

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode survei, Sugiyono menyatakan metode penelitian survei sendiri merupakan metode penelitian yang bersifat kuantitatif dan digunakan untuk mendapatkan data yang terjadi dimasa lalu maupun sekarang, baik tentang keyakinan, pendapat, karakteristik, perilaku, juga hubungan antar variabel serta menguji hipotesa tentang variabel sosiologis juga psikologis sampel yang diambil dari populasi tertentu. Metode survei digunakan agar mendapatkan lebih banyak informasi yang beragam dan hasilnya bisa menggambarkan kondisi yang sesungguhnya.<sup>1</sup> Teknik pengambilan data biasanya menggunakan kuesioner/wawancara dan hasilnya cenderung digeneralisasikan.<sup>2</sup>

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

Lokasi penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah yang beralamat di Gang Bambu, Kelayan Timur. Kecamatan Banjarmasin Selatan, Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan.

---

<sup>1</sup> Firda Jessica, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Distres Psikologis Pada Korban Bullying Di Universitas 'X.'"

<sup>2</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Evaluasi* (Bandung: Alfabeta, 2018).

### C. Populasi dan Sampel

#### a. Populasi

Populasi menurut Sugiyono merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan peneliti dan kemudian dipelajari dan ditarik kesimpulannya.<sup>3</sup> Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini ialah seluruh santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah yang berusia sekitar 13-19 tahun.

#### b. Sampel

Sugiyono menyatakan sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki jumlah serta karakteristik tertentu yang menjadi representasi populasi tersebut.<sup>4</sup> Sampel dalam penelitian ini ialah santri Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah dari 2 tingkatan yakni wustha dan Ulya.

### D. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Probability sampling* dengan metode *Simple Random Sampling*. Terkait teknik *probability sampling* Sugiyono menjelaskan bahwa teknik pengambilan sampel tersebut memberi peluang yang sama kepada setiap anggota populasi untuk ditentukan menjadi anggota sampel. Dalam bukunya juga Sugiyono menyatakan metode *simple random sampling* adalah metode sederhana, dikatakan sederhana dikarenakan pengambilan anggota tiap sampel dilakukan

---

<sup>3</sup> Sugiyono.

<sup>4</sup>Sugiyono.

secara acak tanpa memperhatikan starata yang ada dalam populasi sehingga anggota populasi dapat dianggap homogen.<sup>5</sup>

Populasi santri di Pondok Pesantren Diniyah Formal Nurul Jannah sekitar 2500 santri/wati, dengan rentang usia 13-18 tahun (jenjang Wustha dan Ulya), berdasarkan data tersebut, maka peneliti hanya akan mengambil beberapa sampel santri yang dapat mewakili kelompoknya secara acak, tapi tetap merepresentasikan kelompoknya. Dalam pertimbangan jumlah sampel yang diambil peneliti memakai rumus tabel dari Issac and Michael dengan tingkat kesalahan 10% sehingga ditetapkan sampel yang diambil ialah 244 sampel.

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

### **1. Sumber data**

Sumber data mencakup data primer dan sekunder adalah sebagai berikut:

#### **a. Sumber data Primer**

Menurut Riyanto data primer ialah data yang peneliti sendiri kumpulkan dari responden.<sup>6</sup> Sumber data primer dikumpulkan dengan metode observasi, wawancara dan juga membagikan kuesioner/angket. Kuesioner dalam penelitian ini berisi pertanyaan-pertanyaan terkait *psychological distress* yang dialami santri beserta faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *psychological distress*.

---

<sup>5</sup> Sugiyono.

<sup>6</sup> Sofia Jamilah Zahrah, "Gambaran Stres Santri Pondok Pesantren Nurul Amin Samarinda."

b. Sumber data Sekunder

Data sekunder merupakan data pendukung dalam sebuah penelitian. Data sekunder dalam penelitian berasal dari riset-riset terdahulu, jurnal-jurnal dan lainnya yang berkaitan dengan *psychological distress*, pesantren, remaja dan santri.

**F. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, tujuan utamanya adalah mendapatkan data.<sup>7</sup>Teknik pengumpulan data dalam penelitian dilakukan dengan:

a. Kuesioner

Menurut Sugiyono kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan/pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.<sup>8</sup> Kuesioner dalam penelitian ini berisi 10 pertanyaan yang akan dibagikan kepada santri dan digunakan sebagai data utama.

b. Observasi

Menurut Nasution observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Peneliti hanya dapat bekerja berdasarkan data, yakni fakta mengenai realitas yang terjadi dan diperoleh dengan observasi.<sup>9</sup> Observasi dalam penelitian ini dilakukan untuk kebutuhan studi pendahuluan yang kemudian data tersebut dijadikan acuan penentuan permasalahan yang sesuai untuk lokasi penelitian ini.

---

<sup>7</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Evaluasi* (Bandung: Alfabeta, 2018).

<sup>8</sup> Sugiyono.

<sup>9</sup> Sugiyono.

## G. Alat Ukur Penelitian

Penelitian ini menggunakan alat ukur Kessler *Psychological Distress Scale* (K-10), K-10 adalah alat pengukuran sederhana *psychological distress* yang dikembangkan sekitar tahun 1992 oleh Kessler dan Mroczek untuk digunakan dalam survei populasi. Bentuk alat ini menggunakan metode *self report* atau lapor diri, dan berisi 10 item terkait emosional *states* dan masing-masing memiliki skala respon lima tingkat. K-10 biasanya digunakan untuk *skinning* singkat dalam identifikasi *psychological distress*.<sup>10</sup> Instrumen ini terdiri dari 2 versi yakni 10 dan 6 item dengan menggunakan teori respon agar mengoptimalkan ketepatan dan sensitivitas pada populasi yang mengalami *psychological distress*, baik dari kelompok umur maupun jenis kelamin. Alat ukur ini telah valid dalam bahasa Indonesia dengan sensitivitas 85,7% ; spesifitas 74.7% . Realibilitas alat ukur ini sebesar 0,42 hingga 0,74 dengan skala likert(1-5) skor tersebut kemudian dijadikan total indeks *psychological distress*.<sup>11</sup>

**Tabel 1.3 *Blueprint* Skala Kessler *Psychological Distress Scale***

No	Aspek	Favorable	Jumlah
1.	Depresi	1,3,4,7,8,9,1,0	7
2.	Kecemasan	2,5,6	3
	Total		10

<sup>10</sup> Marsha Caesarena Rianko Putri, "Hubungan Antara Coping Dan Pyschological Distres Pada Istri Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga," *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*, 2012.

<sup>11</sup> Firda Jessica, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Distres Psikologis Pada Korban Bullying Di Universitas 'X.'"

Kessler *Psychological Distress Scale* berisi 10 item yang dibagikan kepada responden. Berupa angket, nilai 1 untuk jawaban tidak pernah, nilai 2 untuk jawaban yang jarang, nilai 3 untuk jawaban kadang-kadang, nilai 4 untuk jawaban sering, nilai 5 untuk jawaban sangat sering. Kategorisasi ditentukan berdasarkan hasil jawaban responden pada kuesioner dan diberi skor yang kemudian dijumlahkan seluruhnya.

Item Kessler *Psychological Distress Scale* berjumlah 10 item, sehingga skor maksimal ialah 50 ( $5 \times 10$ ) Min 10 ( $1 \times 10$ ), Mean 30 ( $(50+10)/2$ ), Range ialah 40 ( $x_{maks}-x_{min}$ ) dengan standar deviasi ( $x_{maks}/6$ ) ialah 6,5. Sehingga kategorisasi yang didapat dari hitungan tersebut ialah sebagai berikut :

- a. Skor dibawah 23,5 = Kategori rendah
- b. Skor antara 23,5-36,5 = Kategori sedang
- c. Skor 36,5 dan diatas 36,5 = Kategori tinggi

## H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

Setelah data terkumpul maka tahap selanjutnya dilakukan langkah-langkah berikut:

### 1. Teknik pengolahan data

#### a) Pengkodean data

Pengkodean data atau data *coding* ialah suatu proses penyusunan secara sistematis data mentah ke dalam bentuk yang lebih mudah dibaca oleh komputer yang dalam hal ini menggunakan Microsoft Excel.

b) *Data entering*

*Data entering* merupakan proses pemindahan data atau input data yang sudah diubah menjadi kode ke dalam komputer.

c) *Data cleaning*

*Data cleaning* adalah memastikan bahwa seluruh data yang telah diinput sudah sesuai, proses ini memerlukan ketelitian dan akurasi data.

d) Penyajian data

Penyajian data atau output adalah hasil pengolahan data yang kemudian disajikan berupa tabel-tabel.<sup>12</sup>

2. Teknik Analisis data

Teknik analisis data dalam penelitian survei ialah kegiatan setelah data dari seluruh responden dan data-data pendukung terkumpul. Prosesnya sendiri meliputi: pengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, menyajikan data tiap variabel, proses perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan perhitungan untuk menguji hipotesis. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian kuantitatif biasanya menggunakan statistik dengan aplikasi *IMB SPSS Statistik 25.0*.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Lina Miftahul Jannah Bambang Prasetyo, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Rajawali Pers, 2010).

<sup>13</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Evaluasi*, 2018.