

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Dilihat dari datanya, Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode statistik. Penelitian ini menggunakan statistik inferensial untuk menganalisis datanya. Statistik inferensial adalah teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data sampel dan hasilnya diberlakukan untuk populasi. Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu variabel X (variabel bebas) adalah pengaruh *self-compassion* dan variabel Y (variabel terikat) adalah terhadap kesepian santri. Dalam menganalisis data digunakan teknik uji chi-Square dengan menggunakan aplikasi bantu hitung *Statistical Package Forthe Sosial Sciences (SPSS) Versi 26.0*.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan kumpulan dari individu dengan kualitas serta ciri-ciri yang telah ditetapkan. Populasi merupakan keseluruhan subjek yang akan diteliti dalam penelitian.¹ Populasi dari penelitian ini adalah santri putri yang ada di pondok pesantren HM Al-Mahrusiyah Lirboyo Kediri Asrama Ar-Roudhoh. Populasi terdiri dari 407 santri putri yang ada

¹ Nazir, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1985)

di pondok pesantren HM Al-Mahrusiyah Lirboyo Kediri Asrama Ar-Roudhoh.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.² Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian. Sampel penelitian ini sebanyak 40 santri baru. Teknik pengambilan sampel di dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* digunakan apabila sampel memiliki kriteria tertentu.

Kriteria yang digunakan yaitu:

- Subjek usia kategori MA yaitu 15-18
- Subjek baru pertama kali hidup terpisah dari keluarga
- Subjek santri baru asrama Ar-Roudhoh di pondok pesantren HM Al-Mahrusiyah Lirboyo Kediri.

C. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang akan diteliti. Jumlah instrumen dalam penelitian bergantung pada jumlah variabel penelitian. Instrumen pada penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berupa skala, observasi dan dokumentasi. Menurut Azwar,

² Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. (Bandung: Alfabeta) h. 52(2)

data yang diambil menggunakan metode skala karena merupakan alat ukur psikologi yang memiliki karakter sebagai berikut:

1. Data yang diungkap oleh skala psikologi merupakan konstruk atau konsep psikologi yang menggambarkan aspek kepribadian individu.
2. Pernyataan sebagai stimulus tertuju pada indikator perilaku guna memancing jawaban yang merupakan responden yang bersangkutan. Pernyataan yang diajukan memang dirancang untuk mengumpulkan sebanyak mungkin indikasi dari aspek kepribadian yang lebih abstrak.
3. Satu skala psikologi hanya diperuntukkan guna mengungkapkan suatu atribut tunggal.

Maka dari itu, penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berupa skala, dan skala yang dipakai yaitu skala *Self-Compassion* dan kesepian, dengan memakai skala model likert. Jawaban pada skala likert mempunyai beberapa tingkatan, mulai dari sangat positif hingga sangat negatif.

Pernyataan sikap berisi pernyataan-pernyataan sikap mengenai objek sikap. Pernyataan sikap terdiri dari 2 (dua) pernyataan, yaitu pernyataan favorable (mendukung objek sikap) dan pernyataan unfavorabel (tidak mendukung objek sikap). Dengan perhitungan skala Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

1. Skala Kesepian

Peneliti menggunakan skala kesepian yang dikembangkan oleh Russell yaitu *The University of California, Los Angeles Loneliness Scale Version 3* (UCLA LS), yang terdiri atas 20 item, sebelas diantaranya item positif dan sembilan lainnya merupakan item negatif.

Tabel 3.1

Blueprint dari Instrument UCLA Loneliness Scale Version 3

Komponen	No Sebaran Item		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
<i>Personality</i>	2,10,13	4,15	5
<i>Desibrability</i>	1,5,12	14,16,9,7,17	8
<i>Depression</i>	3,6,18,19,20	8,11	7
	Jumlah		20

2. Skala *Self-compassion*

Skala *self-compassion* menggunakan *Self-Compassion Scale (SCS)* yang dikembangkan oleh Neff. Terdiri dari 26 item, yang mencakup tiga dimensi *self-compassion* yaitu *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*.

Tabel 3.2

Blueprint dari instrument Self-Compassion

Komponen	No Sebaran Item		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
<i>Self-Kindness</i>	2,10,17,1	22,26,2,18,19	10
<i>Common Humanity</i>	16,19,11,23	25,4,20,12	8
<i>Mindfulness</i>	5,8,15,13,6	21,24,7,14	8
	Jumlah		26

D. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan beberapa metode pengumpulan data sebagai berikut.

1. Metode Dokumentasi

Dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, legger, agenda dan sebagainya.³ Maka dengan itu dokumentasi sangat diperlukan dalam penelitian ini, terlebih untuk mengetahui profil sekolah, data sarana dan prasarana, dan lain sebagainya.

2. Instrumen

Instrumen adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis. Misalnya angket, skala, dan sebagainya. Angket yang di gunakan peneliti sebagai alat bantu mengumpulkan data penelitian berbentuk skala likert, yaitu skala pengukuran yang sudah menyatakan peringkat antar tingkatan meliputi sebuah pernyataan yang diikuti oleh kolom-kolom yang menunjukkan tingkat-tingkatan, yaitu mulai dari tidak pernah sampai selalu. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah memakai buah angket, yaitu angket tentang *self-compassion* dan angket tentang kesepian, kemudian angket tersebut di olah di SPSS dengan menggunakan rumus *Chi-*

³ Sugiono, *Statistik untuk penelitian*, (Bandung: CV. Avabeta, 1997), h.57.

Square untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *self-compassion* terhadap kesepian pada santri HM Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri.

E. Teknik Analisis Data

Agar diperoleh hasil penelitian yang akurat, maka perlu dilakukan uji instrumen sebelum menggunakannya dalam penelitian, yaitu dengan melakukan uji reliabilitas dan uji validitas.

1. Uji Reliabilitas

Analisis ini dipakai untuk mengetahui sejauh mana pengukuran data dapat memberikan hasil relatif konsisten atau tidak berbeda jika diukur ulang pada subjek yang sama, sehingga dapat dilihat konsistensi atau keterandalan alat ukur (kuesioner).⁴ Untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan reliabilitas *Alpha Cronbach*. Setelah didapatkan nilai reliabilitas *Alpha Cronbach*, lalu nilai tersebut dibandingkan dengan r kritis yang diambil besarnya 0,7. Jika nilai reliabilitas lebih dari 0,7 atau mendekati 1,00 maka tingkat kepercayaan hasil suatu pengukuran semakin tinggi.

⁴ Lutfi, "Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa di SMP Hasanudin Sukorame Kota Kediri" (Skripsi, Universitas Islam Tribakti, 2018).

2. Uji Validitas

Analisis ini dipakai untuk menguji ketepatan atau ketelitian suatu alat ukur dalam mengukur apa yang sedang ingin diukur.⁵ Kedua instrumen telah di uji validitas menggunakan validitasi isi atau *content*. Untuk menentukan kevalidan dari item kuesioner digunakan metode korelasi *product moment* yaitu mengkorelasikan skor total yang dihasilkan oleh masing-masing responden dengan skor masing-masing item. Jika r hitung lebih besar dari r table maka valid, Jika r hitung lebih kecil dari r table maka gugur.

3. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel, Apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal atau tidak.⁶ Mengetahui data berdistribusi normal atau tidak dilakukan uji normalitas *kolomogorov-smirnov* dengan bantuan aplikasi bantu hitung *Statistical Package Forthe Sosial Sciences* (SPSS) Versi 26.0. Ketika data berdistribusi normal maka analisis statistik yang di gunakan untuk melihat keeratan hubungan atau korelasi person.

⁵ Anwar Hidayat, "Penjelasan Berbagai Jenis Uji Validitas dan Cara Hitung," *Uji Statistik* (blog), 10 Agustus 2012, <<https://www.statistikian.com/2012/08/uji-validitas.html>>.

⁶ Anwar Hidayat, "Uji Normalitas dan Metode Perhitungan (Penjelasan Lengkap)," *Uji Statistik* (blog), 23 Januari 2013, <<https://www.statistikian.com/2013/01/uji-normalitas.html>>.

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Teknik *chi square* dengan menggunakan aplikasi bantu hitung *Statistical Package For the Sosial Sciences* (SPSS) Versi 26.0

