

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan (*field research*), yaitu penelitian yang menggunakan informasi yang diperoleh dari sasaran penelitian yang selanjutnya disebut responden dan informan melalui instrumen pengumpulan data berupa, skala psikologi, wawancara dan observasi. Menurut sifat permasalahannya penelitian ini adalah penelitian korelasional yang bertujuan melihat hubungan antara dua gejala variabel dan berdasarkan jenis datanya adalah penelitian kuantitatif, yaitu prosedur penelitian yang menemukan pengetahuan dengan menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan terkait apa yang ingin diketahui.<sup>1</sup> Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan variabel X dan Y, oleh karenanya jenis penelitian ini adalah korelasional.

#### **B. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian di PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin di Jl. Pramuka RT 20 No 16 Banjarmasin, Kalimantan Selatan.

---

<sup>1</sup>Rahmadi, Pengantar Metodologi Penelitian (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), 12-14.

### C. Subjek dan Objek Penelitian

#### 1. Subjek Penelitian

Karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin. subjek yang diteliti berjumlah 26 subjek. Subjek adalah karyawan yang bekerja khusus dalam kantor.

#### 2. Objek Penelitian

Objek merupakan variabel dalam suatu penelitian. Variabel terbagi lagi menjadi dua yaitu. Variabel bebas dan variabel terikat, variabel bebas (*independent variabel*) yang diduga memiliki pengaruh terhadap variabel lain. Sedangkan variabel terikat (*dependent variabel*) adalah respon subjek penelitian yang diukur sebagai pengaruh dari variabel bebas.

- 1) Variabel Bebas (X) : Pembiasaan salat berjamaah
- 2) Variabel Terikat (Y) : Stres kerja

### D. Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Populasi adalah daerah generalisasi yang akan dikenai kesimpulan hasil penelitian. Populasi penelitian pada dasarnya merupakan wilayah generalisasi yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang diciptakan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Penentuan populasi dalam suatu

penelitian menjadi hal yang sangat penting karena melalui penentuan populasi, seluruh kegiatan penelitian akan relevan dengan tujuan penelitian.<sup>2</sup> Dalam penelitian ini populasi karyawan PT. Kalimas Khrisma Banjarmasin berjumlah 235 orang yang bekerja di perusahaan yang terbagi dari dua tempat, 27 orang yang bekerja di kantor dan 208 lainnya bekerja di lapangan.

## 2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi. Karena ia merupakan bagian dari populasi, tentulah ia harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya. Apakah suatu sampel merupakan representasi yang baik bagi populasinya sangat tergantung pada sejauh mana karakteristik sampel itu sama dengan karakteristik populasinya. Karena analisis penelitian didasarkan pada data sampel, sedangkan kesimpulannya nanti akan diterapkan pada populasi maka sangatlah penting untuk memperoleh sampel yang representatif bagi populasinya.<sup>3</sup> Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampel purposif, teknik sampel purposif dikenakan pada sampel yang karakteristiknya sudah ditentukan dan diketahui lebih dulu berdasarkan ciri dan sifat populasinya.<sup>4</sup> Sehingga populasi yang memenuhi karakteristik dalam penelitian ini berjumlah 26 orang yang nantinya akan dijadikan sampel dalam penelitian ini.

---

<sup>2</sup>Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 77.

<sup>3</sup>Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2007), 62.

<sup>4</sup>Tulus, *Statistik Dalam Penelitian Psikologi Pendidikan* (Malang: UMM Press, 2012),

Sedangkan 209 orang lainnya tidak memenuhi karakteristik yang ditentukan oleh peneliti, sehingga tidak diambil sebagai sampel penelitian.

Adapun kriteria dari penarikan sampel tersebut :

1. Beragama Islam.
2. Karyawan yang bekerja di dalam kantor PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin.
3. Lama bekerja minimal 1 tahun.

#### **E. Data dan Sumber Data**

##### **1. Data**

Data pada penelitian ini adalah kuantitatif yaitu data yang berbentuk angka atau bilangan. Sesuai dengan bentuknya, data kuantitatif dapat diolah atau dianalisa menggunakan perhitungan matematika atau statistik.

Adapun data yang pokok dan data primer dalam penelitian ini mengenai:

- a. Hubungan pembiasaan salat berjamaah terhadap stres kerja karyawan di PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin
- b. Tingkat stres kerja karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin.

Adapun data sekunder atau pelengkap dari penelitian ini diperoleh dari buku-buku, jurnal dan literatur lainnya yang berhubungan dengan penelitian ini

## 2. Sumber Data

Sumber data adalah segala sesuatu yang dapat memberikan informasi mengenai data.<sup>5</sup> Adapun sumber data yang digunakan dalam penelitian ini berupa:

- 1) Responden, yaitu para karyawan yang bekerja di dalam kantor PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin yang berjumlah 26 orang.
- 2) Informan, yaitu pihak yang dianggap mengetahui dan dapat memberikan informasi tentang masalah yang diteliti, seperti kepala bidang HRD, dan satu orang staf HRD PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin.
- 3) Dokumen, yaitu sumber yang menyajikan data-data tentang jumlah populasi karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin dan data-data pendukung lainnya.

### **F. Metode Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa metode pengumpulan data untuk memperoleh data dan informasi yang relevan yang terkait dengan permasalahan yang akan diteliti. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

---

<sup>5</sup> Azwar, *Metode Penelitian*. 91.

## 1. Skala

Skala adalah usaha untuk mengumpulkan informasi dengan menyampaikan sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk dijawab secara tertulis oleh responden penelitian. Setiap subjek yang masuk dalam sampel penelitian ini diharapkan mengisi masing-masing alat ukur tersebut secara lengkap.<sup>6</sup> Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala stres dan skala aspek terapi salat adapun jenis skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *Likert*, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang.

## 2. Observasi

Adalah cara mengumpulkan data yang dilakukan melalui pengamatan dan pencatatan gejala-gejala yang tampak pada objek peneliti pada saat peristiwa, keadaan, situasi itu terjadi.<sup>7</sup> Bertujuan untuk mendukung dalam pengumpulan data agar relevan mengenai subjek penelitian, dan observasi ini dilakukan untuk memperoleh data awal penelitian dalam menemukan masalah terkait di latar belakang penelitian. Observasi ini dilaksanakan di PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin, observasi yang dilakukan bersifat mengamati, pencatatan dan inferensi. Teknik mengamati yaitu berbagai teknik yang dapat digunakan dalam melakukan pengamatan terhadap subjek/objek tertentu secara spesifik. Teknik pencatatan yaitu bagaimana cara pencatatan observasi secara sistematis dan prosedural. Teknik inferensi yaitu proses pengambilan

---

<sup>6</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Bisnis* (Bandung: Alfabeta, 2008), 55

<sup>7</sup> Azwar, *Metode Penelitian*, 91.

kesimpulan atau pemaknaan dari apa yang diamati. Peneliti menggunakan teknik “*Narrative Discription*” merupakan suatu teknik pencatatan observasi yang memiliki karakteristik dasar berupa deskriptif tingkah laku yang digambarkan dalam bentuk narasi/cerita.<sup>8</sup>

### 3. Wawancara

Wawancara yaitu kegiatan yang dilakukan dengan cara bertanya langsung kepada responden. Wawancara ini merupakan suatu proses interaksi sosial. Wawancara juga sebagai pendukung dalam pengumpulan data yang kurang lengkap mengenai subjek penelitian, yang dilakukan pada proses awal penelitian. Teknik wawancara yang dilakukan yaitu wawancara tidak terstruktur (*unstructured interview*) menurut Estenberg, merupakan wawancara yang bebas dan peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan. Wawancara tidak terstruktur atau terbuka sering digunakan dalam penelitian pendahuluan, peneliti berusaha memperoleh informasi awal tentang berbagai isu atau permasalahan yang ada, sehingga peneliti dapat menentukan secara pasti permasalahan atau variabel apa yang harus diteliti.<sup>9</sup>

### 4. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya lainnya dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian,

---

<sup>8</sup>Sulisworo Kusdiyati and Irfan Fahmi, *Observasi Psikologi* (Jakarta: Remaja Rosdakarya, 2015), 109

<sup>9</sup>Sugiono, *Metode Penelitian Bisnis*. 233.

sejarah kehidupan (*life histories*), cerita, biografi, peraturan, kebijakan, laporan dan lain sebagainya. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain. Dokumen yang bentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung film dan lain-lain.<sup>10</sup> Dalam penelitian ini dokumen yang dimaksud adalah berupa data biografi karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin.

### G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data demi tujuan tertentu.<sup>11</sup> Peneliti menggunakan 2 instrumen yaitu skala pembiasaan salat berjamaah dan skala stres kerja dengan jumlah soal seluruhnya 50 aitem untuk setiap variabel dan masing-masing soal disediakan jawaban dengan kategori tertentu. Kategori jawaban yang digunakan dalam skala ini sebagai berikut:

#### SKOR SKALA LIKERT

Jawaban	Keterangan	Skor Favorable	Skor Unfavorable
SS	Sangat Setuju	4	1
S	Setuju	3	2
TS	Tidak Setuju	2	3
STS	Sangat Tidak Setuj	1	4

<sup>10</sup>Sugiono, *Metode Penelitian Bisnins*, 240.

<sup>11</sup>Jelfa Periantalo, *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 71.

Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang positif atau mendukung terhadap sikap obyek. Pernyataan *unfavorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal negatif yakni tidak mendukung atau kontra terhadap sikap obyek yang hendak diungkap.<sup>12</sup>

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua macam skala yaitu:

1. Skala ASPEK TERAPI SALAT, skala ini mengacu pada teori Djamaludin

Ancok dkk sebagai berikut:

#### **BLUE PRINT SKALA ASPEK TERAPI SALAT**

<b>No</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>	<b>Jumlah</b>
1.	Aspek olah raga	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengaruh gerak fisik</li> </ul>	10, 26, 23, 27, 31, 41, 42, 48.	11, 16, 24, 25, 33, 34, 49, 51.	16
2.	Aspek meditasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Konsentrasi</li> <li>• Fokus</li> </ul>	1, 15, 17, 20, 29, 32, 35, 37, 39, 45, 43, 50, 52, 54.	7, 9, 38.	16
3.	Aspek auto sugesti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rasa tenang</li> <li>• Rasa nyaman</li> </ul>	6, 8, 12, 21, 22, 28, 44, 55.	2, 5, 18, 19, 30, 40, 43, 46, 57.	17

<sup>12</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), 101.

4.	Aspek kebersamaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kekompakan</li> <li>• Keakraban</li> </ul>	3, 14, 23, 53.	4, 13.	6
	Total				55

2. Skala GEJALA STRES, skala ini mengacu pada teori Selye sebagai berikut:

#### BLUE PRINT SKALA GEJALA STRES

No	Dimensi	Indikator	Favorabel	Unfavorable	Jumlah
1	Gejala Fisik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sakit kepala</li> <li>• Gangguan Tidur</li> <li>• Lelah</li> </ul>	1, 2, 5, 9, 12, 13, 34, 35, 49, 50, 54.	3, 32, 35, 7	15
2	Gejala Emosional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gelisah dan Cemas</li> <li>• Sedih</li> <li>• Mudah Marah</li> <li>• Gugup</li> <li>• Merasa Harga Diri Menurun</li> <li>• Tidak Nyaman</li> <li>• Merasa</li> </ul>	. 10, 18, 26, 29, 58.	4, 8, 11, 20, 22, 24, 34, 41, 44, 48, 51, 52	17

		Tidak Mampu			
3	Gejala Intelektual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Susah konsentrasi</li> <li>• Mudah Lupa</li> <li>• Pikiran Kacau</li> <li>• Melamun Berlebihan</li> </ul>	25, 30, 42, 46, 53	6, 11, 27, 28, 31, 36, 40, 45, 61.	14
4	Gejala Hubungan Interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mudah Menyalahkan Orang lain</li> <li>• Suka Mencari Kesalahan orang Lain</li> <li>• Mudah membatalkan janji</li> </ul>	14, 15, 17, 21, 37, 38, 57, 59, 63, 64.	16, 19, 23, 43, 47, 55, 56, 62, 65, 66.	20
	Total				66

## H. Validitas dan Reabilitas

### 1. Validitas

Menurut Kelley validitas adalah pertanyaan apakah tes sungguh mengukur apa yang hendak diukurnya. Suatu tes dikatakan valid bila tes tersebut mampu mengukur secara akurat apa yang dimaksudkan hendak

diukurnya.<sup>13</sup> Untuk mengetahui validitas suatu instrumen dapat digunakan koefisien korelasi dengan menggunakan product moment sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X) (\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

R<sub>xy</sub> = koefisien korelasi

N= Jumlah subjek

X= Jumlah skor aitem

Y= Jumlah skor total

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas diartikan sebagai konsistensi atau keakuratan hasil ukur. Seberapa konsistensi skor yang dihasilkan tersebut sama apabila diukur pada kurun waktu yang berbeda.<sup>14</sup> Adapun yang digunakan untuk mengukur reliabilitas adalah menggunakan rumus *Alpha* sebagai berikut :

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right] \quad 31$$

Keterangan:

r<sub>11</sub> = Reliabilitas Instrumen

k = Banyaknya bulir pertanyaan

<sup>13</sup> Saifuddin Azwar, *Dasar-Dasar Psikometri* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 95.

<sup>14</sup> Periantalo, *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. 128.

$\Sigma \partial \frac{2}{b}$  = Jumlah varians butir

$\partial \frac{2}{t}$  = Varians Total

## I. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Teknik Pengolahan Data

tahapan dalam pengolahan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### a. *Editing Data*

Editing adalah kegiatan yang dilaksanakan setelah peneliti selesai menghimpun data di lapangan.<sup>15</sup> Melakukan pemeriksaan kejelasan dan ketetapan daya yang di peroleh dari jawaban skala stres dan skala aspek terapi salat memastikan kelengkapan data yang akan di gunakan.

#### b. *Skoring*

Tahapan selanjutnya setelah dilakukan pengecekan angket kemudian pemberian skor pada setiap butir-butir pertanyaan yang terdapat dalam angket. Pemberian skor ini dilakukan dengan memperhatikan jenis data yang ada.

#### c. *Tabulating*

Penulis memasukkan dan menyusun skor-skor jawaban responden ke dalam tabel dengan perhitungan presentasi menggunakan rumus sebagai berikut:

---

<sup>15</sup>Idani and Moh Wafiqul, "Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Keagamaan Dengan Sikap Disiplin Siswa Di Lapangan Sekolah," Skripsi (Yogyakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2014), 42

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

keterangan:

P –Presentase

F =Frekuensi (Jumlah Jawaban Responden)

N =Jumlah Responden

## 2. *Interpretasi Data*

Interpretasi data ialah upaya peneliti untuk menemukan makna dari data yang dikumpulkan untuk menjawab pertanyaan peneliti.

### a. Analisis Data

Analisis data yang digunakan peneliti menggunakan analisis kuantitatif dan data yang dikumpulkan dalam bentuk angka. Setelah data terkumpul peneliti melakukan kegiatan analisis terhadap data tersebut. Tujuan analisis ialah menyederhanakan data dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan ditafsirkan.

Analisis data pada penelitian ini adalah analisis statistik yang digunakan untuk menganalisis data berupa angka-angka. analisis data hasil penelitian, dimaksud untuk mengetahui hipotesis yang sudah dirumuskan sebelumnya, dengan menggunakan analisis uji statistik *IMB SPSS 21.0 for Windows..*