu sangat tidak setuju dengan poin 1, tidak setuju dengan poin 2, sedikit tidak setuju dengan poin 3, netral dengan poin 4, sedikit setuju dengan poin 5, setuju dengan poin 6 dan sangat setuju dengan poin 7. Kuesioner ini memiliki ketentuan khusus pada saat menilainya yaitu harus dilakukan secara terpisah.

3. Skala *quarter life crisis*

Skala *quarter life crisis* diukur dengan menggunakan kuesioner dari Christine Hassler (2009) yaitu *Quarter Life Crisis Questionnaire* mengacu pada 7 (aspek) aspek perbandingan yaitu bimbang dalam pengambilan keputusan, putus asa, penilaian diri yang buruk, terjebak dalam situasi yang tidak menyenangkan, gugup, tertekan, dan khawatir dengan interaksi antarpribadi.

Penyusunan skala ini dinilai pada skala Guttman yang mengukur atribut prikologis melalui beberapa pernyataan yang berjumlah keseluruhan 25 *item* pertanyaan yang terdiri dari . Terdapat 25 item terdiri dari 3 item untuk (dengan nomor 12, 13, 23) untuk komponen kebimbangan dalam pengambilan keputusan, 2 item (dengan nomor 2, 9) untuk komponen putus asa, 7 item (dengan nomor 6, 11, 14, 16, 20, 22, 24) untuk komponen penilaian diri negatif, 4 item (dengan nomor 1, 3, 4, 25) untuk komponen terjebak dalam situasi sulit, 2 item (dengan nomor 7, 21) untuk komponen cemas, 3 item (5, 8 , 10) untuk komponen tertekan dan 4 item

(dengan nomor 15, 17, 18, 19) untuk komponen khawatir dengan hubungan interpersonal. Respon dari pertanyaan tersebut terdiri dari 2 (dua) respon yaitu ya dengan poin 1 dan tidak dengan poin 0. Terbagi menjadi 2 (dua) kategori: yang mengalami *quarter life crisis* dan yang tidak mengalami *quarter life crisis*.

1.5.2 Lokasi dan waktu

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik Penelitian ini dilaksanakan pada 7 – 14 November 2023.

1.5.3 Prosedur pengumpulan data

Peneliti menggunakan prosedur tahapan agar mendapatkan hasil penelitian yang baik yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Persiapan

Proses persiapan penelitian meliputi:

a. Melakukan studi pendahuluan
b. Membuat surat ijin penelitian dan mendapatkan izin dari Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik
c. Menguji validitas dan uji realibilitas kuesioner
d. Melakukan uji etik untuk mendapatkan ijin etik untuk mengumpulkan data penelitian
e. Meminta persetujuan dari mahasiswa yang akan dijadikan responden

2. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan yang dilakukan oleh peneliti antara lain :

a. Peneliti membuat janji kepada mahasiswa untuk penelitian
b. Sebelum mengisi pertanyaan, peneliti memperkenalkan diri terlebih dahulu kepada mahasiswa kemudian menjelaskan tujuan, metode dan aturan

penelitian secara rahasia sehingga mahasiswa dapat mengisi pertanyaan secara menyeluruh dan menanggapi dengan jujur berdasarkan pengalamannya.

c. Peneliti memberikan link ke kuesioner *Google Form* kepada salah satu mahasiswa, dan satu mahasiswa tersebut menyebarkan ke grup kelas
d. Peneliti memberikan kertas persetujuan kepada mahasiswa yang setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian dan meminta mereka untuk menandatanganinya.
e. Peneliti menjelaskan cara mengisi kuesioner dan memberikan mahasiswa pilihan untuk mengajukan pertanyaan tentang apapun yang mereka tidak mengerti.
f. Peneliti mendampingi mahasiswa selama 10-15 menit untuk pengisian kuesioner
g. Setelah selesai peneliti membagikan hadiah dan berterima kasih kepada semua mahasiswa.
h. Peneliti memasukkan dan mengevaluasi data yang dikumpulkan.

1.5.4 Pengolahan data

Menurut Notoatmodjo (2018) terdapat empat tahapan dalam mengolah data pada suatu penelitian agar analisis menghasilkan informasi yang benar dijelaskan sebagai berikut:

1. *Editing*

Proses verifikasi keakuratan dan kelengkapan data, baik selama maupun setelah pengumpulan, disebut *Editing*.

2. *Scoring*

Scoring merupakan memberikan skor pada jawaban mahasiswa terhadap kuesioner yang diberikan.

a. Pemberian skor pada variabel *hope* :

1) Memiliki *Hope* : jika skor 40 – 47 poin
2) *Hope* Cukup Tinggi : jika skor 48 – 56 poin
3) *Hope* Tinggi : jika skor > 57 poin

b. Pemberian skor pada variabel *emotion regulation* :

1) *Cognitive Reappraisal* : Skor 1 – 7
2) *Expressive Suppression* : Skor 1 - 7

c. Pemberian skor pada variabel *quarter life crisis* :

1) Tidak mengalami *quarter life crisis* : jika skor 0 – 11 poin
2) Mengalami *quarter life crisis* : jika skor 12 – 25 poin

3. *Coding*

Coding adalah menetapkan kode angka atau numerik pada data yang telah dikumpulkan dan dibagi ke dalam banyak kategori. *Coding* merupakan suatu cara untuk menyederhanakan analisis dengan mengubah data huruf menjadi angka.

a. Usia

1) Usia 18 – 22 = kode 1
2) Usia 23 – 26 = kode 2
3) Usia 27 – 30 = Kode 3

b. Jenis kelamin

1) Laki – laki = kode 1
2) Perempuan = kode 2

c. Struktur Keluarga (Urutan Kelahiran)

1) Anak Tunggal = kode 1
2) Anak Sulung = kode 2
3) Anak Tengah = kode 3
4) Anak Bungsu = kode 4

d. Semester

1) Semester 1 = kode 1
2) Semester 2 = kode 2
3) Semester 3 = kode 3
4) Semester 5 = kode 4
5) Semester 7 = kode 5

e. Prodi

1) Ilmu keperawatan = kode 1
2) Kebidanan = kode 2
3) Kesehatan masyarakat = kode 3
4) Farmasi = kode 4
5) Ilmu gizi = kode 5
6) Teknologi laboratorium medis = kode 6
7) NERS = kode 7

f. Variabel *hope*

1) Memiliki *hope* = kode 1
2) *Hope* cukup tinggi = kode 2
3) *Hope* tinggi = kode 3

g. Variabel *emotion regulation*

1) *Cognitive* = kode 1

2) *Expressive* = kode 2

h. Variabel *quarter life crisis*

1) Mengalami *quarter life crisis* = kode 1

2) Tidak mengalami *quarter life crisis* = kode 2

4. *Entry*

Entry adalah proses memasukkan data yang diperoleh ke dalam database komputer. Data yang dikumpulkan kemudian dimuat ke dalam *software SPSS*, beserta tanggapan masing-masing mahasiswa.

5. *Tabulating*

Tabulating adalah proses pembuatan tabel distribusi frekuensi yang berisi data dari masing-masing variabel penelitian dan didasarkan pada tujuan penelitian. Peneliti membuat tabel ini agar rapi, mudah dibaca, dan mudah dianalisis. Hasil tabulasi data diinterpretasikan menggunakan tabel skala menurut Arikunto yang dikutip dari (Soliha, 2019) sebagai berikut :

Tabel 4.2 Interpretasi Data Tabel Distribusi Frekuensi

PERSENTASE	INTERPRETASI
100 %	Seluruhnya
76 – 99 %	Hampir seluruhnya
51 – 75 %	Sebagian besar
50 %	Setengahnya
26 – 49 %	Hampir setengahnya
1 – 25 %	Sebagian kecil
0 %	Tidak satupun

6. *Cleaning*

Cleaning merupakan proses peneliti memperbaiki kesalahan pengisian kode jawaban dan ketidaklengkapan hingga data bebas dari kesalahan dan layak untuk dianalisis.

1.5.5 Analisa data

Data yang telah terkumpul di peneliti kemudian dianalisis hubungan antara kedua variabel. Menggunakan analisa data sebagai berikut :

1. Analisa univariat merupakan analisis yang tujuan utamanya adalah untuk memberikan gambaran atau penjelasan tentang ciri-ciri setiap variabel yang diteliti. Variabel yang ditemukan dalam kuesioner adalah usia, jenis kelamin, agama, struktur saudara, semester dan prodi.
2. Analisa bivariat merupakan analisis yang digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen dan dependen saling berhubungan. Uji statistik menggunakan *chi-square*.

1.5.6 Uji validitas dan Uji realibilitas

Kuesioner ini sudah dinyatakan valid dan reliabel untuk digunakan sebagai alat untuk mengukur variabel penelitian.

1.6 Etika Penelitian

Salah satu masalah penting dalam penelitian keperawatan adalah etika penelitian karena penelitian ini berkaitan langsung dengan manusia yang menjadi subjek penelitian. Oleh karena itu, penting untuk mengevaluasi implikasi etik dari penelitian karena setiap orang mempunyai hak untuk berpartisipasi dalam penelitian. Sebelum melakukan penelitian, peneliti membuat proposal penelitian

untuk direkomendasikan oleh Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik. Uji etik penelitian dilakukan oleh Komisi Etik Fakultas Kesehatan Univeritas Muhammadiyah Gresik sehingga terbitlah surat ijin etik pada tanggal 27 Oktober 2023 dengan nomor 241/KET/II.3.UMG/KEP/A/2023 (Lampiran 7) Kemudian, mereka mendapatkan persetujuan dari seluruh pemangku kepentingan yang terlibat dalam proses penelitian, termasuk peserta. Penelitian tersebut menekankan aspek etika keperawatan, seperti berikut :

1.6.1 Lembar persetujuan menjadi responden (*infomed consent*)

Peneliti akan memberikan *infomed consent* kepada mahasiswa jika subjek memenuhi persyaratan dan bersedia menjadi responden. Mahasiswa akan menandatangani *infomed consent*, tetapi jika tidak, subjek dapat menolak.

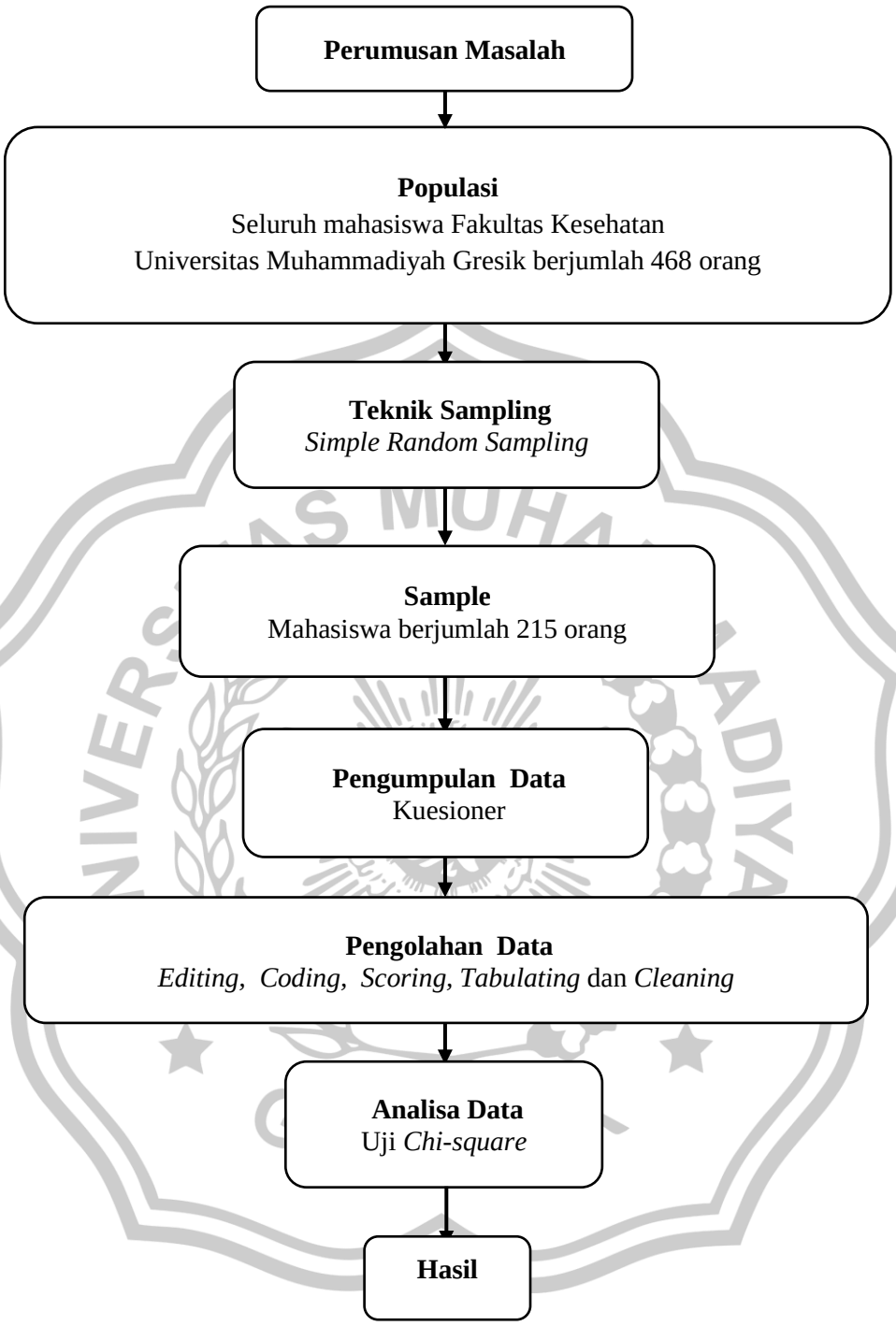
1.6.2 Tanpa nama *(anonimity)*

Salah satu masalah etika keperawatan adalah bagaimana subjek penelitian dapat digunakan dengan aman, yaitu dengan hanya menuliskan singkatan atau kode pada hasil penelitian dan menghilangkan nama mahasiswa pada lembar kuesioner.

1.6.3 Kerahasiaan *(confidentiality)*

Menjaga kerahasiaan hasil penelitian, baik data atau hal lainnya, adalah salah satu masalah etika. Kecuali data unik yang akan diungkapkan mengenai hasil penelitian, peneliti memastikan bahwa semua informasi yang tercantum akan dirahasiakan.

1.7 Kerangka Operasional



Gambar 4.2 Bagan Kerangka Operasional Hubungan *Hope* dan *Emotion Regulation* dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik Gresik