

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang peneliti lakukan ialah penelitian kuantitatif, desain penelitian yang di gunakan adalah desain analisis regresi linear sederhana. Karena hanya ada 1 variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh antara sikap tawakal dengan kesehatan mental terkaid dengan kecemasan pada peserta didik kelas X di MAN 5 Kediri.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Sugiyono, menjelaskan bahwa populasi ialah area umum yang mencakup keseluruhan objek yang menunjukkan sifat tertentu dan karakter tertentu yang peneliti tetapkan untuk di pelajari kemudian kesimpulannya ditarik⁴³.

Populasi dalam penenelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas X di MAN 5 Kediri, pada tahun ajar 2023/2024. Peneliti akan mengambil sebagian dari populasi sebagai sampel yang mewakili total populasi

Tabel 3.1
Populasi Penelitian Peserta Didik

| No | Kelas | Jumlah Peserta didik |
|----|-------|----------------------|
| 1 | 10 A | 33 |
| 2 | 10 B | 34 |

⁴³ Ibid., 126.

| | | |
|-------|------|-----|
| 3 | 10 C | 36 |
| 4 | 10 D | 36 |
| 5 | 10 E | 35 |
| 6 | 10 F | 36 |
| 7 | 10 G | 36 |
| Total | | 246 |

2. Sampel

Menurut Sugiyono, menjelaskan bahwa sampel ialah sebagian jumlah yang mewakili populasi yang kemudian dapat digeneralisasikan.⁴⁴ Untuk penentuan sampel menggunakan rumus Slovin, karena jumlah populasi sudah diketahui. Dengan menggunakan taraf kesalahan 5%.⁴⁵ Dengan jumlah sampel 152 peserta didik.

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

$$n = \frac{246}{1 + 246 (0,05)^2}$$

$$n = 152$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel yang diperlukan

N = Jumlah populasi

e = Tingkat kesalahan sampel, biasanya 5%

⁴⁴ Ibid., 127.

⁴⁵ Ibid., 137.

Teknik pengambilan sampel penelitian yang peneliti laksanakan adalah dengan cara Cluster Random Sampling yaitu pengambilan sample dimana randomisasi dilakukan bukan pada anggota populasi tetapi dilakukan terhadap kelompok. Setelah menentukan ukuran sampel keseluruhan, selanjutnya mengalokasikan atau menyebarkan satuan-satuan sampling kedalam cluster menggunakan alokasi proporsional.⁴⁶

Tabel 3.2

Sample Penelitian Peserta Didik

| No | Kelas | Jumlah Sampel Peserta didik |
|-------|-------|----------------------------------|
| 1 | 10 A | $\frac{33}{246} \times 152 = 20$ |
| 2 | 10 B | $\frac{34}{246} \times 152 = 21$ |
| 3 | 10 C | $\frac{36}{246} \times 152 = 22$ |
| 4 | 10 D | $\frac{34}{246} \times 152 = 21$ |
| 5 | 10 E | $\frac{35}{246} \times 152 = 22$ |
| 6 | 10 F | $\frac{36}{246} \times 152 = 23$ |
| 7 | 10 G | $\frac{36}{246} \times 152 = 23$ |
| Total | | 152 |

C. Teknik Pengumpulan Data

Pada saat mengumpulkan data yang dilaksanakan disini yaitu pengumpulan data yang akan menghasilkan data yang benar dan objektif.

⁴⁶ Ibid., 142.

Mengumpulkan data disini menggunakan angket atau koesioner, observasi dan dokumentasi.⁴⁷

1. Angket (Kuesioner)

Angket bisa di sebut dengan Kuesioner merupakan instrumen pengumpulan data berupa beberapa pertanyaan atau komentar. Peneliti melaksanakan kegiatan penelitian dengan menggunakan instrumen angket atau koesioner kepada peserta didik untuk mengetahui pengaruh sikap tawakal dengan kesehatan mental yang berkaitan dengan kecemasan.

2. Obsevasi

Melakukan obsevasi ke peserta didik MAN 5 Kediri yang di lakukan untuk mengetahui kondisi peserta didik dan keadaan madrasah.

3. Dokumentasi

Dokumentasi yang digunakan dalam bentuk gambar berupa foto, yakni ketika kegiatan penelitian berlangsung untuk membuktikan keadaan asli saat penelitian.

D. Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono, menjelaskan bahwa alat yang di gunakan dalam mengetahui kejadian di alam dan sosial di sebut dengan instrumen/aspek penelitian⁴⁸. Instrumen/aspek yang di gunakan adalah:

⁴⁷ Ibid., 194-205.

⁴⁸ Ibid., 156.

1. Aspek Tawakal menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyah

Tabel 3.3
Blue Print Skala Tawakal

| Aspek | Nomer Pernyataan | |
|---|------------------|-------------|
| | Favorable | Unfavorable |
| Mempunyai keimanan yang sesungguhnya akan <i>Qudrat</i> (kekuasaan) dan <i>Iradat</i> (kehendak) Allah SWT. | 1,8,29 | 15,22 |
| Berdoa serta berusaha menyelesaikan suatu permasalahan | 2,9 | 16,23 |
| Yakin kepada Allah dan beribadah dengan sepenuh hati | 10 | 3,17,24. |
| Merasa tenang dengan ketentuan Allah | 4,8 | 11,25 |
| Berfikir positif akan segala hal yang terjadi | 5,9,30* | 12,26 |
| Menjauhi larangan Allah serta mengikuti perintah Allah | 6*,10,27 | 13 |
| Menyerahkan urusan kepada Allah | 7,14 | 21,28 |

Keterangan: *) item yang gugur

- 2 Indikator Kesehatan Mental mengenai kecemasan menurut teorinya Calhoun dan Acocella

Tabel 3.4
Blue Print Skala Kesehatan Mental (Kecemasan)

| Aspek | Indikator | Nomer Pertanyaan | |
|-------------------|---|------------------|-------------------|
| | | Favorable | Unfavorable |
| Reaksi Emosional | Kekhawatiran Ketegangan Sedih Mencelah Diri Sendiri | 1,4*,10,16*,22 | 7,13,19,25 |
| Reaksi Kongnitif | Ketakutan Distorsi Pikiran Berperasangka Buruk Terhadap Orang Lain | 2,5,14,17,26 | 8,11,20,23,28 |
| Reaksi Fisiologis | Jantung Berdetak Keras Nafas Bergerak Cepat Perut Terasa Mual Kepala Pusing Badan Gemetaran | 3,9,15,24,29 | 6*,12,18,21,27,30 |

Keterangan: *) item yang gugur

Instrumen-instrumen penelitian diatas akan dipakai sebagai perhitungan yang berfungsi untuk mendapatkan data kuantitatif yang sesuai. Pada setiap instrumen haruslah memiliki skala. Peneliti menggunakan skala likert dengan 4 tingkatan sebagai pengukur pendapat, sikap dan persepsi seseorang pada penelitian ini.⁴⁹

⁴⁹ Ibid., 145-146.

Tabel 3.5
Skala Likert

| Jawaban | Skor pernyataan favorable | Skor pernyataan unfavorable |
|---------------------|---------------------------|-----------------------------|
| Sangat setuju | 4 | 1 |
| Setuju | 3 | 2 |
| Tidak setuju | 2 | 3 |
| Sangat tidak setuju | 1 | 4 |

Pernyataan *favorable* ialah suatu pernyataan yang bermakna positif atau menunjang atas perilaku objek. Sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* ialah suatu pernyataan yang bermakna negatif atau tidak menunjang atau berlawanan atas sikap objek yang akan diketahui.⁵⁰

E. Teknik Keabsahan Data

Pada penelitian kuantitatif, menggunakan uji validitas dan reabilitas untuk mengetahui keabsahan data, kemudian setelah melaksanakan kedua uji tersebut dapat ditentukan apakah suatu pernyataan dalam kuesioner layak dipakai atau tidak dalam pengumpulan data.⁵¹

1. Uji Validitas

Peneliti menggunakan bantuan software SPSS versi 26 ketika melakukan uji validitas ini, dengan ketentuan valid apabila r hitung $\geq r$ tabel (uji 2 sisi dengan sig. 0,05).⁵² Dan dapat juga menggunakan uji produk momen dengan menggunakan rumus :

⁵⁰ Ibid., 98.

⁵¹ Ibid., 175-179.

⁵² Ibid., 179.

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

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien validitas

N = Jumlah Peserta didik

x = Skor masing-masing butir soal

y = Skor total

2. Uji Reliabilitas

Pada uji reabilitas digunakan untuk mengetahui apakah suatu tes tetap sesuai meskipun berulang-ulang kali digunakan. Untuk besaran nilai reabilitas secara umum termasuk tinggi apabila nilai ≥ 0.600 , apabila nilainya mendekati angka satu dapat dikatakan reabilitas sangatlah tinggi.⁵³ Dapat menggunakan rumus Alpha Cronbach ketika melakukan uji reabilitas. Dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{n}{n-1}\right)\left(1 - \frac{\sum \alpha_t^2}{\alpha_t^2}\right)$$

Keterangan :

r_{11} = Reliabilitas yang dicari

n = Jumlah pertanyaan

$\sum \alpha_t^2$ = Jumlah varians

α_t^2 = Varians total

⁵³ Ibid., 185.

Tabel 3.6
Kriteria Reabilitas

| No | Interval | Kriteria |
|----|---------------|---------------|
| 1 | < 0,200 | Sangat rendah |
| 2 | 0,200 – 0,399 | Rendah |
| 3 | 0,400 – 0,599 | Cukup |
| 4 | 0,500 – 0,799 | Tinggi |
| 5 | 0,800 – 1,000 | Sangat Tinggi |

F. Teknik Analisis Data

Di gunakannya teknik analisis data untuk mengetahui pengaruh sikap tawakal terhadap kesehatan mental pada peserta didik di MAN 5 Kediri. Maka uji prasyarat yang harus di lalui yakni uji normalitas, linearitas dan homogenitas.⁵⁴

1. Uji Normalitas

Pada uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah penyebaran data berdistribusi normal ataukah tidak, dikatakan normal apabila data terpusat pada nilai *mean*. Peneliti menggunakan metode *Kolmogorov Smirnov*, dengan memakai bantuan software SPSS versi 26. Data dikatakan berdistribusi normal apabila:

- nilai signifikansi > 0.05 maka data berdistribusi normal.
- nilai signifikansi < 0.05 maka data tidak berdistribusi normal

2. Uji Linearitas

Pada uji linearitas digunakan untuk melihat antara 2 variabel apakah memiliki hubungan yang linear atau tidak. Uji linearitas dapat memakai bantuan SPSS. Data dikatakan linear apabila:

⁵⁴ Ibid., 210-212.

- nilai Deviation From linearity Sig > 0,05,

Maka ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel

- nilai Deviation From linearity Sig < 0,05,

Maka tidak ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel

3. Uji Homogenitas

Pada uji homogenitas digunakan untuk melihat dua kelompok sampel data diambil dari variansi populasi yang sama ataukah tidak. Uji homogenitas dapat menggunakan bantuan program SPSS. Suatu data dikatakan lolos uji homogenitas apabila:

- nilai signifikan atau Sig > 0,05,

Maka varians dari dua kelompok populasi data sama (homogen)

- nilai signifikan atau Sig < 0,05,

Maka varians dari dua kelompok populasi data tidak sama (tidak homogen)

Kemudian analisis yang selanjutnya sekaligus yang utama yakni uji hipotesis, sebagai berikut: ⁵⁵

1. Analisis Regresi Linear Sederhana

Pada analisis regresi linear sederhana di gunakan untuk melihat apakah variabel Y dapat di prediksi melalui variabel X. Uji ini dipakai untuk melihat adakah pengaruh antara varibel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Rumusnya sebagai berikut:

⁵⁵ Ibid., 212-213.

$$Y = a + b X$$

Keterangan :

Y = Variabel dependen

X = Variabel independen

a = Konstanta

b = Koefisien Regresi

Untuk rumus koefisien regresi a dan b dapat dilihat sebagai berikut ini:

$$a = \frac{(\sum y_i) (\sum x_i^2) - (\sum x_i) (\sum x_i y_i)}{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2}$$

$$b = \frac{n (\sum x_i y_i) - (\sum x_i)(\sum y_i)}{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2}$$

Dalam penelitian ini menggunakan perhitungan statistik dengan menggunakan program SPSS versi 26. Untuk pengambilan keputusan di dasarkan kriteria berikut:

Signifikansi uji (α) = 0,05

- Jika nilai signifikansi > 0,05 maka H_0 di terima
- Jika nilai signifikansi < 0,05 maka H_0 di tolak

2. Koefisien Determinasi (r^2)

Pada koefisien determinasi dapat dilihat besaran persentase pengaruh sikap tawakal (X) terhadap kecemasan (Y). Serta untuk mengetahui indeks korelasi/hubungan (r). Kriterianya sebagai berikut ini:

Tabel 3.7

Koefisien Korelasi

| No | Interval | Kriteria |
|----|---------------|---------------|
| 1 | < 0,200 | Sangat rendah |
| 2 | 0,200 – 0,399 | Rendah |
| 3 | 0,400 – 0,599 | Cukup |
| 4 | 0,500 – 0,799 | Tinggi |
| 5 | 0,800 – 1,000 | Sangat Tinggi |