

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang dilakukan oleh peneliti adalah menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif menekankan di pengujian dari teori-teori yang telah dibuat. Pengujian tersebut dengan melalui pengukuran variabel menggunakan angka dan melakukan analisis data dengan prosedur statistik.⁵⁶

Pendekatan penelitian kuantitatif memiliki spesifikasi yaitu pada struktur yang tegas dan teratur, maka dalam tahapan dari awal sampai akhir penelitian sudah dapat diramalkan. Penelitian kuantitatif banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan angka, penafsiran terhadap data yang diperoleh tersebut, serta dalam menyajikan data yang sudah diolah.⁵⁷

Dalam menyajikan hasil penelitian kuantitatif berupak bentuk gambar, table, grafik atau tampilan lain. Tak lain hal tersebut bertujuan untuk meningkatkan serapan pembaca, serta mempermudah dalam menyampaikan informasi yang telah didapatkan dari serangkaian proses penelitian.⁵⁸

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen. Dalam buku yang ditulis oleh Latipun mengatakan bahwa, penelitian eksperimen adalah penelitian dengan cara memanipulasi dan memiliki tujuan untuk mengetahui akibat manipulasi terhadap perilaku individu yang diamati. Manipulasi ini bisa dilakukan dengan tindakan tertentu atau

⁵⁶ Drs Ngatno, *Metodologi Penelitian Bisnis*, (Semarang, CV Indoprinting; 2015), 18.

⁵⁷ Hardani, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, (Yogyakarta, Pustaka Ilmu, 2020), 238.

⁵⁸ Ibid.

perlakuan terhadap tiap individu ataupun kelompok, kemudian dilihat pengaruhnya.⁵⁹

Maka dari itu untuk mengetahui pengaruh intervensi atau perbandingan hasil dalam melakukan suatu tindakan yakni tentang “Zikir Asmaul Husna Sebagai Psikoterapi Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Klien Skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri” disini peneliti menggunakan metode penelitian eksperimen dengan desain penelitian yang digunakan adalah desain *One Grup Pre test- Post test Design*.

Desain penelitian *one grub pre test-post test* adalah pengggalian data dengan cara melakukan satu kali pengukuran data di depan (*pre-test*), sebelum diberikan perlakuan (*treatment*), dan setelah itu diberikan pengukuran lagi (*post-test*).⁶⁰

Pada desain ini peneliti memberikan pengukuran awal pada klien skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri, kemudian peneliti memberikan perlakuan tertentu pada klien. Setelah itu diberikan pengukuran lagi setelah pemberian perlakuan pada klien.

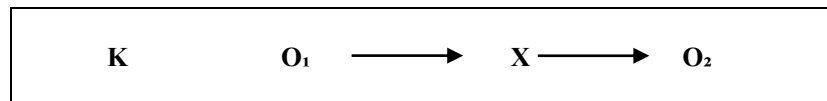
Desain dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *one grub pre test-post test*. Desain *one grub pre test-post test* ini dipilih dalam penelitian ini karena dianggap tepat untuk mencari pengaruh zikir asmaul husna sebagai psikoterapi guna meningkatkan kualitas tidur klien skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri.

⁵⁹ Latipun, *Psikologi Eksperimen*, (Malang: UMM Press, 2002), hal. 6

⁶⁰ Jonathan sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Yogyakarta, Graha Ilmu, 2006), 88.

Tabel 3.1

Table Rancangan Eksperimen



Keterangan :

K : Subjek

O₁ : Observasi 1 (*pre test*)

X : Perlakuan (Terapi zikir)

O₂ : Observasi 2 (*post test*)

B. Variabel Penelitian

Variabel ialah sesuatu yang berbeda atau bervariasi, penekanan pada kata sesuatu di perjelas dalam definisi kedua yaitu simbol atau konsep yang diasumsikan sebagai seperangkat nilai-nilai.⁶¹ Dalam penelitian ini memiliki dua variabel yaitu:

1. Variabel bebas (*independent*)

Variabel bebas yaitu variabel stimulus atau variabel yang mempengaruhi variabel yang lain. Variabel bebas merupakan variabel yang variabelnya diukur, dimanipulasi, atau dipilih oleh peneliti untuk menentukan hubungannya dengan suatu gejala yang diobservasi.⁶² Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas (*independent*) adalah Zikir Sebagai Psikoterapi.

X = Psikoterapi Zikir

2. Variabel tergantung (*dependent*)

Variabel tergantung yaitu variabel yang memberikan reaksi atau respon

⁶¹ Ibid, 53.

⁶² Ibid, 54.

jika dihubungkan dengan dengan variabel bebas. Variabel tergantung adalah variabel yang variabelnya diamati dan diukur untuk menentukan pengaruh yang disebabkan oleh variabel bebas.⁶³ Dalam penelitian ini yang menjadi variabel tergantung (*dependent*) adalah kualitas tidur

$$Y = \text{Kualitas Tidur}$$

C. Populasi, dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam sebuah penelitian adalah mencakup seluruh individu atau objek yang diteliti dan memiliki beberapa karakteristik tertentu.⁶⁴ Karakteristik yang dimaksud dapat berupa usia, jenis kelamin, wilayah tempat tinggal, tingkat pendidikan, dan lain sebagainya. Karakteristik dalam hal ini sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari, digeneralisasikan dan kemudian dapat disimpulkan.⁶⁵

Populasi dalam penelitian ini adalah klien Skizofrenia yang sedang menjalankan rehabilitasi di Unit Pelaksana Teknis (UPT) Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri tahun 2022 yang berjumlah 135 jiwa yang dibagi menjadi 4 wisma yaitu wisma bima, wisma arjuna, wisma srikandi, wisma krisna.

Pada saat dilapangan, berdasarkan hasil pertimbangan dari para pengasuh UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri, demi kelancaran dan keamanan penelitian, maka populasi yang disarankan oleh pengasuh hanya sebanyak 10 klien dari 3 wisma yaitu, wisma srikandi, wisma arjuna, dan wisma krisna.

Dengan rincian sebagai berikut:

⁶³ Ibid

⁶⁴ Jonathan Sarwono, ..., 29.

⁶⁵ Siswono, *Penelitian Pendidikan Matematika*, (Surabaya: Unesa University Press, 2011), 44.

Tabel 3.2
Populasi Penelitian

	Wisma srkikandi	isma arjuna	isma krisna	Total klien
Jumlah Klien Skizofenia	2	7	1	10

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian dari populasi yang akan diteliti.⁶⁶ Sampel pada penelitian eksperimen ini sangatlah membantu peneliti, khususnya dalam dalam prinsip efisiensi. Artinya dengan meneliti sedikit subjek, namun besar harapan pada hasil dapat menggambarkan keseluruhan populasi.⁶⁷

Teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti yaitu dengan *Non-Randomized* pengambilan sampel dilakukan tidak random, karena adanya pertimbangan-pertimbangan tertentu.⁶⁸ Adapun sampel yang digunakan penelitian ini adalah klien UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri, yakni penelitian terhadap 10 klien yang memiliki klasifikasi sebagai berikut :

- a. Klien UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri (pemilihan subjek dibantu oleh pengasuh dan pegawai UPT demi keamanan dan kelancaran peneliti)
- b. Beragama Islam
- c. Berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan.
- d. Memiliki tingkat skizofrenia sedang-ringan
- e. Usia 31-67 tahun, dapat berinteraksi sosial.
- f. Bersedia mengikuti serangkaian kegiatan zikir asmaul husna.

⁶⁶ Subana, dkk., *Statistik Pendidikan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2000), 25.

⁶⁷ Latipun, *Psikologi Eksperimen*, ..., 30.

⁶⁸ *Ibid*, 35.

D. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto, kisi-kisi ialah sebuah table yang menunjukkan hubungan antara hal-hal yang disebutkan dalam baris dengan hal-hal yang disebutkan dalam kolom. Kisi-kisi penyusunan instrument penelitian akan menunjukkan kaitan antara variabel yang diteliti dengan sumber data dari mana data akan diambil, metode yang digunakan dan instrument yang disusun.⁶⁹

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan angket sebagai skala ukur. Instrumen ini akan disusun berdasarkan teori dan dimensi indikator yang sudah dikemukakan sebelumnya. Responden diminta untuk menjawab dengan memberi tanda *checklist* pada jawaban yang telah tersedia dan sesuai dengan keadaan dirinya. Pertanyaan dalam angket tersebut mengacu pada aspek-aspek kualitas tidur menurut Fuad Nashari dalam bukunya Psikologi Tidur.

Skala ini terdiri dari 14 buah pertanyaan dengan dua alternative jawaban “ya” atau “tidak” sesuai dengan kondisi klien yang mengisi kuesioner penelitian. Penilaian kuesioner tersebut dilakukan dengan cara memberikan skor 1 pada setiap jawaban “ya” dan skor 0 untuk setiap jawaban “tidak”. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka tingkat kualitas tidur klien semakin tinggi, dan sebaliknya semakin kecil skor maka tingkat kualitas tidur klien semakin rendah pula.

E. Instrument Penelitian

Menurut Sugiyono instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian.⁷⁰ Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket atau kuesioner penelitian. Angket atau kuesioner merupakan teknik

⁶⁹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta, PT Asdi Mahasatya, 2010), 183.

⁷⁰ Sugiyono, ..., 135.

pengumpulan data yang dilakukan dengan cara member seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk selanjutnya dijawab oleh responden.⁷¹

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner yang mengacu pada aspek-aspek kualitas tidur dalam buku karya Fuad Nashori, Psikologi Tidur, antara lain:⁷²

Tabel 3.3
Dimensi dan Indikator Kualitas Tidur

No.	Dimensi	Indikator	Pertanyaan
1	Nyenyak selama tidur	<ol style="list-style-type: none"> 1. Individu nyenyak dalam tidur tidak mengalami gangguan tidur <i>internal</i>. maupun <i>eksternal</i> 2. Memulai tidur dengan proses secara alamiah dan natural. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak terbangun dari tidur karena ingin kencing? 2. Tidak terbangun dari tidur karena dalam tubuh merasakan rasa sakit (pusing, flu, batuk?) 3. Tidak terbangun dari tidur karena adanya suara berisik?
2	Waktu tidur yang cukup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mempunyai waktu tidur yang cukup pada setiap harinya, yaitu enam hingga delapan jam untuk orang dewasa. 2. Dalam pemenuhan porsi tidur, tidur siang menjadi solusi dalam memenuhi kebutuhan tidur individu. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah anda tidur dalam kurun waktu 6-8 jam? 2. Apakah anda menjalani tidur siang? 3. Apakah anda bisa memulai tidur dalam waktu tak lebih dari 30 menit?
3	Tidur lebih	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memulai tidur lebih 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah anda

⁷¹ Ibid, 193.

⁷² Fuad Nashori, *Psikologi Mimpi*, (Bandung: Lubuk Agung, 2011), 11-13..

	awal dan bangun lebih awal	awal sehingga ketika bangun tidur juga bisa lebih awal. 2. Memiliki keteraturan waktu tidur dalam kesehariannya.	memulai tidur sebelum pukul 21.00 ? 2. Apakah anda terbangun dari tidur sebelum pukul 05.00 ? 3. Apakah anda tidur diwaktu yang sama seperti kemarin?
4	Tidak mimpi buruk	1. Tidur yang berkualitas ditandai dengan tiadanya mimpi buruk yang hadir dalam tidur. 2. Terjadinya mimpi yang buruk ditandai dengan adanya pengalaman yang dipersepsikan secara buruk.	1. Apakah anda bermimpi yang buruk ketika tidur? 2. Apakah anda saat akan memulai tidur memikirkan hal yang buruk?
5	Merasa segar setelah terbangun	1. Memiliki perasaan yang segar dan semangat ketika bangun tidur. 2. Merasakan kebugaran ketika individu bangun tidur.	1. Apakah badan anda terasa ringan / segar saat bangun dari tidur? 2. Apakah anda merasa semangat ketika menjalani kegiatan dipagi-siang hari? 3. Tidak mengalami ngilu atau nyeri dalam persendian?
Jumlah			15

F. Data dan Sumber Data

Pada dasarnya, penelitian merupakan proses penarikan kesimpulan dari data yang telah dikumpulkan. Tanpa adanya data, maka hasil penelitian tidak akan terwujud sehingga penelitian tidak akan berjalan. Menurut sumbernya, data dibedakan menjadi dua jenis yaitu:

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari sumber pertamanya.⁷³ Pengambilan data primer yaitu dengan menggunakan alat pengukuran atau alat pengambilan data, langsung pada subjek sebagai sumber informasi yang akan dicari.⁷⁴ Data primer dalam penelitian ini yaitu kuisisioner terhadap 10 Klien UPT RSBL dengan ketentuan beragama Islam, tingkat skizofrenia sedang-ringan, usia 31-67 tahun, dapat berinteraksi sosial.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah sumber bahan kajian yang digambarkan bukan dari partisipan penelitian atau bukan berasal dari orang yang ikut mengalami dan hadir pada waktu kejadian.⁷⁵ Data sekunder ini berasal dari data penunjang dalam bentuk dokumen-dokumen.⁷⁶ Dalam penelitian ini data sekunder nya adalah berasal dari data klien, observasi buku tamu dan observasi hasil evaluasi perkembangan klien yang diperoleh dari UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri.

⁷³ Saiffudin Azwar, *Metode Penelitian* (Cet. VI, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2005), 7.

⁷⁴ Ibid.

⁷⁵ Ibid.

⁷⁶ Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Rajawali, Jakarta, 1983), 93.

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Langkah-Langkah Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data dalam kajian ini adalah sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi merupakan cara guna menghimpun data dengan mengamati ataupun melakukan pengamatan objek penelitian atau kejadian baik berupa manusia, benda, ataupun alam. Sedangkan alat yang digunakan ialah melalui pedoman observasi. Keutamaan dari observasi ialah data yang dihimpun dapat lebih terpercaya karena dilakukan observasi sendiri.⁷⁷

Metode observasi dilakukan terhadap pengasuh lapangan dan klien UPT RSBL Kediri pada kelompok eksperimen selama proses terapi berlangsung, hal ini diterapkan oleh peneliti guna mengamati fenomena atau kejadian serta aktifitas spiritual para klien skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri.

b. Dokumentasi

Metode dokumentasi merupakan metode dalam menghimpun data, dengan metode mencari informasi melalui lembar-lembar data yang sudah tersedia dan dipublikasikan dalam bentuk dokumen. Dokumentasi ialah sejumlah besar fakta dan data yang tersimpan pada bahan yang berbentuk dokumentasi.⁷⁸ Seperti contohnya buku induk, daftar hadir tamu, dan surat-surat keterangan yang lainnya.

Dokumentasi dalam penelitian ini yaitu dokumentasi kegiatan, data-

⁷⁷ Ahmad Tanzeh, *Metodologi Penelitian Praktis*, (Yogyakarta: Teras, 2011), hal. 83

⁷⁸ Saryono, ..., 2013

data klien yang ada di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri.

2. Tahap penelitian

Tahapan yang peneliti lakukan dengan lebih rinci sebagai berikut:

- a. Observasi awal guna menemukan permasalahan penelitian untuk lebih memperdalam serta mencari informasi-informasi yang diperlukan.
- b. Menyusun rangkaian kajian dengan memilih metode penelitian.
- c. Menentukan waktu penelitian.
- d. Melakukan eksperimen dengan melakukan *pre test* untuk mengetahui seberapa besar kecemasan klien.
- e. Mengadakan psikoterapi dengan zikir selama 7 hari setiap sesi setelah sholat dhuhur dengan membaca *asmaul husna* (nama-nama Allah) yaitu *As-Shobur* (Maha Sabar).
- f. Mengadakan *post test*
- g. Menganalisa data untuk uji hipotesis.
- h. Pembahasan hasil analisis yang didukung melalui data-data observasi.
- i. Menyimpulkan hasil penelitian.

H. Analisis Data

Analisis data penelitian adalah langkah penting dalam keberlangsungan kegiatan penelitian. Analisis data yang benar yang kurat dan tepat akan menghasilkan kesimpulan yang baik dan benar pula. Analisis data diterapkan setelah data yang telah dihimpun dari sampel melalui instrumen yang telah ditetapkan dan akan digunakan untuk menjawab ataupun dalam menguji hipotesa yang diajukan lewat penyajian data.

Adapun analisis data yang peneliti gunakan ialah analisis statistik. Menggunakan analisis statistik peneliti berharap dapat menyediakan data-data yang bisa

dipertanggung jawabkan guna menarik kesimpulan yang benar dan untuk mengambil keputusan yang tepat dan baik terhadap hasil penelitian.

1. Uji Asumsi Dasar

a. Uji normalitas

Uji normalitas merupakan sebuah uji yang dilaksanakan dengan memiliki tujuan guna menilai sebaran data pada suatu kelompok data atau variabel, apakah sebaran data berdistribusi normal atau tidak normal.

Pada kajian ini pengujian normalitas data menerapkan rumus *Kolmogorov-smirnov* dengan taraf signifikannya 0,05. Uji normalitas ini dilakukan dengan bantuan program *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 20. Dalam mengambil keputusan berpedoman sebagai berikut:⁷⁹

- 1) Distribusi tidak normal, jika nilai signifikansi atau nilai probalitasnya $< 0,05$.
- 2) Distribusi normal, jika nilai signifikansi atau nilai probalitasnya $> 0,05$.

b. Uji Homogenitas

Menurut Syofian Siregar tujuan homogenitas adalah guna mengetahui apakah objek yang sedang diteliti memiliki varian yang sama atau tidak. Kaidah dalam pengujian homogenitas yaitu jika $\text{sig} > 0,05$ maka dapat diartikan varian dari 2 atau lebih kelompok merupakan sama begitupun sebaliknya, apabila $\text{sig} < 0,05$ maka 2 kelompok atau lebih tidak memiliki varian yang sama atau dikatakan tidak homogeny.⁸⁰

⁷⁹ Syofian Siregar, *Statistika Terapan Untuk Perguruan Tinggi*, (Jakarta, Kencana, 2017), 307-311.

⁸⁰ Syofiyen Siregar, *Statistika Terapan Untuk Perguruan Tinggi*, (Jakarta, Kencana, 2017), 164.

Dalam penelitian ini homogenitas dihitung menerapkan *one way anova* dengan bantuan program *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 20.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan beberapa step antara lain:

a. Uji beda *pre test* dan *post test*

Pengujian kali ini dilakukan guna mengetahui perbedaan pengisian kuesioner pada saat *pre test* dan *post test* dari kelompok eksperimen. Dengan itu penerapan teknik analisis uji paired sample T-Test. Pengujian ini digunakan untuk data yang tidak bebas (berpasangan). Ciri yang ditemui ialah objek penelitian dikenai 2 perlakuan (*pre test dan post test*).

Pengambilan keputusan uji paired sample T-Test sebagai berikut :

- 1) Jika nilai Sig. (2-tailed) $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.
- 2) Jika nilai Sig. (2-tailed) $> 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak.⁸¹

Teknik dalam analisis pada kajian ini dihitung dengan menerapkan bantuan program *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 20.

b. Tingkat efektifitas psikoterapi zikir asmaul husna

Untuk mengetahui seberapa besar tingkat efektifitas psikoterapi zikir untuk meningkatkan kualitas tidur pada klien skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri, jadi gunakan hitungan sumbangan

⁸¹ Nuryadi, dkk, *Dasar-dasar Statistik Penelitian*, (Yogyakarta, Gramasurya, 2017), 101-103.

efektif regresi linier. Hitungan tersebut digunakan untuk melihat seberapa besar kontribusi variabel bebas terhadap variabel terkait.

Kriteria dalam penentuan menggunakan sumbangan afektif regresi linier, sebagai berikut:

- 1) Apabila teknik analisis data hanya terdiri dari satu sampai dua variabel bebas maka yang digunakan hasil *Square*.
- 2) Apabila jumlah variabel bebasnya lebih dari dua maka lebih baik menggunakan *Adjusted R Square* yang nilainya selalu lebih kecil dari *R Square*.⁸²

Teknik dalam analisis pada penelitian ini dihitung dengan menggunakan bantuan program *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 20.

⁸² Ibid, 220-225,

Gambar Siklus Penelitian