

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rencana Penelitian**

##### **1. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiono, pendekatan kuantitatif adalah metode penelitian yang didasarkan pada data positif, data penelitian berupa angka-angka yang diukur dengan menggunakan statistic sebagai alat ujinya, berkaitan dengan masalah yang diteriti guna menghasilkan suatu kesimpulan.<sup>50</sup>

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *korelasional*. Jenis penelitian *korelasional* bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar variabel. Korelasi merupakan teknik analisis yang termasuk dalam salah satu pengukuran hubungan untuk melihat hubungan antara variabel satu dengan variabel lainnya. Selain mengukur ada tidaknya hubungan antar variabel, korelasi juga dapat digunakan untuk mengukur seberapa besar kekuatan hubungan antara dua variabel.<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung Alfabeta, 2019), 16.

<sup>51</sup> Syahrul, dkk. *Metode Penelitian Pembelajaran Bahasa Indonesia*, (Padang: Sukabina Pres, 2017), 85-86.

## **2. Variabel penelitian**

1. Variabel Dependen (terikat) Y, variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan menghadapi lingkungan pondok.
2. Variabel Independen (bebas) X, yaitu variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat, variabel bebas dalam penelitian ini adalah regulasi diri.<sup>52</sup>

## **3. Lokasi penelitian**

Lokasi penelitian merupakan tempat dilaksanakannya kegiatan penelitian. Penentuan lokasi penelitian digunakan untuk mempermudah lokasi yang menjadi sasaran dalam penelitian. Adapun lokasi peneliti yaitu di pondok Muhammadiyah *Boarding School* (MBS) Desa Mojoanyar Kecamatan Bareng Kabupaten Jombang.

## **4. Data dan Sumber Data**

Berikut ini adalah data dan sumber data yang digunakan dalam penelitian, yaitu:

### **a. Data primer**

---

<sup>52</sup> Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 69.

Data primer merupakan data yang diperoleh dari sumber pertama atau sumber asli dalam penelitian ini. Data primer diambil dari penyebaran kuesioner kepada siswa kelas VII Muhammadiyah *Boarding School* Desa Mojoanyar Kecamatan Bareng Kabupaten Jombang.<sup>53</sup>

#### **b. Data sekunder**

Data sekunder merupakan data yang sudah dikumpulkan oleh orang lain dan pada umumnya berbentuk bacaan seperti buku, jurnal, artikel, maupun esai sehingga dapat digunakan sebagai tambahan literatur yang berhubungan dengan objek penelitian.<sup>54</sup>

### **B. Subjek Penelitian**

#### **1. Populasi**

Populasi adalah sebuah kelompok subjek yang memiliki kriteria tertentu sesuai dengan ketentuan dari peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.<sup>55</sup>

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas

---

<sup>53</sup> Jonathan Sarwono, *Analisis Data Penelitian Dengan Menggunakan SPSS*, (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2006), 8.

<sup>54</sup> <https://raharja.ac.id/2020/11/09/perbedaan-data-primer-dan/data-sekunder/>, Diakses Pada 20 Mei 2022.

<sup>55</sup> Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014), 137

VII yang baru memasuki lingkungan pondok sehingga dapat melihat regulasi diri dan kecemasan yang ada pada dirinya. Jumlah populasi siswa kelas VII pada SMP Muhammadiyah *Boarding School* (MBS) berjumlah 75 orang.

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang hasilnya dianggap sebagai keseluruhan gejala yang diamati.<sup>56</sup> Adapun sampel dari penelitian ini adalah siswa kelas VII di SMP Muhammadiyah *Boarding School* (MBS) Desa Mojoanyar Kecamatan Bareng Kabupaten Jombang yang baru memasuki lingkungan pondok. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif *correlational*, dengan populasi berjumlah 75 siswa-siswi kelas VII, dan semua anggota dijadikan sampel. Sampel penelitian ini menggunakan *non probability sampling* jenis sampel jenuh<sup>57</sup>

### C. Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

Metode pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah kuesioner. Menurut Sugiyono,

---

<sup>56</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Alfabeta: Bandung, 2019), 81.

<sup>57</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 183

kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan atau pernyataan untuk dijawab oleh responden.<sup>58</sup> Dalam penelitian ini, jenis kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup, yaitu kuesioner yang telah disediakan jawabannya sehingga responden hanya akan memiliki salah satu jawaban.<sup>59</sup> Kuesioner ini digunakan untuk mengetahui mengukur hubungan antara regulasi diri dengan kecemasan pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah *Boarding School* Desa Mojoanyar Kecamatan Bareng Kabupaten Jombang.

Sugiyono menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam dan sosial yang diamati.<sup>60</sup> Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.<sup>61</sup> Skala likert memiliki 5 pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak berpendapat (TB), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS) dengan tabel sebagai berikut:

---

<sup>58</sup> Ibid, 199.

<sup>59</sup> Dessy Damayanti, "Sihapes (Sistem Informasi Hasil Penilaian Siswa) Bagi Sekolah Menengan Pertama Negeri 7 Semarang", *Edu Komputika Journal*, Vol. 1, No. 2. (2014), 53.

<sup>60</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 293.

<sup>61</sup> Ibid, 146.

**Tabel 3.1: Tabel Pemberian Skor Pada Alternative**

**Jawaban**

<b>Pilihan</b>	<b>F</b>	<b>UF</b>
SS (sangat setuju)	5	1
S (setuju)	4	2
TB (tidak berpendapat)	3	3
TS (tidak setuju)	2	4
STS (sangat tidak setuju)	1	5

**1. Skala Kecemasan Menghadapi Lingkungan Pondok**

Dalam penelitian ini, skala kecemasan diambil dari aspek-aspek Deffenbacher dan Halaleus<sup>62</sup> dengan jumlah sebanyak 22 item. Adapun *blue print* dari skala kecemasan adalah sebagai berikut:

---

<sup>62</sup> M. Gufron dan Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-ruzz Media. 2012)143.

**Tabel 3.2: *Blue print* skala Kecemasan menghadapi lingkungan pondok**

NO	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
1.	Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan masalah	Tidak dapat menyelesaikan suatu masalah	12, 18, 22, 19	1,3,6,10	8
2.	Emosional	Jantung berdebar-debar	8,	21,	2
		Merasakan ketegangan	20	13	2
		Keringat dingin	11,4	5, 14	4
3.	Kekhawatiran	Memiliki perasaan negatif pada diri sendiri	9, 7, 2	16,15,17	6
<b>Total</b>					<b>22</b>

## 2. Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri ini diambil dari aspek-aspek regulasi diri oleh Zimmerman. Skala regulasi diri didesain untuk mengukur metakognitif, motivasi, dan perilaku yang berjumlah sebanyak 38 item. Adapun *blue print* untuk skala regulasi diri adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.3: Blue print Regulasi Diri**

No	Aspek	Indikator	Nomor item		Total
			F	UF	
1.	Metakognitif	Membuat perencanaan	3,8,15	22,24,32	6
		Mengatur diri	1,6,10	17,20,28	6
		Mengendalikan diri	30,37	38,26	4
		Mengevaluasi diri	11,12,18,16,31	33,35,27,13,7	10
2.	Motivasi	Motivasi belajar	4,5,	14,19	4
3.	Perilaku	Mamapu memanfaatkan lingkungan	21,25	23,34	4
		Menciptakan lingkungan yang kondusif	9,29	36,2	4
Total					38

#### D. Analisis Data

Analisis data adalah proses pengumpulan data setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul.<sup>63</sup> Langkah-langkah yang dilakukan dalam analisis data diantaranya yaitu :

##### 1. Uji Instrumen

###### a. Uji Validitas

Uji validitas merupakan suatu alat yang digunakan untuk menunjukkan seberapa akurat atau tepat data yang diperoleh dibandingkan dengan apa yang diukur atau apa

<sup>63</sup> Ibid, 245



objek yang akan dilaporkan oleh peneliti.<sup>64</sup> Uji validitas ini digunakan untuk menggugurkan item-item instrumen kecemasan dalam menghadapi lingkungan pondok dan regulasi diri yang dianggap tidak valid untuk digunakan. Uji validitas ini menggunakan program *SPSS for windows versi 20*.

Untuk menguji keputusan dilakukan dalam penentuan item yang valid dengan menggunakan *r hitung* diperbandingkan dengan *r tabel* dengan derajat kebebasan jumlah sampel yang dikurangi.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji validitas adalah:<sup>65</sup>

- a) Jika nilai *r hitung*  $>$  *r tabel*, maka item dinyatakan valid.
- b) Jika nilai *r hitung*  $>$  *r tabel*, maka dinyatakan tidak valid.

#### **b. Uji Reliabilitas**

Uji Reliabilitas yaitu digunakan untuk mengetahui kestabilan atau konsisten data.<sup>66</sup> Pengujian reliabilitas

---

<sup>64</sup> Sugiyono, *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, dan Desertasi*, (Bandung: Alfabeta, 2016), 267.

<sup>65</sup> Imam Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan, dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta: Program Studi Manajemen Pendidikan Islam (MPI) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017), 69.

dilakukan untuk mengetahui apakah alat ukur yang digunakan berupa angket kecemasan dalam menghadapi lingkungan pondok dan angket regulasi diri bersifat reliabel. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan program aplikasi *SPSS for windows versi 20*. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan skala *Cronbach's Alpha*, dengan kaidah pengambilan keputusan sebagai berikut:<sup>67</sup>

**Tabel 3.4: Pedoman koefisien reliabilitas**

Nilai Alpha	Kriteria
> 0,750	Reliabilitas tinggi
0,550 - 0,750	Reliabilitas sedang
< 0,550	Reliabilitas rendah

## 2. Uji Asumsi

### a. Uji normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal tidaknya data yang digunakan. Sebaran dikatakan normal apalagi hasil analisis  $p > 0,05$ , dan apabila  $p < 0,05$  maka data tersebut tidak terdistribusi normal.<sup>68</sup> Normalitas data

---

<sup>66</sup> Saifudin Anwar, *Realibilitas dan Validita*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2001) 5-7.

<sup>67</sup> Ibid, 80.

<sup>68</sup> A Jauhar Fuad dan Agus Eko Sujianto, *Analisis Statistik dengan program SPS*, (Tulungagung: Cahaya Abadi, 2014), 54.

ini dapat dilihat dengan menggunakan uji Normalitas *Kolmogorov-Sminov*.<sup>69</sup>

#### **b. Uji linearitas**

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui hubungan linier yang terbentuk antara dua variabel. Hubungan antara kedua variabel X dan Y dapat dikatakan linier apabila skor *linearity* menunjukkan  $p < 0,05$  dan *deviation from linearity* menunjukkan  $p > 0,05$ .<sup>70</sup>

### **3. Uji Hipotesis**

Uji hipotesis adalah pengujian taraf signifikansi yang dilakukan oleh peneliti sebelum analisis data dilakukan. Hasil yang diperoleh dari uji hipotesis yang dilakukan dijadikan bahan acuan untuk mengambil keputusan untuk menolak dan menerima hipotesis tersebut. Sejalan dengan hipotesis dan tujuan penelitian ini, yaitu mencari korelasi atau hubungan, maka untuk pengujian koefisien korelasi diantara skor-skor skala dihitung dengan menggunakan formulasi korelasi *product moment* dengan rumus sebagai berikut:

---

<sup>69</sup> V. Wiratna Sujarweni. *SPSS untuk Penelitian*. (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2015), 52.

<sup>70</sup> Riduwan, *Metode dan Teknik Menyusun Tesis*, (Bandung: Alfabeta. 2013), 183.

$$r = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{n}}{\sqrt{\left(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}\right)\left(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n}\right)}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = koefisien korelasi antara X dan Y

n = jumlah responden uji coba

X = skor tiap item

Y = skor seluruh item responden uji coba

XY = produk dari X dikali Y

Berdasarkan hipotesis dan tujuan penelitian, yaitu untuk mencari hubungan atau korelasi, akan digunakan uji korelasi *pearson product moment* untuk menguji koefisien korelasi antara dua variabel. Untuk mengetahui apakah kedua variabel ini memiliki hasil yang signifikan atau tidak dapat dilihat dari hasil perhitungan nilai *sig 2-tailed* atau *r* hitung. Jadi dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan, sehingga  $H_a$  di terima dan  $H_o$  di tolak.

Dan untuk mengetahui apakah koefisien korelasi tersebut signifikan atau tidak, dapat dibandingkan dengan *r tabel*. Jika nilai *r hitung* > *r tabel* dengan taraf kesalahan yang digunakan yaitu 5%, maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak.

**Tabel 3.5: Pedoman Interpretasi Koefisien**

**Korelasi**

<b>Interval Koefisien</b>	<b>Tingkat</b>
0,00-0,19	Sangat rendah
0,20-0,39	Rendah
0,40-0,59	Sedang
0,60-0,79	Kuat
0,80-1,00	Sangat kuat