

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Pendekatan kuantitatif merupakan metode pada penelitian ini. Mulai dari awal rencana eksplorasi, pemeriksaan kuantitatif yang memiliki keterangan-keterangan yang jelas, tepat, dan tersusun.

Penjelasan lain dari penelitian kuantitatif adalah strategi penilaian berbasis positivisme yang digunakan untuk melihat populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan informasi, menggunakan instrumen penelitian, dan memisahkan data kuantitatif atau terukur dengan cara yang khas untuk menguji spekulasi.¹

Adapun penelitian ini menggunakan uji regresi linier sederhana untuk menjelaskan hubungan yang ada antara variabel tawakal dan variabel stres²

B. Lokasi Penelitian

Lokasi yang dijadikan sebagai tempat untuk eksplorasi ini adalah Perguruan Tinggi UIN Antasari yang terletak di Banjarmasin dan Banjarbaru. Adapun lokasi Kampus 1 UIN Antasari Banjarmasin. Terletak di Jalan A. Yani KM 4,5. Kec. Kebun Bunga, Kalimantan Selatan, Banjarmasin Timur, Kota Banjarmasin, 70235. Sedangkan lokasi Kampus 2 UIN Antasari Banjarmasin, adalah di Jalan Kemuning, Kota Banjar Baru, Kalimantan Selatan.

¹ Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: ALFABETA, 2019),16-17.

² Prof. Dr. Sugiyono.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Sugiyono berpendapat bahwa subjek berasal dari sifat, kepribadian, dan nilai-nilai manusia.³ Mahasiswa Baru Angkatan 2022 Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin adalah yang dijadikan sebagai subjek penelitian.

2. Objek Penelitian

Objek adalah faktor dalam penelitian. Pada dasarnya variabel dibagi menjadi dua, yang mana variabel bebas yang akan memanipulasi didalam penelitian. Hal ini diduga karena variabel bebas mempunyai hubungan dengan variabel lain. Adapun untuk respon subjek penelitian merupakan variabel dependen yang diukur sebagai pengaruh terhadap variabel independen pada penelitian.⁴

a) Variabel Bebas (X) : Tawakal

b) Variabel Terikat (Y) : Stres Mahasiswa Baru

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi ialah seluruh element yang akan dijadikan sebagai wilayah generalisasi terhadap objek dan subjek berdasarkan pada kuantitas dan ciri atau karakter tertentu sesuai dengan apa yang ditetapkan oleh peneliti dalam penelitian

³ Prof. Dr. Sugiyono, 126. .

⁴ Liche Seniati, Aries Yulianto, dan Bernadette N. Setiadi, *Psikologi Eksperimen* (Jakarta: Indeks, 2011), 49-50.

agar dapat diteliti dan menghasilkan kesimpulan.⁵ Adapun penelitian ini melibatkan 1.974 mahasiswa baru UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2022.

2. Sampel

Menurut Sugiyono, sampel itu penting untuk kuantitas kualitas yang digerakkan oleh masyarakat itu.⁶ Tabel Isaac dan Michael digunakan untuk menghitung jumlah sampel yang diambil untuk penelitian ini, dengan tingkat kesalahan 5%. Sampel sebanyak 294 mahasiswa baru yang dipilih dari total 1.974 mahasiswa baru.

3. Teknik Sampling

Dalam penelitian ini teknik yang dipakai adalah menggunakan *probability sampling* dengan asumsi studi ini menggunakan metode *simple random sampling*, individu dari populasi dipilih secara acak terlepas dari lapisan populasi.⁷ Yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru di UIN Antasari Banjarmasin yang menjadi ilustrasi penilaian ini.

E. Pengumpulan Data

Dalam penelitian kuantitatif jelas Sugiyono, terdapat berbagai macam metode pengumpulan data, antara lain wawancara, angket, dokumentasi, dan observasi. Dalam penelitian kuantitatif, kuesioner menyediakan sebagian besar data dengan meminta responden untuk menanggapi pernyataan atau pertanyaan

⁵ Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 126.

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2011), 81.

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2019), 128.

tertulis, kuesioner adalah metode pengumpulan data.⁸ Dalam penelitian ini, penulis memilih menggunakan metode kuantitatif untuk strategi pengumpulan informasi yaitu:

1. Skala

Skala yang dipakai dalam penelitian ini adalah stres dan tawakal. Adapun gambaran penilaian untuk ulasan ini didasarkan pada skala Likert. Skala yang disebut skala Likert dapat digunakan sebagai mengukur pola pikir, perasaan, dan kesan seseorang dalam kelompok terhadap sifat atau karakteristik sosial.⁹ Pada skala ini, klasifikasi reaksi yang menyertainya sangat berharga:

TABEL 3.1 SKOR SKALA LIKERT

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

Penjelasan yang baik adalah artikulasi yang diberikan hal-hal positif atau membantu tentang disposisi artikel. Kemudian, pernyataan yang bersifat negatif atau tidak mendukung sikap subjek yang diungkapkan dianggap pernyataan yang kurang baik.¹⁰

2. Wawancara

Dalam ulasan ini, wawancara digunakan untuk mengumpulkan informasi awal dan mendukung percakapan biasa.

⁸ Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 194.

⁹ Lijan P. Sinambela dan Sarton Sinambela, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Teoretik dan Praktik* (Depok: PT. Raja Grafindo Persada, 2021), 234

¹⁰ Saifudin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 98.

F. Instrumen Penelitian

Validitas dan reabilitas setidaknya merupakan dua syarat yang harus dipenuhi oleh instrumen penelitian. Instrumen yang layak adalah instrumen yang dapat menangkap secara tepat informasi variabel yang diteliti dan mengukur apa yang diinginkan.

1. Tawakal

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan skala tertutup dan model skala deskriptif Likert untuk mengukur variabel tawakal. Karena relatif sederhana untuk dibangun dan memiliki tingkat reabilitas yang tinggi, aksi, opini, dan pemikiran responden terhadap suatu objek biasanya diukur dengan menggunakan model Likert.

Berkaitan dengan penyusunan item, Ifnu Nurhakim mengarahkan penelitian dengan judul “Hubungan Tawakal terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dalam Penyusunan Skripsi.” Lalu skala dalam penelitian terdahulu ini dimodifikasi ke dalam skala penelitian ini. Pemilihan jawaban dipertunjukkan melalui empat pilihan dimana yang pertama ada sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.¹¹

¹¹ Haryadi Sarjono dan Winda Julianita, *SPSS vs Lisres: Sebuah Pengantar Aplikasi untuk Riset* (Jakarta: Penerbit Salemba, 2011),5.

TABEL 3.2 BLUE PRINT VARIABEL TAWAKAL

No.	Indikator	Nomor Butir		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Percayalah pada kehendak Allah Swt saat Anda menyerah.	1, 2, 5, 6	3, 4, 8	7
2.	Menyerahkan diri dengan mengetahui sebab akibat	-	18, 12	2
3.	Menyerahkan diri dengan memperkuat qalbu dan tauhid	19, 23, 24	22	4
4.	bertawakal kepada Allah dan merasa damai dengan-Nya	27, 28, 31, 32, 35	29, 30, 33, 36	9
5.	Memiliki pandangan yang positif tentang Allah.	37, 38, 41, 42	39, 40, 43, 44, 46	9
6.	Berikan Dia seluruh hatimu dan singkirkan apa pun yang menghalangi.	47, 48, 51	50, 52	5
7.	Berilah atau serahkan segala urusan sepenuhnya kepada-Nya	53, 54, 57, 58	55, 56, 60, 61	8
Total		23	21	44

2. Stres

Skala stres yang dipakai dalam penelitian ini adalah hasil skala adopsi oleh penelitian yang dilakukan Bunga Ayu Lestari dengan judul penelitian “Pengaruh Dukungan Sosial, Stres, dan Sabar terhadap *Psychological Well Being* Ibu Dewasa Madya Pasca Anaknya Menikah” lalu dimodifikasi oleh penulis. Skala stres yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala DASS oleh Lovibond & Lovibond, adapun penelitian ini skala yang digunakan hanyalah skala stres saja. Terdapat 19 pernyataan yang terdiri penjelasan positif dan 14 pernyataan yang terdiri penjelasan negatif.

TABEL 3.3 BLUEPRINT VARIABEL STRES

No	Aspek	Indikator	Nomor Butir		Total
			Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Difficulty relaxing</i>	Ketika menghadap masalah individu merasa panik, gelisah dan tidak bisa diganggu	-	1,2,3	3
2.	<i>Nervous arousal</i>	Berkeringat menghadapi stres, tegang, dan jantung berdetak cepat	-	4,5	2
3.	<i>Easily upset/agitated</i>	Sulit untuk menenangkan diri	-	6,7,8	3
4.	<i>Irritable/over-reactive</i>	Mudah marah	11	9,10	3
5.	<i>Impatient</i>	Tidak sabar menghadapi berbagai sesuatu	15,16,17,18	12,13,14,19	8
Total			5	14	19

G. Validitas dan Reabilitas

1. Validitas

Jika suatu instrumen dapat digunakan untuk mengukur apa yang perlu diukur, maka bisa dikatakan valid.¹² Koefisien koneksi dapat digunakan untuk menentukan legitimasi instrumen yang melibatkan *product moment* sebagai berikut:

Rumus Kolerasi *product moment*:

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

¹² Saifudin Azwar, Realibilitas dan Validitas, 2 ed. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012),8.

Keterangan:

r_{xy} : Korelasi *product moment*

n : Jumlah Subyek

X : Jumlah Skor Item

Y : Jumlah Skor Total

2. Reabilitas

Menjadi sesuatu yang diandalkan dan dapat dipercaya adalah pengertian dari rabilitas. Tingkat reabilitas sesuatu ditunjukkan oleh kehandalan tersebut.¹³ Tujuan dari pengujian ini adalah untuk memastikan sejauh mana alat pengukur dapat menghasilkan hasil yang relatif konsisten ketika mengukur objek yang sama beberapa kali. Uji reabilitas instrumen dalam ulasan ini menggunakan rumus Alpha karena angket tersebut berupa uraian..

$$r_i = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma t^2} \right)$$

Keterangan:

R_i : reabilitas instrumen

k : banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma b^2$: varians butir soal

σt^2 : varians skor total

¹³ Saifudin Azwar,7.

H. Analisis Data

Setelah mengumpulkan data dari seluruh partisipan penelitian dan sumber lainnya, proses analisis data adalah merupakan langkah pertama dalam prosedur ini yaitu mengelompokkan data sesuai dengan variabel yang diteliti. Selanjutnya, gabungkan data, buat tabulasi, lalu skor data untuk setiap variabel yang dipelajari. Selain itu, sangat mungkin dimanfaatkan untuk mencari solusi dari perincian masalah yang telah dibuat. Terakhir, dapat menguji spekulasi yang telah direncanakan.¹⁴

Aplikasi *SPSS For Windows 22* digunakan untuk menelaah data hasil penelitian. Selama pemecahan data penelitian ada strategi pengujian data dalam kajian ini terdiri dari tiga tahapan, khususnya pengujian instrumen pengujian yang terdiri dari uji validitas dan uji reliabilitas. Temuan penelitian menjadi sasaran analisis data deskriptif sebelum hipotesis diuji. Tahapan kedua yaitu, Uji asumsi yang terdiri dari uji linearitas dan uji normalitas. Pada langkah ketiga, aspek-aspek pembentuk utama dari variabel-variabel yang diteliti dihitung selain pengujian hipotesis dengan uji regresi sederhana.

Menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas untuk menguji instrumen penelitian adalah langkah pertama yang dilakukan dalam menentukan apakah dapat digunakan dengan tepat dalam pengujian yang sebenarnya.

- a. Uji validitas: Dengan membandingkan nilai r hitung dan r tabel pada tingkat signifikansi 5%, sangat mungkin untuk melihat bahwa norma

¹⁴ Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 2006.

untuk masalah signifikan berbeda. Item kuesioner terhadap skala yang diukur dianggap tidak valid jika r tabel lebih besar dari r hitung, begitu juga sebaliknya.

- b. Uji realibilitas: peneliti menggunakan acuan apabila nilai cronbach alpha lebih tinggi dari 0,60 maka hasil survey disebut reliabel.¹⁵

Uji deskriptif digunakan tes sebelum memulai uji asumsi. Analisis data deskriptif digunakan untuk melihat tingkat kategorisasi variabel yang dianalisis dalam hubungannya dengan topik penelitian.¹⁶

Uji normalitas merupakan penilaian terhadap data yang menyertainya, adapun tujuan dari uji ini adalah untuk mengetahui apakah data tersebut normal atau tidaknya dari variabel yang diteliti. Peneliti menggunakan uji normalitas dengan model *Kolmogorov-Smirnov* sebagai uji asumsi utama mereka. Nilai signifikansi kolom Kolmogorov-Smirnov dapat digunakan dalam uji normalitas untuk menentukan normalitas data. Data akan berdistribusi normal jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Selain itu, data tidak berdistribusi normal jika tingkat signifikansinya kurang dari 0,05. Uji linieritas merupakan uji asumsi kedua. Ini menentukan apakah hubungan antara dua variabel itu linier atau tidak. Kriteria uji linieritas menyatakan bahwa hubungan kedua variabel adalah linier jika nilai signifikansinya lebih besar dari 0,05 dan nilai signifikansi kurang dari 0,05 menunjukkan hubungan yang tidak linier.¹⁷

¹⁵ Duwi Priyanto, *SPSS: Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa & Umum* (Yogyakarta: Penerbit Andi Offset, 2018).

¹⁶ Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 206.

¹⁷ Muhammad Ali Gunawan, *Statistik Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi, dan Sosial* (Yogyakarta: Parama Publishing, 2015),92.

Peneliti juga melakukan uji analisis regresi linier untuk mengetahui koefisien korelasi variabel tawakal dan stres, serta nilai t hitung. Untuk tahap ketiga yaitu pengujian hipotesis data. Berdasarkan hasil uji regresi, dapat ditentukan apakah kedua faktor tersebut benar-benar beregresi secara signifikan atau tidak.¹⁸ Hal ini cenderung diduga bahwa variabel (X) tawakal pada dasarnya mempengaruhi variabel (Y) stress, Jika dilihat dari nilai t hitung lebih besar dari t tabel.

I. Prosuder Penelitian

1. Tahap pendahuluan

- a. Dalam penelitian payung, peneliti memilih peneliti lain untuk membentuk tim.
- b. Dengan tim dan pengawas, peneliti mencari tahu variabelnya.
- c. Para peneliti membuat laporan dasar sebagai pertemuan dengan mahasiswa baru di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.
- d. Menyusun rumusan masalah dan tujuan penelitian untuk dimasukkan dalam proposal penelitian.

2. Tahap Persiapan

- a. Kembali melakukan pengarahan skripsi setelah melakukan seminar proposal
- b. Membuat aspek, indikator, dan item item untuk digunakan dalam skala psikologi terkait penelitian.

¹⁸ Muhammad Ali Gunawan, 91-94

- c. Menggunakan *Professional Judgement* untuk memperbaiki skala yang telah ditetapkan.
 - d. Penulis melengkapi kebutuhan yang berhubungan dengan informasi dari lapangan seperti jumlah populasi dan sampel.
3. Tahap pelaksanaan
- a. Penyebaran angket kepada mahasiswa baru UIN Antasari Banjarmasin.
 - b. Menganalisis dan menarik kesimpulan dari data dengan menggunakan perangkat lunak SPSS 22.0 for Windows.
4. Tahap Penyusunan Laporan
- a. mengabungkan data penelitian dan meminta evaluasi dari pembimbing.
 - b. Meminta surat persetujuan untuk sidang skripsi
 - c. Laporan hasil penelitian kemudian diserahkan dan dipresentasikan pada saat pengajuan.