

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Penelitian adalah sebuah usaha intelektual yang dilakukan dengan sistematis guna memperoleh kenyataan, informasi, dan data.<sup>64</sup> Dari hasil fakta, informasi, dan data guna memperoleh pengetahuan baru, memahami sebuah fenomena. Seorang peneliti menggunakan salah satu metode yang sesuai dengan fenomena yang diteliti dalam penelitiannya.<sup>65</sup>

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif ini merupakan penelitian dengan kaidah-kaidah ilmiah yang terukur secara sistematis, konkrit, rasional, serta bersifat objektif.<sup>66</sup> Penelitian kuantitatif bertujuan untuk mengukur dan menggambarkan fenomena tertentu, pengujian hipotesis guna menentukan data yang telah ditemukan konsisten dengan hipotesis yang ditetapkan.<sup>67</sup>

Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional. Korelasional adalah suatu tipe dalam penelitian dengan karakteristik permasalahan mengenai hubungan korelasional antara variabel dua atau lebih.<sup>68</sup>

Pendekatan korelasional bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua

---

<sup>64</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung CV. Alfabeta 2023) hal. 132

<sup>65</sup> Ibid, hal 133

<sup>66</sup> Ibid, hal 134

<sup>67</sup> Ibid, hal 135

<sup>68</sup> Ibid, hal 138

variabel. Analisis korelasi ini menghasilkan arah hubungan antara hubungan positif atau negatif, dan besar hubungan antara kuat atau lemah.<sup>69</sup> Jadi pada penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional guna mengetahui hubungan religiusitas dan kesehatan mental mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir.

## **B. Variabel Penelitian**

### **1. Variabel Bebas**

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi perubahan dari variabel lain.<sup>70</sup> Adanya pengaruh dari variabel bebas, maka timbul variabel terikat. Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah Religiusitas.

### **2. Variabel Terikat**

Variabel terikat adalah variabel yang memberikan adanya respon apabila dihubungkan dengan variabel bebas.<sup>71</sup> Variabel terikat ialah variabel yang diamati variabelnya serta diukur guna menentukan pengaruh yang disebabkan oleh variabel bebas. Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah Kesehatan Mental.

## **C. Sumber Data**

Pada penelitian ini menggunakan jenis data kuantitatif. Data kuantitatif merupakan data yang bisa diukur serta dihitung secara langsung dan sebuah

---

<sup>69</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung CV. Alfabeta 2023) hal 140

<sup>71</sup> Ibid,hal 156

informasinya tertuang dalam bentuk angka.<sup>72</sup> Dalam penelitian ini data kuantitatif yang dibutuhkan adalah jumlah mahasiswa dan hasil skala religiusitas dan kesehatan mental. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan sumber data, yaitu:

### **1. Data Primer**

Data yang dikumpulkan peneliti berasal dari sumber asli. Sumber asli menggunakan instrumen penelitian, seperti angket dan kuesioner, serta survei pendahuluan. Data primer merupakan sebuah jenis data yang diperoleh dari sumber aslinya.<sup>73</sup> Adapun yang menjadi sumber data primer dalam penelitian ini ialah hasil skala religiusitas dan kesehatan mental, data diri responden, dan survei pendahuluan mengenai hubungan antara religiusitas dengan kesehatan mental.

### **2. Data Sekunder**

Data sekunder merupakan data yang dikumpulkan sebagai data pelengkap kebutuhan penelitian.<sup>74</sup> Pada penelitian ini data sekundernya yaitu daftar mahasiswa Program Studi Psikologi Islam tingkat akhir yang sedang melakukan skripsi. Data sekunder ini berasal dari fakultas ushuluddin dan dakwah IAIN Kediri.

---

<sup>72</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung CV. Alfabeta 2023) hal 56

<sup>73</sup> Ibid, hal 58

<sup>74</sup> Ibid, hal 65

## **D. Populasi dan Sampel**

### **a. Populasi**

Populasi merupakan suatu penetapan peneliti dalam sebuah karakteristik khusus yang dimiliki guna dipelajari sehingga wilayah generalisasi terdiri atas subjek yang memiliki kualitas.<sup>75</sup> Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja. Alasan memilih mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja, yaitu mahasiswa sedang mengerjakan skripsi dan bekerja pada waktu secara bersamaan. Populasi pada penelitian ini 194 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

### **b. Sampel**

Sampel merupakan suatu bagian dari karakteristik serta jumlah yang dimiliki populasi.<sup>76</sup> Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *accidental sampling*. Menurut Sugiyono teknik *accidental sampling* adalah teknik yang menentukan sampel berdasarkan atas suatu kebetulan siapa saja individu yang bertemu pada peneliti dan sesuai kriteria pada penelitian yang ditentukan orang tersebut bisa digunakan sebagai sampel pada penelitian.<sup>77</sup> Alasan memilih *accidental sampling* karena tergolong mudah dalam pengumpulan data, dan pada pemilihan subjek yang tersedia itu mudah dicari karena secara kebetulan bertemu subjek tanpa sebuah

---

<sup>75</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung CV. Alfabeta 2023) hal 61

<sup>76</sup> Ibid, hal 62

<sup>77</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*. (Bandung : Alfabeta, 2018), hal 23

perencanaan.<sup>78</sup> Menurut Sugiono dalam menentukan sampel minimal 30 subjek. Pada penelitian ini mahasiswa Program Studi Psikologi Islam tingkat akhir dan bekerja terdapat 96 mahasiswa.<sup>79</sup> Jadi sampel pada penelitian ini sebanyak 96 orang atau mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.

### **c. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian di Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri. Lokasi ini dipilih karena terdapat fenomena tentang kesehatan mental di Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja melalui wawancara dan observasi. Jadi relevan untuk diteliti karena telah dibuktikan oleh peneliti secara langsung.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan skala yang berisi aitem pernyataan, seperti skala yang telah terstandarisasi dengan indikator - indikator pada variabel yang akan diteliti. Adapun skala psikologi merupakan suatu alat ukur yang mempunyai karakteristik khusus.<sup>80</sup> Skala yang digunakan dalam penelitian ini ialah skala religiusitas dan kesehatan mental.

---

<sup>78</sup> Sugiono, *Statistika Untuk Penelitian*. (Bandung : Alfabeta, 2018), hal 76

<sup>79</sup> Ibid, hal 78

<sup>80</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusun Skala Psikologi, Edisi Pertama*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2020) hal. 2

## F. Instrumen Penelitian

Pada instrumen penelitian ini membahas mengenai skala religiusitas dan skala kesehatan mental :

### a. Skala Religiusitas

Pada skala religiusitas ini untuk mengukur tingkat religiusitas seseorang.<sup>81</sup> Skala religiusitas terdapat lima aspek, yakni keyakinan, praktek keagamaan, penghayatan, pengetahuan agama, dan pengalaman atau konsekuensi. Pada skala religiusitas terdapat lima indikator, yaitu individu mampu menerapkan keyakinannya dalam kehidupan sehari - hari sebagaimana perintah agama yang diyakininya, individu melaksanakan kewajiban yang telah diatur dalam agamanya yang diyakininya, individu mampu dalam merespon sejauh mana kedekatannya kepada Tuhan, individu mampu mengamalkan nilai - nilai yang terkandung dalam agama sebagai pedoman hidup, dan individu mampu melaksanakan ajaran agama yang dianut dalam hubungan interpersonal di kehidupan sehari - hari. Jumlah aitem pada skala religiusitas terdapat 20 aitem. Pada aitem *favorable* terdapat 10 aitem. Sedangkan pada aitem *unfavorable* terdapat 10 aitem. Pada skala religiusitas dalam penelitian ini terdapat lima alternatif jawaban, antara lain STS = Sangat Tidak Sesuai, TS = Tidak Sesuai, S = Sesuai, SS = Sangat Sesuai., N = Netral.<sup>82</sup> Skala ini disajikan dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Sedangkan bobot penilaian untuk *favorable* yaitu SS = 5, S = 4, TS = 3, STS = 2, N = 1. Pada *unfavorable* bobot penilaiannya

---

<sup>81</sup> Sugiono, *Statistika Untuk Penelitian*. (Bandung : Alfabeta, 2018), hal 87

<sup>82</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusun Skala Psikologi, Edisi Pertama*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2020) hal 3

yaitu N = 1, STS = 2, TS = 3, S = 4, SS = 5.<sup>83</sup> Semakin tinggi nilai skor maka semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang. Sebaliknya jika semakin rendah skor maka semakin rendah tingkat religiusitas seseorang. Pada skala terdapat lima respon jawaban hal ini bertujuan guna memberikan sebuah variasi dalam mengambil tingkat suatu perbedaan atau tanggapan responden. Jadi dengan ada lima respon jawaban bisa lebih akurat dalam mencerminkan sikap dari masing-masing responden yang menjawab.<sup>84</sup> *Blueprint* skala religiusitas ditampilkan pada tabel 1.

Tabel 1. Blueprint Skala Religiusitas

No.	Dimensi	Indikator	Bobot	Aitem	Aitem
				Favorable	Unfavorable
1.	Keyakinan	a. Mengakui kebenaran doktrin - doktrin dalam keyakinannya. b. Mengikuti doktrin agama dalam keyakinannya.	20 %	5,6	7,8
2.	Praktek Keagamaan	a. Melaksanakan ibadah sesuai yang diajarkan dalam agama. b. Taat dalam beribadah.	20 %	1, 2	3, 4

<sup>83</sup> Ibid, hal 4

<sup>84</sup> Ibid, hal 5

3.	Penghayatan	<p>a. Respon kedekatan individu dengan Tuhan.</p> <p>b. Merasa puas dengan apa yang telah diberikan oleh Tuhan.</p>	20 %	9,10	11,12
4.	Pengetahuan Agama	a. Memahami ajaran yang ada didalam agama yang dianut.	20 %	13,14	15,16
5.	Pengalaman atau Konsekuensi	a. Mampu melaksanakan ajaran agama dalam hubungan interpersonal.	20 %	17, 18	19, 20
Total			100 %	20 Aitem	

### **b. Skala Kesehatan Mental**

Skala kesehatan mental ini untuk mengukur tingkat kesehatan mental seseorang Pada tabel 2 skala kesehatan mental terdapat dua aspek, yaitu kehidupan yang tenang, kemampuan beradaptasi di kehidupannya. Pada indikatornya terdapat enam, yaitu individu mampu dalam mengendalikan perasaan cemas, mengontrol amarah ketika marah, dan memunculkan perasaan stabil. Kedua individu merasa mental tertekan, kecemasan ketika hambatan melanda di kehidupannya. Ketiga individu



terbebas dari adanya gangguan yang melanda diri mereka dalam kehidupannya. Keempat individu mampu dalam menjaga dan menumbuhkan hubungan personal dengan baik. Kelima individu mampu melatih potensi yang tertanam dalam dirinya. Keenam individu merasa frustrasi ketika dalam menghadapi masalah dalam hidupnya. Pada skala kesehatan mental terdapat 20 aitem. Aitem *favorable* terdapat 10 aitem. Sedangkan aitem *unfavorable* terdapat 10. Skala religiusitas berbentuk *likert* dalam penelitian ini terdapat lima alternatif jawaban, antara lain STS = Sangat Tidak Sesuai, TS = Tidak Sesuai, S = Sesuai, SS = Sangat Sesuai., N = Netral.<sup>85</sup> Skala ini disajikan dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Sedangkan bobot penilaian untuk *favorable* yaitu SS = 5, S = 4, TS = 3, STS = 2, N = 1. Pada *unfavorable* bobot penilaiannya yaitu N = 1, STS = 2, TS = 3, S = 4, SS = 5.<sup>86</sup> Semakin tinggi nilai skor maka semakin tinggi tingkat kesehatan mental seseorang. Sebaliknya jika semakin rendah skor maka semakin rendah tingkat kesehatan mental seseorang. Dalam skala terdapat lima respon jawaban hal ini bertujuan untuk memberikan sebuah variasi dalam mengambil tingkat suatu perbedaan atau tanggapan responden. Jadi ada lima respon jawaban bisa lebih akurat dalam mencerminkan sikap dari masing - masing responden yang menjawab.<sup>87</sup> *Blueprint* skala kesehatan mental ditampilkan pada tabel 2.

Tabel 2. Blueprint Skala Kesehatan Mental

---

<sup>85</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusun Skala Psikologi, Edisi Pertama*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2020) hal. 3

<sup>86</sup> *Ibid*, hal 4

<sup>87</sup> *Ibid*, hal 5

No.	Dimensi	Indikator	Bobot	Aitem	
				Favorable	Unfavorable
1.	Memiliki Kehidupan yang Tenang	a. Perasaan yang stabil, terhindar dari perasaan cemas, ragu, kesedihan, harga diri rendah dan kemarahan. b. Mempunyai sebuah pemikiran dengan berpikir sehat berfokus pada tujuan yang akan dicapai. c. Mempunyai akhlak atau berperilaku baik.	50 %	1,2,3,4,5	8, 9,11, 12, 13
2.	Kemampuan beradaptasi di kehidupannya	a. Tekanan mental.	50 %	6,7,10,17, 18	14,15,16,19, 20
Total			100%	20 Aitem	

## G. Analisis Data

### 1. Tabulasi Data

Tabulasi data merupakan proses menempatkan data dalam tabel berkode sesuai kebutuhan analitis. Tabel yang dibuat harus mempunyai

kemampuan merangkum untuk memudahkan analisis data.<sup>88</sup> Tabulasi data penelitian dilakukan dengan menyajikan data berupa hasil skala religiusitas dan kesehatan mental mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja.

## 2. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk memeriksa keakuratan suatu alat ukur. Keakuratan alat ukur berdasarkan fungsi pengukurannya. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas terhadap butir-butir tes melalui analisis rasional atau *professional judgement*.<sup>89</sup> Pada *professional judgement* dalam mengkaji validitas skala penelitian ini adalah dosen pembimbing dan pakar psikologi. Hal ini digunakan dalam pengumpulan data instrumen menjadi sempurna.

## 3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk menguji stabilitas, keajegan, dan kepercayaan suatu alat ukur. Alat ukur yang baik adalah sarana untuk pengukuran instrumental dengan tingkat kesalahan yang rendah.<sup>90</sup> Penelitian ini menggunakan uji reliabilitas instrument formula koefisien *Cronbach alpha* dari *SPSS20 for windows*. Uji reliabilitas ini dilakukan dengan cara membandingkan nilai Cronbach Alpha dengan tingkat atau taraf signifikansinya yaitu 0,7.<sup>91</sup> Kriteria dalam pengujian uji reliabilitas, jika

---

<sup>88</sup> Syofian Siregar, *Statistika Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif* : Dilengkapi dengan Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17. ( Jakarta : Bumi Aksara, 2014 ), hal128

<sup>89</sup> Syaifuddin Azwar, *Dasar - Dasar Psikometri* ( Edisi dua ), ( Yogyakarta : Pustaka Belajar, 2015 ), hal 95

<sup>90</sup> Ibid, hal 111

<sup>91</sup> Darma Budi, *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS*, ( Jakarta : Guepedia, 2021), hal 17

nilai Cronbach's Alpha > tingkat signifikan maka instrument dikatakan reliabel. Apabila nilai Cronbach's Alpha < tingkat signifikan maka instrument dikatakan tidak reliabel.

#### 4. Uji Asumsi Klasik

Pada uji asumsi, dalam penelitian ini menggunakan uji asumsi dua variabel yaitu satu variabel bebas (religiusitas), dan satu variabel terikat (kehatan mental). Peneliti melakukan uji asumsi terdiri dari dua jenis uji, sebagai berikut:

##### a. Uji Normalitas

Pada uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan untuk memahami apakah suatu informasi yang akan digunakan memiliki distribusi normal atau tidak normal.<sup>92</sup> Jadi untuk memenuhi distribusi tersebut normal atau tidaknya, dalam penelitian ini menggunakan uji *kolmogrov-smirnov* yang memiliki teknik analisis data.<sup>93</sup> Apabila nilai *probability Sig. 2 tailed* > 0,05 maka data berdistribusi normal. Sedangkan, apabila nilai *probability Sig. 2 tailed* < 0,05 maka data berdistribusi tidak normal.

##### b. Uji Linearitas

Pada uji linearitas memiliki tujuan untuk mengetahui sebuah bentuk dalam adanya hubungan antara dua variabel yang diteliti.<sup>94</sup> Dalam uji linearitas ini ditunjukkan adanya hubungan yang linier dan signifikan pada penelitian yang diteliti. Uji linearitas menggunakan *SPSS 20 for windows*

---

<sup>92</sup> Wiratna Sujarweni, *SPSS untuk penelitian*, ( Yogyakarta : Pustaka baru press, 2014 ). Hal 47

<sup>93</sup> *Ibid*, hal 48

<sup>94</sup> *Ibid*, hal 90

pada *test for linearity*. Terdapat ketentuannya dalam uji linearitas, apabila nilai Sig > 0,05 maka data linier. Sedangkan apabila nilai Sig < 0,05 maka data tidak linier.

## 5. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan guna mengetahui ada atau tidaknya suatu hubungan antara religiusitas dan kesehatan mental dan seberapa besar hubungan antara religiusitas dengan kesehatan mental mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir dan Bekerja. Teknik yang digunakan untuk analisis data yaitu menggunakan uji korelasi *pearson product moment*. Uji korelasi *pearson product moment* adalah untuk menguji suatu hubungan dua variabel dengan skala interval dan rasio. Pada pengujian menggunakan uji dua sisi dengan signifikansi 0,025. Jika P value ( Sig ) > 0,025 maka Ho diterima, sedangkan jika P value ( Sig ) < 0,025 maka Ho ditolak.<sup>95</sup>

---

<sup>95</sup> Hartini W M, Roorsarjani C, Dewi Y A, *Metodologi Penelitian dan Statistik*, ( Jakarta : Kementerian Kesehatan RI, 2019 ), hal 363