

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif, yang mana datanya berupa angka dan analisisnya sendiri menggunakan statistik. Penelitian ini digunakan agar dapat meneliti populasi atau sampel tertentu, dengan menggunakan instrumen penelitian pada pengumpulan datanya, tujuannya untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan.¹ Pendekatan penelitiannya yaitu eksperimen, metode penelitian yang dilakukan dengan percobaan atau memberikan perlakuan kepada subjek, digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas (perlakuan) terhadap variabel terikat (hasil) dalam kondisi yang terarah.²

B. Desain Penelitian

Desain penelitiannya sendiri menggunakan *pre-experimental designs*. Disebut *pre-experimental designs* karena desainnya belum eksperimen sungguh-sungguh. Desain penelitiannya masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh dalam terbentuknya variabel terikat. Sehingga, hasil eksperimen bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel bebas, melainkan karena tidak adanya variabel kontrol dan sampel yang tidak dipilih secara acak.³ Penelitian

¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Dan Pengembangan (Research and Development/ R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2017), 13.

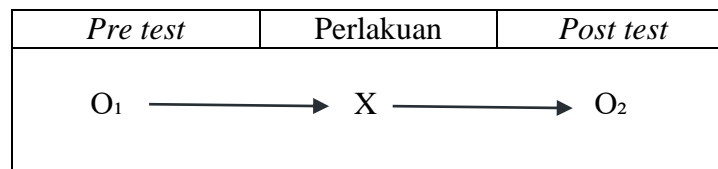
² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 2 cetakan 3 (Bandung: Alfabeta, 2021), 111.

³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 112.

ini dilakukan untuk mengetahui efek yang dihasilkan dari suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti.⁴

Pre-experimental design ini menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Design*, yaitu tidak ada kelas kontrol dalam desain ini. Pemilihan *one-group pretest-posttest design* dengan alasan agar peneliti lebih fokus kepada hasil perlakuan dalam membandingkan keadaan sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Berikut merupakan gambaran *one-group pretest-posttest design*.

Tabel 3. 1 Design Experiment One Group Pretest-Posttest



Keterangan:

O₁= *Pretest* (pengisian kuesioner literasi kesehatan mental Islami sebelum diberikan perlakuan)

O₂= *Posttest* (pengisian kuesioner literasi kesehatan mental Islami setelah diberikan perlakuan)

X= Eksperimen (pemberian perlakuan berupa psikoedukasi kesehatan mental Islami)

C. Lokasi Penelitian

Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Banjarmasin yang berada di Jalan Kampung Melayu Darat No. 31, RT. 11 Kecamatan Banjarmasin Tengah, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Kode Pos 70123.

⁴ Latipun, *Psikologi Eksperimen* (Malang: UMM Press, 2006), 8.

D. Subjek, Karakteristik dan Objek Penelitian

1. Subjek penelitian

Siswa/siswi kelas XI MAN 1 Banjarmasin.

2. Karakteristik subjek penelitian

- a. Subjek merupakan siswa yang bersekolah di MAN 1 Banjarmasin.
- b. Subjek merupakan kelas XI Agama.
- c. Subjek adalah siswa/siswi yang mempunyai tingkat literasi kesehatan mental yang rendah dan sedang, dibuktikan dengan hasil *pretest* skala literasi kesehatan mental Islami
- d. Bersedia berpartisipasi dalam pelatihan

3. Objek penelitian

Objek bisa juga dikatakan dengan variabel. Variabelnya terdiri dari variabel bebas, yang diasumsikan sebagai penyebab munculnya variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian eksperimen yaitu variabel yang dimanipulasi agar dipelajari efeknya pada variabel lain.⁵ Dan variabel terikat, yaitu variabel respon/*output*, bisa juga disebut dengan variabel terpengaruh atau tergantung, variabel ini muncul sebagai akibat dari manipulasi suatu variabel yang dimanipulasikan dalam sebuah penelitian. Artinya, variabel terikat merupakan faktor yang diukur dalam menentukan ada atau tidaknya pengaruh dari variabel bebas.⁶

Variabel bebas (X) : Psikoedukasi kesehatan mental Islami

Variabel terikat (Y) : Literasi Kesehatan Mental

⁵ Rosleny Marliani, *Psikologi Eksperimen* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2013), 87.

⁶ Winarno, *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*, 28.

E. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Biasanya dipakai untuk menyebutkan kelompok subjek yang menjadi sasaran penelitian. Populasi penelitian sendiri adalah keseluruhan dari subjek yang berguna sebagai sumber data penelitian.⁷ Populasinya adalah siswa/siswi kelas XI MAN 1 Banjarmasin.

Tabel 3. 2 Jumlah Populasi Kelas XI MAN 1 Banjarmasin

Kelas	Jumlah
XI IPA	103
XI IPS	99
XI AGAMA	71
	273

*(Sumber : Data Sekolah MAN 1 Banjarmasin)

2. Sampel

Sampel yaitu bagian kecil dari jumlah populasi dan ciri-ciri yang dimiliki oleh suatu populasi.⁸ Pada bagian sampel akan diambil beberapa orang subjek dan akan diberikan perlakuan kepada subjek tersebut. Sampel yang baik ialah sampel yang mencerminkan sifat dan karakteristik anggotanya pada suatu populasi.⁹ Untuk mendapatkan sampel yang baik maka akan dilakukan pengukuran sampel dengan teknik *sampling*. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik sampel *purposive*, karena pada sampelnya sudah ditentukan dan diketahui

⁷ Burhan Bugin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi, Dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-ilmu Sosial Lainnya*, 1 cet. 2 (Jakarta: Prenada Media Group, 2006), 141.

⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017), 81.

⁹ Tulus Winarsunu, *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan* (Malang: UMM Press, 2012), 12.

karakteristiknya berdasarkan ciri dan sifat populasinya.¹⁰ Sampel pada penelitian ini adalah 11 orang siswa/i kelas XI Agama yang ada di MAN 1 Banjarmasin yang memiliki literasi kesehatan mental pada kategori rendah dan sedang serta bersedia untuk mengikuti kegiatan eksperimen sampai akhir.

F. Data dan Sumber Data

1. Data

Data merupakan hasil catatan peneliti berdasarkan fakta ataupun angka yang digunakan sebagai bahan untuk mengumpulkan informasi.¹¹ Pada penelitian ini data yang akan diambil berupa data hasil skala dengan responden mengenai literasi kesehatan mental pada remaja kelas XI Agama MAN 1 Banjarmasin diukur dengan membagikan skala pada subjek yang bersangkutan.

2. Sumber data

Sumber data ialah subjek dari data yang didapat, bisa juga diartikan sebagai benda atau orang tempat peneliti mengamati, atau bertanya terkait informasi spesifik yang berhubungan dengan masalah penelitian.¹² Peneliti menggali dari beberapa sumber untuk mendapatkan data yang akurat, yaitu:

- a. Kuesioner Literasi Kesehatan Mental Islami yang terdiri dari 25 item.
- b. Responden, orang yang memberikan informasi secara langsung, bisa juga disebut dengan subjek. Responden dalam penelitian ini yaitu

¹⁰ Winarsunu, 12.

¹¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2019), 161.

¹² Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), 60.

individu yang memiliki literasi kesehatan mental pada kategori rendah dan sedang.

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Skala

Skala merupakan salah satu cara responden dalam menjawab pernyataan-pernyataan yang dimuat dalam sebuah kuesioner. Skala ini digunakan peneliti sebagai alat ukur dalam penelitian, yang disusun oleh peneliti dan digunakan serta dibagikan untuk mendapatkan jawaban dari responden, data yang diperoleh pun akan diubah menjadi sebuah data kuantitatif yang berupa angka dan bilangan.¹³

Skala dalam penelitian ini yaitu skala Literasi Kesehatan Mental Islami dengan alat ukur menggunakan skala *likert*. Untuk komponennya sendiri adalah sebagai berikut:

- a. Sangat Mengetahui (SM)
- b. Mengetahui (M)
- c. Cukup Mengetahui (CM)
- d. Tidak Mengetahui (TM)

Adapun pertimbangan peneliti dalam memilih skala *likert* ini, yaitu:

- a. Skala likert ini lebih mudah digunakan
- b. Tidak memerlukan waktu yang lama dalam mengambil data.
- c. Hasil pengukurannya dapat menentukan subjek yang sesuai dengan kategorisasi yang diinginkan oleh peneliti.

¹³ Sudaryono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Jakarta: Kencana, 2016), 95-96.

2. Wawancara (*interview*)

Wawancara digunakan dengan menanyakan suatu pertanyaan kepada narasumber atau yang diwawancarai.¹⁴ Wawancara yang digunakan untuk penelitian ini tidak terstruktur yang mana wawancara dilaksanakan tidak menggunakan petunjuk wawancara yang telah tersusun secara runtut dan lengkap dalam pengumpulan datanya.¹⁵ Tujuan wawancara ini sebagai studi pendahuluan yang dilaksanakan oleh peneliti dengan mewawancarai 5 orang remaja yang masih bersekolah di wilayah Banjarmasin dan sekitarnya dan sebagai evaluasi pada sesi terakhir pelatihan.

3. Observasi

Observasi adalah pengamatan dan pencatatan terhadap fakta-fakta yang dibutuhkan oleh peneliti.¹⁶ Observasi dalam penelitian ini merupakan *non-sistematis* yaitu pengamatannya tidak terdapat struktur kategori yang akan diamati atau hanya mendeskripsikan apa saja yang sedang terjadi karena observasi ini digunakan sebagai data pendukung atau data tambahan dalam penelitian.

H. Desain Pengukuran

Pengukuran data akan dilakukan dengan menggunakan instrumen skala Literasi Kesehatan Mental Islami dan modul pembelajaran untuk membantu dan memudahkan untuk pengumpulan data yang diperlukan dalam suatu penelitian.

¹⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Manajemen* (Bandung: Alfabeta, 2013), 224.

¹⁵ Sugiyono, 228.

¹⁶ Rifa'i Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: SUKA-Press, 2021),

1. Instrumen Skala

Instrumen skala untuk mengukur psikoedukasi kesehatan mental Islami ini adalah skala literasi kesehatan mental Islami yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori dari Jorm tahun 2000 yang merujuk kepada 6 aspek yaitu pengetahuan tentang gangguan psikologis, pengetahuan dan keyakinan tentang faktor risiko dan penyebab gangguan mental, pengetahuan dan keyakinan tentang *self-help intervensi*, pengetahuan dan keyakinan tentang bantuan *professional*, sikap yang memfasilitasi pengakuan dan mencari bantuan, dan pengetahuan tentang sumber informasi kesehatan mental, kemudian aspek ini dimodifikasi dengan menambahkan ke Islamannya. Skala literasi kesehatan mental Islami ini akan diberikan sebanyak 2 kali pada subjek, yaitu pada saat sebelum sesi awal dimulai (*pretest*), serta pada saat sesi terakhir (*posttest*). Tujuannya adalah sebagai evaluasi kuantitatif.

Berikut ini adalah *blue print* skala literasi kesehatan mental Islami:

Tabel 3. 3 Blue Print *Skala Literasi Kesehatan Mental*

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Pengetahuan tentang gangguan psikologis	Memahami pengetahuan tentang gangguan mental		1,2	2
Pengetahuan dan keyakinan tentang faktor dan penyebab risiko	Memahami pentingnya pengetahuan dan keyakinan seseorang terhadap faktor dan	5,6	3,4	4

gangguan mental	penyebab gangguan mental dalam prespektif Islam			
Pengetahuan dan keyakinan tentang <i>self-help intervensi</i>	Memahami pentingnya pengetahuan untuk mencari dukungan keluarga, teman dan terlibat dalam berbagai aktivitas yang positif	7,8,9,10, 11,12		6
Pengetahuan dan keyakinan tentang bantuan profesional	Memahami pentingnya meminta bantuan profesional dalam mengatasi gangguan mental	13,15,16,	14,17	5
Sikap yang memfasilitasi pengakuan dan mencari bantuan	Adanya kesadaran seseorang terhadap gangguan mental yang terjadi dan tindakan untuk mencari bantuan	18,19,20		3
Pengetahuan tentang sumber informasi kesehatan mental	Mengetahui tentang informasi kesehatan mental Islam melalui jurnal-jurnal.	22,23,24, 25	21	5

	Televisi, pengalaman pribadi dan sebagainya			
--	--	--	--	--

2. Modul Psikoedukasi Literasi Kesehatan Mental Islami

Peneliti juga menggunakan modul psikoedukasi literasi kesehatan mental Islami yang dikembangkan dari modul literasi kesehatan mental oleh Eis Masitah tahun 2019, sebagai rujukan dan pedoman dalam memberikan perlakuan. Adapun instrumen ini berupa angket atau kuesioner yang akan diajukan kepada *ekspert judgment*. Masing-masing ahli akan memberikan ranting kelayakan terhadap modul.

3. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Ada dua syarat dalam instrumen penelitian, di antaranya validitas dan reliabilitas. Suatu instrumen akan disebut baik apabila dapat mengukur apa yang diperlukan dalam penelitian dan bisa menemukan data yang diteliti secara tepat.

a. Validitas

Dilaksanakan untuk mengetahui ketepatan suatu item pertanyaan dalam mengukur variabel yang akan diteliti.¹⁷ Pengujiannya menggunakan teknik *Korelasi Product Moment*, yaitu, sebagai berikut:

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

¹⁷ Sandu Siyoto dan Muhammad Ali Shodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (Literasi Media Publishing, 2015), 84.

Keterangan:

r_{xy}	= koefisien <i>korelasi Product Moment</i>
$\sum Y$	= jumlah skor variabel Y
$\sum X$	= jumlah skor variabel X
N	= jumlah sampel
$\sum X^2$	= jumlah skor kuadrat variabel X
$\sum Y^2$	= jumlah skor kuadrat variabel Y
$\sum XY$	= jumlah perkalian antara skor variabel X dan skor variabel Y. ¹⁸

b. Reliabilitas

Digunakan agar mengetahui tingkat kepercayaan sebuah item pertanyaan dalam mengukur variabel yang diteliti untuk mengetahui tingkat kestabilan alat ukur.¹⁹ Rumusnya menggunakan *Cronbach Alpha*, sebagai berikut:

$$r_1 = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right)$$

Keterangan:

$\sum s_i^2$	= Mean kuadrat kesalahan
s_t^2	= Varians total
r_1	= Reliabilitas instrumen
k	= Mean kuadrat antar subyek.

¹⁸ Agung Widhi Kurniawan dan Zarah Puspitaningtyas, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 2016, 97.

¹⁹ Kurniawan dan Puspitaningtyas, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 97.

Pada penelitian ini akan dibantu dengan program aplikasi SPSS 25.

I. Teknik Analisis Data

1. Teknik pengolahan data

a. *Editing*

Pada tahapan ini peneliti melakukan peninjauan ketepatan dan kejelasan data yang dilihat dari jawaban skala supaya tidak terjadi kesalahan, data sudah lengkap dan layak digunakan.

b. *Skoring*

Pada tahapan ini data yang sudah dikelompokkan diberi nilai pada masing-masing jawabannya. Jawaban pada item skala diberikan skor sebagai berikut:

Tabel 3. 4 Pedoman *Skoring* Skala Literasi Kesehatan Mental Islami

Respon Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Mengetahui (SM)	4	1
Mengetahui (M)	3	2
Cukup Mengetahui (CM)	2	3
Tidak Mengetahui (TM)	1	4

c. *Tabulating*

Pada tahapan ini skor jawaban responden dimasukkan dan disusun ke dalam tabel.

d. Kategorisasi

Pada penelitian ini kategorisasi digunakan untuk mengetahui tingkat literasi kesehatan mental pada remaja. Pengkategorian berdasarkan hasil *pretest* dibagi menjadi 3 kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi.

2. Analisis data

Menggunakan analisis statistik yang bertujuan untuk menganalisis data berupa angka dimaksudkan agar dapat mengetahui hipotesis yang telah dirumuskan yaitu psikoedukasi kesehatan mental Islami efektif sebagai upaya meningkatkan literasi kesehatan mental remaja pada siswa/i kelas XI MAN 1 Banjarmasin. Peneliti menggunakan analisis uji statistik *paired sample t-test* (uji-t) menggunakan bantuan *IBM SPSS Statistics 25*. Peneliti juga menggunakan analisis kualitatif sebagai pendukung berupa wawancara dan observasi.