

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian kuantitatif adalah penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta hubungan-hubungannya. Dalam metode penelitian kuantitatif, umumnya masalah yang diteliti memiliki cakupan yang lebih luas serta variasi yang lebih kompleks dibandingkan dengan penelitian kualitatif. Penelitian kuantitatif lebih sistematis, terencana, terstruktur, jelas dari awal hingga akhir penelitian dan tidak dipengaruhi oleh keadaan yang ada pada lapangan.³⁶ Tujuannya adalah untuk menemukan, membuktikan, dan membangun pengetahuan yang dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah dalam bidang tertentu.³⁷ Oleh karena itu, untuk jenis penelitian ini menggunakan metode korelasional, yaitu melakukan penelitian tanpa berusaha mempengaruhi variabel yang bersangkutan untuk menentukan ada atau tidaknya hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih.³⁸ Dalam penelitian ini metode kuantitatif digunakan untuk mengukur hubungan *self compassion* dan regulasi emosi pada mahasiswa prodi Psikologi Islam yang mempunyai ide bunuh diri.

³⁶ Sidik Priadana Dan Denok Sunarsih “*Metode Penelitian Kuantitatif*”,(Tangerang : Pascal Books, Desember 2021), Hlm. 50.

³⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis*, (Bandung: Alfabeta, 2004), 12

³⁸ Suharsimmi Arikunto, “*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*”, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), 251

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuhan-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian.³⁹ Populasi adalah keseluruhan objek/subjek penelitian.⁴⁰ Populasi yang akan digunakan dalam penelitian adalah mahasiswa prodi Psikologi Islam yang mempunyai ide bunuh di fakultas Ushuluddin dan Dakwah Angkatan 2019 dan 2020 IAIN Kediri. Populasi yang didapatkan sebanyak 38 responden, yang diambil hanya 30 responden yang menyatakan bahwasanya dia pernah mempunyai ide bunuh diri dan 8 orang menyatakan tidak pernah memiliki ide bunuh diri

2. Sampel

Sampel secara sederhana diartikan sebagai bagian dari populasi yang menjadi sumber data yang sebenarnya dalam suatu penelitian.⁴¹ Penentuan sampel didalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono pengertian *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu dan agar informasi yang didapatkan lebih mewailiki atau representatif.⁴² Kemudian dalam sampel penelitian ini

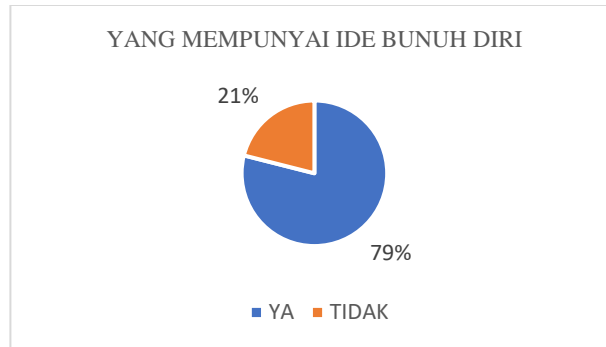
³⁹ Sena Wahyu Purwanza, dkk, “*Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kuantitatif Dan Kombinasi*”, (Bandung : Media Sains Indonesia, Februari 2022), Hlm. 9.

⁴⁰ Nur Fadilah Amin, Sabaruddin Garancang Dan Kamaluddin Abunawas, Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian, *Jurnal Pilar: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, Vol 14, No 1,(2023)

⁴¹ Nur Fadilah Amin, dkk...

⁴² Lenaini, Ika. Teknik Pengambilan Sampel Purposive Dan Snowball Sampling. (Palembang: *Historis, UIN Raden Fatah*, 34). 2022

mempunyai kriteria yaitu menggunakan mahasiswa yang pernah atau terlintas mempunyai ide bunuh diri.



C. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data yang diperlukan sesuai dengan permasalahan penelitian, maka dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik pengumpulan data kuesioner atau angket. Kuesioner/angket merupakan metode pengumpulan data yang telah dilakukan dengan cara memberikan beberapa macam pertanyaan yang berhubungan dengan masalah penelitian. Menurut Sugiyono kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.⁴³ Dalam penelitian ini, skala likert adalah skala yang dipergunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu gejala atau fenomena sosial.⁴⁴ Peneliti

⁴³ Anggy Giri Prawiyogi, Tia Latifatu Sadiah, Andri Purwanugraha Dan Popy Nur Elisa, Penggunaan Media Big Book Untuk Menumbuhkan Minat Baca Siswa Disekolah Dasar, *JURNAL BASICEDU*, Vol 5 No 1, (2021).

⁴⁴ Sidik Priadana dan Denok Sunarsih, "*Metode Penelitian Kuantitatif*", (Tangerang : Pascal Books, Desember 2021), Hlm 179.

telah secara khusus mendefinisikan fenomena sosial ini, yang disebut sebagai variabel penelitian.

D. Instrument Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati.⁴⁵ Instrumen pada penelitian ini menggunakan skala likert dengan 2 cara yakni checklist dan pilihan ganda.⁴⁶ Variabel yang perlu diukur dan dijadikan variabel indikator. Skala yang digunakan yaitu skala *self compassion*, skala regulasi emosi dan skala ide bunuh diri. Item pertanyaan instrument kemudian disusun dengan menggunakan indikator sebagai tolak ukur. Akan ada empat kemungkinan jawaban untuk setiap pertanyaan, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pertanyaan atau pernyataan tersebut terbagi dalam 2 kategori, yaitu: Unfavourable berupa pertanyaan negatif dan Favourable pertanyaan positif.

Tabel 3.1
Skor Skala Likert

Jawaban	Favourable	Unfavorable
Sangat setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju(STS)	1	4

⁴⁵ Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif*”, (Bandung: Alfabeta, 2013), Hlm.102.

⁴⁶ Sena Wahyu Purwanza, Et, Al. “*Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kuantitatif Dan Kombinasi*”, (Bandung : Media Sains Indonesia, Februari 2022), Hlm 13.

a. Validitas Alat Yang Menyusun Uji Coba

Peneliti melakukan uji coba skala variabel *self compassion* dan regulasi emosi dengan membuat blue print lalu membuat halaman google form kemudian menyebarkan pada mahasiswa diangkatan yang sama dengan yang ditentukan. Dengan tujuan mengetahui valid tidaknya item dan hasilnya adalah ada 4 item *self compassin* yang tidak valid dari 30 soal pernyataan dan 5 item regulasi emosi yang tidak valid dari 30 soal pernyataan. Dari hal tersebut peneliti, menambah aitem baru sesuai jumlah aitem di instrument tetap 30 soal dan membuang item yang tidak valid untuk melanjutkan penelitian selanjutnya. Berikut tabel blue print yang sudah diperbaiki dan sudah selesai melakukan uji coba:

Tabel 3.2

Blue Print Skala *Self Compassion*

NO	ASPEK	INDIKATOR	NOMOR AITEM		JUMLAH	%
			F	UF		
1	<i>Selfkindness</i> (kebaikan diri)	Menerima ketidaksempurnaan, kegagalan, dan kesalahan diri sendiri	4, 3	1	3	40%
		Berusaha Menenangkan Dan Memberikan Perhatian Pada Diri Sendiri Saat Mengalami Keterpurukan	2, 5	7	3	
		Tidak Memberikan Penilaian Buruk, Bersikap Dingin, Dan Meremehkan Diri Sendiri	6, 8	9	3	
		Tidak Fokus Pada Kelemahan Dan Kegagalan Diri Sendiri	10, 12	13	3	

NO	ASPEK	INDIKATOR	F	UF	JUMLAH	%
2	<i>Common humanity</i> (kemanusiaan)	Mennyadari bahwa manusia itu tidak sempurna, bisa, gagal, dan bisa melakukan kesalahan	11, 14, 30	16	4	30%
		Tidak Merasa Terisolasi Dan Terputus Dari Dunia Sekitar Ketika Mengalami Kegagalan	15, 28, 29	17, 18	5	
3	<i>Mindfulness</i> (kesadaran diri)	Mampu menerima dengan ketenangan hati baik pengalaman positif negatif, atau netral	19, 21	22	3	30%
		Tidak melarikan diri dengan mendramatisir tentang apa yang sedang terjadi pada diri sendiri	20, 27	24	3	
		Melihat Situasi Yang Terjadi Dengan Perspektif Yang Lebih Luas	23, 26	25	3	
Jumlah			30		30	100%

a. Skala Regulasi Emosi

Tabel 3.3

Blue Print Skala Regulasi Emosi

NO	ASPEK	INDIKATOR	NOMOR AITEM		JUMLAH	%
			F	UF		
1	<i>Emotions Monitoring</i>	Menyadari Dan Memahami Perasaan	2, 3	4, 1	4	40%
		Menyadari Dan Memahami Pikiran	6, 8	5, 7	4	
		Menyadari Dan Memahami latar belakang Tindakan	9, 10	11, 13	4	
2	Emotions Evaluating	Pengelolaan Emosi	14, 15, 28, 29	12	5	30%
		Penyeimbangan Emosi	16, 18, 30	17	4	
3	<i>Emotions Modification</i>	Kemampuan Mengubah Emosi	19, 20	21, 23	4	30%
		Kemampuan Memotivasi Diri	24, 26, 27	22, 25	5	
Jumlah			30		30	100%

E. Teknik Analisi Data

Analisis data atau bisa disebut juga sebagai pengelolaan data, merupakan aktivitas setelah data dari keseluruhan responden telah terkumpul. Tujuan dari melakukan teknik analisis adalah untuk menjawab rumusan masalah yang telah ditentukan sehingga mendapatkan interpretasi dan kesimpulan dari hasil penelitian.

1. Tabulasi Data

Tabulasi data adalah pemindahan skor data ke dalam tabel-tabel yang telah ditemukan, menghitung dan mengelompokkan skor tersebut ke dalam kelompok tertentu.⁴⁷ Data-data yang telah terkumpul diolah dengan menggunakan microsoft excel. Dari jawaban responden yang telah diperoleh dari angket akan dilakukan proses skoring dan dilanjutkan dengan pengujian statistik menggunakan software *statistic package for sosial science* (SPSS) versi 25

2. Uji Instrumen

a. Uji Validitas

Uji validitas adalah uji yang berfungsi untuk melihat apakah suatu alat ukur tersebut valid (sahih) atau tidak valid. Alat ukur yang dimaksud disini merupakan pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan tersebut

⁴⁷ Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif R & D*”, (Bandung:Alfabeta,2019),206

pada kuesioner dapat mengungkapkan sesuatu yang diukur oleh kuesioner.⁴⁸

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan indeks yang menunjukkan sejauh mana alat ukur dapat dipercaya atau reliabel.⁴⁹ Reliabilitas memfokuskan pada sejauh mana pengukuran dapat dipercaya karena keajegannya. Disebut sebagai alat ukur yang terpercaya, konsisten, dan keterdalaman apabila memiliki reliabilitas yang tinggi.⁵⁰ Untuk menguji reliabilitas instrumen menggunakan Cronbach Alpha dengan bantuan program software SPSS statistics 25 version.

3. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif adalah merupakan bentuk analisis data penelitian untuk menguji generalisasi hasil penelitian berdasarkan satu sample. Analisa deskriptif ini dilakukan dengan pengujian hipotesis deskriptif. Hasil analisisnya adalah apakah hipotesis penelitian dapat digeneralisasikan atau tidak. Jika hipotesis nol (H_0) diterima, berarti hasil penelitian dapat digeneralisasikan. Analisis deskriptif ini menggunakan satu variabel atau lebih tapi bersifat mandiri, oleh karena itu analisis ini tidak berbentuk perbandingan atau hubungan.⁵¹

⁴⁸ Nilda Miftahul Janna, "Konsep Uji Validitas Dan Reliabilitas Dengan Menggunakan Spss", *Jurnal Statistic*, (2021)

⁴⁹ Janna, Nilda Miftahul; Herianto, H. "Konsep Uji Validitas Dan Reliabilitas Dengan Menggunakan SPSS". 2021.

⁵⁰ Syaifuddin Azwar, "Reliabilitas Dan Validitas", (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), 50

⁵¹ Leni Masnidar Nasution, "Statistik Deskriptif", *Jurnal Hikmah*, Vol 14, No 1, 2021.

Sedangkan menurut Suryoatmono menyatakan Statistika Deskriptif adalah statistika yang menggunakan data pada suatu kelompok untuk menjelaskan atau menarik kesimpulan mengenai kelompok itu saja

1. Ukuran Lokasi: mode, mean, median, dll
2. Ukuran Variabilitas: varians, deviasi standar, range, dll
3. Ukuran Bentuk: skewness, kurtosis, plot boks⁵²

4. Uji Asumsi Klasik

Menilai data yang digunakan memenuhi asumsi model persamaan struktural adalah langkah pertama sebelum menentukan kesesuaian modal. Asumsi yang digunakan dalam penelitian ini adalah normalitas dan linearitas.⁵³

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Statistik parametrik mengasumsikan bahwa data untuk setiap variabel yang dianalisis didasarkan pada distribusi normal. Karena itu, data terlebih dahulu harus diuji normalitasnya sebelum peneliti menerapkan Teknik statistik parametrik.⁵⁴ Dengan bantuan program IBM SPSS statistics 25, uji normalitas menggunakan *Kolmogorov Smirnov*.

⁵² Suryoatmono, Bambang, (2007). *Kursus Statistika Dasar*, Jakarta : PT Bumi Aksara

⁵³ Sudarmanto, Dkk, “*Tata Kelola Perguruan Tinggi Berbasis Akreditasi*”, (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2018),70.

⁵⁴ Sugiyono, “*Statistik Untuk Penelitian*”, (Bandung: Alfabeta, 2014), 79

b. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui nilai signifikansi hubungan linier antara dua variabel. Pengujian ini dilakukan dengan menggunakan program IBM SPSS *statistics* 25. Jika $F_{hitung} < R_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, yang menunjukkan bahwa hubungan antara variabel dengan ketentuan bersifat linier. Selain itu, H_0 ditolak dan H_a diterima jika $F_{hitung} > R_{tabel}$.⁵⁵

5. Uji Hipotesis

a. Korelasi Pearson Product Moment

Korelasi pearson atau disebut *pearson product moment correlation* digunakan untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan *self compassion* (X) dengan Regulasi Emosi (Y) pada mahasiswa yang mempunyai ide bunuh diri. Pengujian hipotesis ini menggunakan bantuan aplikasi SPSS 25 for windows dengan Teknik korelasi *pearson product moment*.

Untuk mengetahui kuat lemahnya tingkat keeratan hubungan antara variable X dan Y, peneliti menggunakan table koefisien korelasi berikut:⁵⁶

⁵⁵ Ce Gunawan, “*Mahir Menguasai SPSS*”, (Yogyakarta: Deepublish, 2019), 49.

⁵⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian.*, 2017. 184

Tabel 3.4
Hubungan koefisien korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat lemah
0,20-0,399	Lemah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Tinggi