

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Dalam penelitian ini akan menggunakan metode penelitian kuantitatif yang akan difokuskan kepada hubungan dari adanya spiritualitas terhadap kecemasan menghadapi dunia kerja mahasiswa Pondok Pesantren Lirboyo Unit Darussalam Kediri. Adapun rancangan penelitian yang penulis lakukan adalah : Penentuan masalah penelitian, pengumpulan data penelitian, dan analisis data.

Variabel independent dalam penelitian ini adalah spiritualitas. Sedangkan variabel dependennya adalah kecemasan menghadapi dunia kerja. Tingkat spiritualitas dari mahasiswa tingkat akhir sebagai variabel X yang akan dicari hubungannya dengan kecemasan menghadapi dunia kerja sebagai variabel Y.

B. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.²⁴ Populasi merupakan keseluruhan subyek atau individu yang memiliki karakteristik tertentu yang hendak diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri Pondok Pesantren Lirboyo Unit Darussalam Kediri yang berjumlah 627 santri dengan pembagian 402 sanrti putra, 225 santri putri.

²⁴Sugiyono, *Metode penelitian pendidikan* (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D), (Bandung: Alfabeta, 2008).

Tabel 3.1 Data Jumlah Santri

No.	Santri putra	Santri putri	jumlah
1.	402	225	627

Sumber : Data penelitian diolah (2023)

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dalam melakukan teknik pengambilan sampel, penulis menggunakan metode *nonprobability sampling* dimana teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Spesifikasi metode *nonprobability sampling* yang dipakai peneliti adalah *purposive sampling*, yakni teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau kriteria tertentu.²⁵ Dalam penelitian ini pertimbangan atau kriteria jumlah sampel yang diambil adalah santri yang menjadi mahasiswa tingkat akhir Pondok Pesantren Lirboyo Unit Darussalam yang berjumlah 50 santri atau mahasiswa.

Tabel 3.2 Kriteria Sampel Penelitian Usia dan Jenis Kelamin

No.	Usia	Jenis Kelamin		Jumlah
		Putra	Putri	
1.	21 TH	6	8	14
2.	22 TH	10	15	25
3.	23 TH	4	7	11
Total		20	30	50

Sumber : Data penelitian diolah (2023)

C. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitian agar pekerjaannya menjadi lebih mudah dan

²⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian*, (Bandung: CV Alfa Beta, 2001)

baik, dalam arti lebih cermat, lengkap sistematis sehingga lebih mudah untuk diolah.

Instrumen penelitian menurut Sugiyono adalah “suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Dari pengertian tersebut dapat dipahami bahwa instrumen merupakan suatu alat bantu yang digunakan oleh peneliti dalam menggunakan metode pengumpulan data secara sistematis dan lebih mudah. Instrumen penelitian menempati posisi teramat penting dalam hal bagaimana dan apa yang harus dilakukan untuk memperoleh data lapangan.²⁶

Instrumen dalam penelitian ini nantinya berbentuk skala likert yang merupakan skala penelitian yang dipakai untuk mengukur sikap dan pendapat.²⁷ Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur indikator akan diubah dalam bentuk penjabaran. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai tolak ukur untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Selanjutnya pernyataan tersebut yang nantinya akan dioalah sampai menghasilkan kesimpulan.

²⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010).

²⁷ Kurniawan dan Puspitaningtyas, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta: Pandiva Buku, 2016).

Penyusunan instrumen dalam penelitian ini menggunakan dua skala yang terdiri dari:

1. Skala Spiritualitas yang mengacu dari aspek spiritualitas berupa pengalaman ibadah, universalitas, dan keterkaitan. Adapun *blue print* dari skala tersebut sebagai berikut:

Tabel 3.3 *Blue print* Skala Spiritualitas

No.	ASPEK	INDIKATOR	NO ITEM		Σ
			F	UF	
1	Pengamalan Ibadah	Perasaan gembira yang disebabkan oleh keterlibatan diri dengan realitas transeden	1	14	2
		Perasaan bahagia yang disebabkan oleh keterlibatan diri dengan realitas transeden	8	18	2
		Mempersepsikan kasih sayang tuhan	4,12	17	3
		Rasa nyaman dan kekuatan dan kedamaian	11	19,25	3
2	Universalitas	Keyakinan akan kesatuan kehidupan alam semesta dengan dirinya.	5	23	2
		Kekaguman, apresiasi, rasa berterima kasih,	13	22	2
		Serta kepedulian terhadap sesama	3	16	2
3	Keterkaitan	Keyakinan bahwa seseorang merupakan bagian dari realitas manusia yang lebih besar yang melampaui generasi dan kelompok tertentu.	6	20	2
		Hubungan, aktivitas transenden atau spiritual	7,9	21	3
		Merasakan pertolongan, merasakan bimbingan,	2,10	15,24	4
Total			13	12	25

Sumber: Endahing Noor Iman Pustakasari(2014)

2. Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja yang mengacu dari aspek kecemasan berupa physical symptoms atau reaksi fisik, behavioral, thought atau kognitif, dan feelings. Adapun *blue print* dari skala tersebut sebagai berikut:

Tabel 3.4 *Blue print* Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

No.	ASPEK	INDIKATOR	NO ITEM		Σ
			F	UF	
1.	Physical Symptoms atau Reaksi Fisik	Gangguan pada tubuh seperti berkeringat, panas dingin, dan lemas atau mati rasa.	1	21	2
		Gangguan kepala seperti pusing atau sakit kepala.	11	31	2
		Gangguan pernapasan seperti sulit bernapas, jantung berdebar atau berdetak kencang	16	36	2
		Gangguan pencernaan seperti mual, diare, dan sering buang air kecil.	7	27	2
		Merasa sensitif atau “mudah marah”	2	22	2
		Gelisah atau gugup.	4	24	2
2.	Behavioral	Perilaku menghindar	17	37	2
		Perilaku tergantung.	3	23	2
		Merasa dirinya terganggu dan tidak nyaman	19	39	2
		Sering merasakan keringat dingin, mual, sakit kepala, leher kaku	12	32	2
		Gangguan tidur saat memikirkan dunia kerja kelak	8	28	2
3.	Thought atau Kognitif	Tidak yakin dengan kemampuannya sendiri	15	35	2
		Sulit berkonsentrasi.	5	25	2
		Adanya pikiran yang mengganggu.	9	29	2
		Perasaan tidak mampu, tidak siap, dan merasa tidak memiliki keahlian	13	33	2
		Tidak siap dalam menghadapi wawancara kerja	18	38	2

Lanjutan tabel Blue Print Skala Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

No.	ASPEK	INDIKATOR	NO ITEM		Σ
			F	UF	
4.	Feelings	Muncul kesulitan untuk memutuskan sesuatu	6	26	2
		Perasaan gugup saat ada perbincangan dunia kerja	10	30	2
		Suasana hati yang tidak bisa dikontrol	14	34	2
		Pola pikir yang tidak terkendali	20	40	2
Total			20	20	40

Sumber: Nestri Norul Istychomah (2022)

Dalam menentukan hasil jawaban diperlukan angka penafsiran untuk menghasilkan data berupa deskripsi. Angka penafsiran dalam penelitian ini nantinya akan berbentuk pernyataan yang dinyatakan seperti pada table berikut ini:

Tabel 3.5 Angka Penafsiran Nilai

Pernyataan	Kode	Nilai Skor
Sangat Setuju	SS	5
Setuju	S	4
Kurang Setuju	KS	3
Tidak Setuju	TS	2
Sangat Tidak Setuju	STS	1

Sumber : Sugiono (2008)

D. Teknik Pengumpulan Data

Data adalah unit informasi yang direkam media yang dapat dibedakan dengan data lain, dapat dianalisis dan relevan dengan program tertentu. Pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan. Jenis pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan data primer, data primer yang dimaksud adalah data asli yang

dikumpulkan oleh peneliti untuk menjawab penelitian. Untuk mengumpulkan data penelitian, penulis menggunakan metode penyebaran angket.

Sugiyono menyatakan kuesioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk menjawabnya. Pengumpulan data ini didasarkan kepada jawaban dan tanggapan responden terhadap pernyataan yang diajukan oleh penulis.²⁸

Dalam hal ini, penulis membuat pernyataan-pernyataan tertulis kemudian dikirimkan kepada responden untuk dijawab dan menggunakan instrument penelitian berupa skala. Skala merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti sudah mengetahui variable penelitian yang akan diukur dan hasil dari penelitian yang diharapkan.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul.²⁹ Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dalam metode ilmiah, dengan analisis data tersebut dapat diberi arti atau makna untuk pemecahan masalah penelitian. Teknik analisis data pada penelitian ini nantinya menggunakan jenis analisis statistika inferal dengan jenis analisis korelation. Analisis korelasional adalah analisis statistik yang berusaha untuk

²⁸Kurniawan dan Puspitaningtyas, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta: Pandiva Buku, 2016).

²⁹Kurniawan dan Puspitaningtyas, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta: Pandiva Buku, 2016).

mencari hubungan atau pengaruh antara dua buah variabel atau lebih.³⁰ Dalam analisis korelasional ini, variabel dibagi ke dalam dua bagian, yaitu:

- 1) Variabel bebas (Independent Variable), yaitu variabel yang keberadaannya tidak berhubungan dengan variabel lain. Dalam penelitian ini variabel bebasnya yang digunakan adalah spiritualitas.
- 2) Variabel terikat (Dependent Variable), yaitu variabel yang keberadaannya berhubungan dengan variabel yang lain. Dalam penelitian ini yang digunakan sebagai variabel terikat adalah kecemasan menghadapi dunia kerja.

Sedangkan untuk teknik analisis menggunakan teknik analisis skala ordinal, yaitu data kuantitatif yang memiliki jenjang, seperti tingkat pendidikan, jabatan, pangkat, ranking kelas, dan sebagainya.

Dalam penelitian ini menggunakan taraf signifikansi sebesar 5%. Analisis butir dilakukan untuk mengetahui valid atau tidaknya butir soal dalam instrumen dengan cara yaitu skor-skor yang ada dalam butir soal dikorelasikan dengan skor total, kemudian dibandingkan pada taraf signifikansi 5% soft wear SPSS statistik 26.

Pemeriksaan reabilitas menggunakan konsistensi internal dengan teknik Alpha Cronbach untuk melihat nilai r ($r \geq 0,60$). Analisis data dilakukan dengan bantuan soft wear SPSS statistik 26.

³⁰Ali Muhson, "*Teknik analisis kuantitatif*", (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2006).