

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimental. Penelitian kuantitatif merupakan sebuah paradigma dalam penelitian yang memandang kebenaran sebagai suatu yang tunggal, objektif, universal, dan dapat diverifikasi,¹ dan eksperimental adalah satu seri pengamatan yang dilakukan dibawah kondisi terkontrol dengan maksud untuk mengetes satu hipotesis. Dalam satu eksperimen terdapat beberapa variabel, variabel bebas atau variabel eksperimental, yang dimanipulasi oleh peneliti, dan dikenakan pada subjek, dimaksudkan untuk menilai dampaknya, variabel tidak bebas atau terikat ialah reaksi subjek terhadap variabel bebas tadi. Sedang variabel terkontrol atau kondisi terkontrol dijaga agar tetap konstan untuk mencegah agar kondisi terkontrol tersebut mempengaruhi variabel tidak bebasnya, serta mencegah terjadinya kekacauan pada hasil eksperimennya.²

Penelitian ini menggunakan desain *pretest* dan *posttest* satu kelompok atau *one group pretest and posttest design*, yakni penelitian yang dilakukan pada satu kelompok eksperimen tanpa kelompok pembandingan, dalam penelitian ini peneliti memberikan *pretest* kesemua populasi kemudian setelah itu peneliti mengambil

¹Purwanto, *Metode Penelitian Kuantitatif: untuk Psikologi dan Pendidikan* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 164

²J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terj. Kartini Kartono (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2008) , 179.

sampel dengan kriteria yang telah peneliti tentukan, kemudian peneliti memberikan perlakuan atau intervensi kepada sampel yang akan menjadi subjek dalam penelitian ini. Setelah intervensi dilakukan, peneliti akan melakukan *posttest* kepada subjek untuk mengetahui hasilnya.

$$R = P1 \times P2$$

Keterangan:

R : Kelompok perlakuan

PI : *Pretest*

X : Intervensi

P2 : *Posttest*

B. Lokasi Penelitian

Adapun lokasi penelitian ini disesuaikan dengan yang tertulis dalam judul penelitian ini yaitu di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin yang beralamat di jalan Bumi Mas Raya Komplek Bumi Handayani XII A RT 28 Banjarmasin.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah siswa yang mengalami kecemasan tinggi dan sangat tinggi dalam menghadapi Ujian Nasional kelas IX di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin.

2. Objek Penelitian

Suatu penelitian itu harus memiliki objek yang jelas, maka dari itu sebelum dilakukan penelitian perlu diadakan identifikasi untuk variabel-variabel yang digunakan sebelum melakukan pengumpulan data dan analisis data. Objek penelitian dalam suatu penelitian disebut variabel. Dalam penelitian ini ada dua macam variabel yakni variabel bebas yang dalam penelitian eksperimen disebut variabel eksperimental yang berarti variabel yang dimanipulasi untuk dipelajari efeknya pada variabel lain³.

Selain variabel bebas ada juga variabel terikat atau disebut juga variabel terpengaruh dan variabel tergantung. Variabel terikat adalah segala bentuk respons subjek yang diukur sebagai akibat dari variasi variabel eksperimental atau variabel bebas.⁴

1. Variabel ekperimental (X) : zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya
2. Variabel terikat (Y) : kecemasan

D. Populasi, Sampel, dan Metode Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi dan sampel dalam sebuah penelitian merupakan salah satu faktor yang harus diperhatikan. Polulasi adalah sejumlah dari keseluruhan obyek yang akan diteliti. Dalam penelitian ini yang menjadi populasinya adalah siswa kelas IX A dan siswa kelas IX C di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin yang berjumlah 53 orang. Dikarenakan siswa kelas IX B dan

³Rosleny Marliani, *Psikologi Eksperimen* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2013), 87.

⁴ Rosleny Marliani, *Psikologi Eksperimen*, 89.

siswa kelas IX D sudah dijadikan subjek uji validitas dan reliabilitas untuk skala kecemasan yang dibuat oleh peneliti.

TABEL 3.1 JUMLAH SISWA DAN SISWI KELAS IX DI SMPIT UKHUWAH BANJARMASIN

Kelas	Jenis Kelamin	Jumlah
IX A	Perempuan	25
IX B	Perempuan	26
IX C	Laki-laki	28
IX D	Laki-laki	26
Jumlah		105

2. Sampel

Sampel penelitian pada prinsipnya adalah bagian dari populasi yang diambil oleh peneliti untuk mewakili populasi yang ada. Ada dua syarat penting untuk dapat dipilih sebagai sampel, yaitu jumlah yang cukup besar dan mewakili karakteristik populasi.⁵ Secara ringkasnya sampel merupakan sebagian atau wakil populasi yang diteliti dalam suatu penelitian.⁶

Adapun sampel yang digunakan peneliti sebagai subjek dalam penelitiannya adalah siswa kelas IX SMPIT Ukhuwah Banjarmasin yang memenuhi karakteristik peneliti. Adapun karakteristik tersebut antara lain:

- 1) Siswa kelas IX yang menghadapi Ujian Nasional
- 2) Siswa yang mengalami kecemasan tinggi dan sangat tinggi
- 3) Bersedia menjadi responden

⁵Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya* (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), 65.

⁶Purwanto, *Metode Penelitian Kuantitatif: untuk Psikologi dan Pendidikan*, 242.

3. Metode Pengambilan Sampel

Metode pengambilan sampel adalah cara yang digunakan peneliti untuk mengambil sampel dari populasi dengan menggunakan prosedur tertentu, dalam jumlah yang sesuai dengan memperhatikan sifat-sifat dan penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang benar-benar dapat mewakili dari jumlah populasi dalam penelitian ini.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah *purposive sampling* yaitu penentuan subjek sesuai karakteristik yang peneliti kehendaki. Subjek akan disesuaikan dengan tujuan penelitian.

E. Data dan Sumber Data

1. Data

Data adalah kumpulan fakta atau kumpulan nilai-nilai menurut urutan angka atau numerik. Data pada penelitian ini adalah data kuantitatif yaitu data yang berbentuk angka atau bilangan. Sesuai dengan bentuknya, data kuantitatif dapat diolah atau dianalisis menggunakan teknik perhitungan matematika atau statistika.

Data pokok atau data primer dari penelitian ini adalah data-data hasil skala dengan responden mengenai Pengaruh zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya terhadap penurunan kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin.

2. Sumber Data

Sumber data adalah segala sesuatu yang dapat memberikan informasi mengenai data. Berdasarkan sumbernya, data dibedakan menjadi dua, yaitu

data primer dan data sekunder.⁷ Data primer akan didapat dari responden dan data sekunder akan didapat dari informan, adapun penjelasan mengenai hal tersebut sebagai berikut:

- 1) Responden, sumber data utama dalam penelitian ini adalah responden. Responden adalah subjek yang akan memberikan data dengan mengisi skala yang diajukan untuk kepentingan penelitian dan yang mendapatkan intervensi atau perlakuan. Dalam penelitian ini respondennya yaitu siswa kelas IX A dan kelas IX C yang mengalami kecemasan tinggi dan sangat tinggi dalam menghadapi Ujian Nasional yang bersekolah di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin.
- 2) Informan, merupakan orang yang memberikan data tambahan.⁸ Informan dalam penelitian ini adalah pengajar atau guru di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin serta pihak lainnya yang dapat memberikan informasi terkait penelitian ini .

F. Tehnik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan beberapa metode untuk memperoleh data dan informasi yang relevan terkait dengan permasalahan yang akan diteliti. Adapun metode yang peneliti gunakan untuk membantu dalam pengumpulan data dan informasi tersebut antara lain:

⁷Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 91.

⁸Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), 952.

1. Skala Psikologi

Skala psikologi adalah stimulusnya berupa pernyataan atau pertanyaan tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan.

Skala psikologi mendasarkan pada laporan pribadi (*self report*). Selain itu skala psikologi memiliki kelebihan-kelebihan asumsi sebagai berikut:

- a. Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya
- b. Apa yang dikatakan oleh subjek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya
- c. Interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti.

Selain itu metode skala psikologi digunakan dalam penelitian atas dasar pertimbangan:

- 1) Metode skala psikologi merupakan metode yang praktis
- 2) Dalam waktu yang relatif singkat dapat dikumpulkan data yang banyak
- 3) Metode skala psikologi merupakan metode yang dapat menghemat tenaga dan ekonomis.⁹

Adapun jenis skala yang digunakan adalah skala likert, yaitu skala yang biasa digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi, seseorang, atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Penelitian ini menggunakan satu

⁹Rusdiana, Hubungan Kecemasan dengan Motivasi pada Narapidana Menjelang Masa Bebas untuk Mendapatkan Pekerjaan, *Skripsi*, (Banjarmasin: Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, IAIN Antasari Banjarmasin, 2014), 46-47.

skala yakni skala kecemasan karena dalam penelitian ini peneliti melakukan intervensi kepada subjek, dengan memberikan perlakuan kepada subjek untuk membaca zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya.

2. Dokumentasi

Istilah dokumentasi yang digunakan dalam bahasa Indonesia berasal dari kata *documentatie* (Belanda) yang sebenarnya berasal dari kata dasar *document*. Bila dokumentasi merupakan kata benda maka artinya ialah setiap benda yang memuat atau berisi rekaman informasi. Bila merupakan kata kerja maka dokumentasi berarti mencatat, merekam, membuat menjadi dokumen.¹⁰ Proses dokumentasi ini dilakukan untuk mengetahui tentang jumlah siswa dan informasi lainnya tentang sekolah SMPIT Ukhuwah Banjarmasin.

3. Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data, yang mana dua orang atau lebih secara fisik langsung berhadapan-hadapan yang satu dapat melihat muka yang lain dan masing-masing dapat menggunakan saluran komunikasi secara wajar dan lancar.¹¹

4. Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan sengaja melalui pengamatan dan pencatatan terhadap gejala obyek yang diselidiki atau diteliti.¹²

¹⁰Sulistyo Basuki, *Pengantar Dokumentasi* (Bandung: Rekayasa Sains, 2004), 1.

¹¹Rasyid Saleh, dkk, *Metode Penelitian Sosial: Terapan dan Kebijakan* (Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Departemen Dalam Negeri dan Otonomi Daerah, 2000), 39.

¹²Rasyid Saleh, dkk, *Metode Penelitian Sosial: Terapan dan Kebijakan*, 54.

G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan peneliti untuk mengambil informasi dan data yang terdiri dari sumber data atau pengambilan data dengan memperhatikan masalah dari variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan oleh peneliti adalah skala kecemasan.

Alat ukur yang digunakan peneliti untuk mengukur kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan komponen-komponen yang ada di definisi operasional yang kemudian dideskripsikan lewat indikator yang ada di blue print. Adapun komponen kecemasan yang peneliti maksud di sini adalah psikologis, kognitif dan fisiologis.

Model skala ini menggunakan model skala likert, item-item dalam skala ini merupakan pernyataan dengan empat pilihan jawaban yaitu SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju), dan STS (sangat tidak setuju). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Skor yang diberikan bergerak dari 1 sampai 4. Bobot untuk pernyataan *favorable* yaitu: SS = 4, S = 3, TS = 2, STS = 1, sedangkan bobot penilaian untuk *unfavorable* yaitu: SS = 1, S = 2, TS = 3, STS = 4.

Semakin tinggi skor yang dicapai seseorang berarti semakin tinggi kecemasan yang dimiliki ketika siswa menghadapi Ujian Nasional, sebaliknya semakin rendah skor yang dicapai seseorang maka semakin rendah pula tingkat kecemasannya.

Penyusunan alat ukur ini untuk lebih jelasnya dijabarkan dalam bentuk *blue print* pada tabel berikut:

TABEL 3.2 *BLUE PRINT* SKALA KECEMASAN

No	Aspek	Deskriptor	Nomor Item Favorable	Nomor Item Unfavorable	Jumlah Item
1.	Psikologis	a. Perasaan khawatir yang tak terkendali b. Merasa takut menghadapi sesuatu yang buruk di masa depan c. Ketakutan akan kegagalan yang berlebihan d. Menghindar dan cenderung ingin melarikan diri e. Memiliki rasa rendah diri f. Merasa bingung g. Percaya sesuatu yang menakutkan akan terjadi dengan	3, 7, 8, 9, 17 22, 26, 30, 32, 37, 38, 43, 45	2, 13, 14, 21, 25, 31, 39, 40	21

		sebab yang tidak jelas. h. Perubahan perasaan yang fluktuatif			
1.	Kognitif	a. Kesulitan untuk berkonsentrasi b. Menurunnya kemampuan berpikir secara jernih c. Kesulitan dalam memecahkan masalah d. Menurunnya kemampuan mengingat pelajaran	6, 15, 16, 20 24, 28	10, 29, 36, 42	10
2.	Fisiologis	a. Jari tangan dingin b. Detak jantung maki cepat c. Pucat d. Gemetar e. Berkeringat dingin	1, 4, 5, 11, 12, 23, 27, 33, 34, 35, 41, 44	18, 19	

		f. Kepala pusing g. Nafsu makan berkurang h. Tidur tidak nyenyak i. Dada sesak j. Sakit perut dan mual k. Sering buang air kecil l. Kekakuan leher m. Diare n. Menggigit kuku o. Badan terasa sangat lelah			14
Jumlah					45

H. Proses Penelitian

Penelitian ini dimulai setelah proposal disetujui pembimbing dan penguji selanjutnya proses penelitian pada penelitian ini melalui prosedur-prosedur sebagai berikut:

1. Prosuder Administratif
 - a. Mendapatkan surat perizinan riset dari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

b. Mendapatkan surat izin penelitian dari Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin

2. Prosedur Teknis

a. Melakukan observasi dan wawancara awal dengan kepala sekolah SMPIT Ukhuwah Banjarmasin terkait penelitian ini pada tanggal 9 November 2015.

b. Mencari data tentang jumlah siswa kelas IX di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin

c. Melakukan uji validitas dan reliabilitas skala kecemasan yang dibuat sendiri oleh peneliti kepada 52 siswa yang terdiri dari siswa kelas IX B dan kelas IX D di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin pada tanggal 28 Maret 2016.

d. Setelah skala kecemasan di *try out* kan dan teruji, kemudian peneliti melakukan *pretest* kepada siswa kelas IX SMPIT Ukhuwah Banjarmasin untuk mengetahui siapa saja siswa yang mengalami kecemasan. *Try out* skala dilakukan pada tanggal 15 April 2016.

e. Kemudian setelah mengetahui siapa saja siswa yang mengalami kecemasan, maka dilakukanlah intervensi kepada siswa yang mengalami kecemasan dengan memberikan intervensi (perlakuan) membaca zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya selama 5 hari yakni terhitung dari hari senin sampai jum'at tanggal 25 April sampai 29 April 2016.

- f. Setelah intervensi dilakukan kemudian peneliti melakukan *posttest* kepada siswa yang telah diberikan intervensi tadi dengan menggunakan skala kecemasan pada tanggal 29 April 2016.
- g. Mengumpulkan data dan untuk selanjutnya diolah dan dianalisis.

I. Validitas dan Reliabilitas

Terdapat dua persyaratan minimal yang harus dimiliki oleh instrumen penelitian, yaitu validitas dan reliabilitas. Sebuah instrumen bisa dikatakan baik jika mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat menangkap data variabel yang diteliti secara tepat.

1. Validitas

Sebuah instrument dikatakan validitas bila instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang ingin diukur. Untuk mengetahui validitas suatu instrumen dapat digunakan koefisien korelasi dengan menggunakan rumus *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_{xy} = Koefisien korelasi *product moment*

N = Jumlah subyek

X = Jumlah skor item

Y = Jumlah skor total

2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah ketepatan atau keajekan alat tersebut dalam mengukur apa yang diukurnya. Artinya kapanpun alat itu digunakan akan menghasilkan hasil ukur yang sama.¹³

Adapun metode uji reliabilitas dalam penelitian ini adalah uji reliabilitas internal konsistensi atau *internal consistency method* dengan menggunakan Cronbach's Alpha sebagai berikut:

$$\alpha = \left(\frac{R}{R-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right)$$

Keterangan:

α = Cronbach's Alpha

R = Jumlah butir soal

σ_b^2 = Varian butir soal

σ_1^2 = Varian skor total

Peneliti menggunakan alat bantu komputer dengan program *Statistical Packages For Social Science (SPSS) Release 22.0 for windows*.

J. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

1. Teknik Pengolahan Data

Teknik pengolahan data dalam penelitian ini memiliki tahapan sebagai berikut:

¹³Sugiono, *Statistik untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2013), 348.

a. Editing

Melakukan pemeriksaan kejelasan dan ketepatan data yang diperoleh dari jawaban skala agar tidak terjadi kesalahan, kecacatan, dan keraguan serta memastikan data tersebut lengkap dan dapat digunakan.

b. Skoring

Data yang telah diklasifikasikan diberi skor pada setiap jawaban. Item pada skala memiliki alternatif jawaban dengan memberikan skor untuk item *favorable* dan *unfavorable*. Skor yang diberikan bergerak dari 1 sampai 4. Bobot untuk pernyataan *favorable* sangat setuju (SS) diberi skor 4, setuju (S) diberi skor 3, tidak setuju (TS) diberi skor 2, dan sangat tidak setuju (STS) diberi skor 1. Sedangkan bobot penilaian untuk *unfavorable* yaitu sangat setuju (SS) diberi skor 1, setuju (S) diberi skor 2, tidak setuju (TS) diberi skor 3, dan sangat tidak setuju (STS) diberi skor 4.

c. Kategorisasi

kategorisasi dalam penelitian ini bermaksud untuk mengkategorikan hasil skor *pretest* skala kecemasan dalam 5 kategori yakni sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Peneliti menggunakan kategorisasi hipotetik berdasarkan skor teoritik untuk menyusun kategori tersebut.

2. Analisa Data

Data yang diperoleh dari suatu penelitian tidak dapat digunakan langsung, ada proses penganalisan data untuk mengetahui hasil dari sebuah penelitian. Analisis data pada penelitian ini adalah analisis statistik. Analisis statistik digunakan untuk menganalisis data berupa angka-angka. Analisis data

hasil penelitian, dimaksud untuk mengetahui hipotesis yang sudah dirumuskan peneliti yaitu ada tidaknya pengaruh zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya terhadap penurunan kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin. Untuk mengetahui hal tersebut peneliti menggunakan tehnik analisis Uji beda ($t - test$).