

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) artinya penelitian yang langsung berhubungan pada obyek yang diteliti atau penelitian yang dilakukan untuk memperoleh data riil.¹ Dalam penelitian ini pendekatannya menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian regresi linier sederhana. Pendekatan kuantitatif bertujuan untuk menguji teori, membangun fakta, menunjukkan hubungan antar variabel, memberikan penilaian statistik dan meramalkan hasilnya. Bertujuan untuk menguji ada tidaknya pengaruh antar variabel dan mengungkapkan seberapa besar kekuatan hubungan antar variabel yang dimaksud.² Hal tersebut dimaksudkan untuk mengetahui ada atau tidaknya *pengaruh problem focused coping* terhadap *burnout* mahasiswa di pondok pesantren putri tahfidzul qur'an Al-Hidayah kota kediri.

B. Populasi dan sampel

1. Populasi

Populasi adalah sekelompok subjek yang digunakan dalam suatu penelitian. Sugiono mengemukakan bahwa Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/ subjek yang mempunyai kuantitas dan

¹ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka pelajar, h. 32.

² Subana, Moersetyo Rahadi, dkk, *statistik Pendidikan*,(Bandung: Pustaka Setia, 2005), h. 136.

karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.³ populasi untuk penelitian ini adalah mahasantri yang bertempat di pondok pesantren putri tahfidzul Qur'an Al-Hidayah yang berjumlah 50 santri.

2. Sampel

Ketetapan yang diambil untuk sampel adalah berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto bahwa untuk sekedar perkiraan, maka apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subjeknya besar, maka ambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih.⁴ Sampel dalam penelitian ini adalah 50 santri dengan jenis kelamin perempuan rentan usia 17-25 tahun teknik pengambilan yang di gunakan dalam penelitian ini adalah sample jenuh. Sample jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua dijadikan sampel.

C. Instrumen Penelitian

Pengukuran dilakukan dengan menggunakan skala. Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang dipakai peneliti untuk melakukan sebuah penelitian. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Sebelum menyusun butir pernyataan, terlebih dahulu dirumuskan kisi-kisi instrumen.

³ Sugiyono, *Sistematika Penelitian*, (Bandung: Alfa Beta), h. 55.

⁴ Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Rajawali), h. 72.

Tabel 3.1
Penskoran Skala

Kategori Jawaban	Penskoran			
	Variabel X		Variabel Y	
	favorable	Unfavorable	favorable	Unfavorable
Sangat setuju	4	1	4	1
Setuju	3	2	3	2
Tidak setuju	2	3	2	3
Sangat tidak setuju	1	4	1	4

1. *Problem Focused Coping*

Instrumen *problem focused coping* menggunakan *scale problem focused coping* yang di adopsi dari penelitian yang di lakukan oleh Sutoro Tri Raharjo, Sowanya Ardi Prahara yang berjudul mahasiswa yang bekerja: *problem focused coping* dengan *academic burnout*. Variabel *Problem Focused Coping* berdasarkan karakteristik dari lazarus dan folkman yang terdiri dari 3 aspek 1) merencanakan pemecahan permasalahan, 2) konfrontasi, 3) mencari dukungan sosial. kriteria skala ukur, untuk item favorable jawaban setuju diberi nilai 4, sangat setuju diberi nilai 3, tidak setuju diberi nilai 2, dan sangat tidak setuju diberi nilai 1. Sedangkan untuk item unfavorable jawaban setuju diberi nilai 1, sangat setuju diberi nilai 2, tidak setuju diberi nilai 3, dan sangat tidak setuju diberi nilai 4. Berdasarkan uji coba di ketahui nilai reliabel $\alpha = 0,973$

Selanjutnya dari aspek-aspek tersebut diturunkan dalam indikator penelitian yang menjadi pijakan dalam penyusunan daftar pernyataan. Daftar pernyataan tersebut berisikan item-item yang akan menjadi

perwakilan dari masing-masing indikator jika semua terpenuhi maka aspek akan dengan mudah diketahui. Berikut tabel yang telah diketahui.

Tabel 3.2 Blue Print dan Sebaran Aitem *problem Focused coping*

No	Aspek	Indikator	Pernyataan	No. Item
1	Merencanakan pemecahan masalah	Menganalisis masalah dan mencari solusi	<p>Ketika mengalami kendala dalam perkuliahan/ sekolah saya mampu menganalisa penyebab nya</p> <p>Setiap tugas dari dosen/guru segera saya kerjakan secepat yang saya bisa</p> <p>Saya meminta saran dari orang lain tentang hambatan-hambatan saya dalam menghafalkan al'quran sambil bersekolah/kuliah</p> <p>Saya segera memikirkan cara untuk menyelesaikan kesulitan dalam perkuliahan/pendidikan sekolah saya</p> <p>Saya segera memperbaiki kesalahan agar tidak menjadi kendala di kemudian hari</p>	1,2,3,4,5
2	Konfrontasi	upaya agresif untuk mengubah situasi dan bertindak secara langsung	<p>Saya mengajak teman untuk saling bertukar pikiran saat saya mengalami hambatan dalam perkuliahan/sekolah</p> <p>Saya mampu mempertimbangkan hal-hal dalam menyelesaikan masalah dengan baik</p> <p>Saya membaca ulang tugas saya sebelum dikumpulkan</p> <p>Saya belajar dari pengalaman orang lain untuk meningkatkan semangat saya</p> <p>Saya membuat rencana cadangan ketika menghadapi hambatan</p>	6,7,8,9,10
3	Dukungan sosial	Mencari dukungan dari orang sekitar dalam bentuk nyata	<p>Saya menyempatkan waktu untuk berdiskusi dengan teman yang mengalami masalah serupa</p> <p>Saya berusaha mendapatkan dukungan dari keluarga untuk lebih memotivasi saya</p> <p>Saya memiliki target untuk menyelesaikan pendidikan saya</p> <p>Saya berusaha hadir dalam setiap perkuliahan/sekolah</p> <p>Saya bertanya pada orang lain mengenai buku referensi yang saya butuhkan dalam mengerjakan tugas-tugas</p>	11,12,13, 14,15

2. *Burnout*

Instrumen *burnout* menggunakan *burnout scale* yang di adopsi dari penelitian yang di lakukan oleh Sutoro Tri Raharjo, Sowanya Ardi Prahara yang berjudul mahasiswa yang bekerja: *problem focused coping* dengan *academic burnout*. Variabel *burnout* terdiri dari 3 aspek menurut maslach yaitu 1) kelelahan emosi, 2) sinisme, 3) rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri. kriteria skala ukur, untuk item favorable jawaban setuju diberi nilai 4, sangat setuju diberi nilai 3, tidak setuju diberi nilai 2, dan sangat tidak setuju diberi nilai 1. Sedangkan untuk item unfavorable jawaban setuju diberi nilai 1, sangat setuju diberi nilai 2, tidak setuju diberi nilai 3, dan sangat tidak setuju diberi nilai 4. Berdasarkan uji coba di ketahui nilai reliabel $\alpha = 0,970$.

Selanjutnya dari aspek-aspek tersebut diturunkan dalam indikator penelitian yang menjadi pijakan dalam penyusunan daftar pernyataan. Daftar pernyataan tersebut berisikan item-item yang akan menjadi perwakilan dari masing-masing indikator jika semua terpenuhi maka aspek akan dengan mudah diketahui. Berikut tabel yang telah diketahui.

Tabel 3.3 Blue Print dan Sebaran Aitem *Burnout*

No.	Aspek	Indikator	Pernyataan	No. Item
	Kelelahan	Secara fisik maupun emosional	<p>Saya merasa frustrasi karna aktifitas hafalan qu'ran dengan sekolah/ kuliah yang saya lakukan benar-benar menyita waktu saya</p> <p>Saya mendahulukan hangout dengan teman-teman dibandingkan mengerjakan tugas-tugas sekolah/kuliah.</p> <p>Saya merasa tidak mampu mengerjakan tugas sekolah/kuliah yang datang secara bersamaan</p> <p>Saya bermain gadget di kelas ketika bosan dengan penjelasan guru/dosen</p> <p>Saya menyadari presentase kehadiran saya di sekolah/perkuliahan cukup rendah</p>	1,2,3,4,5
2	Sinisme	Tidak peduli terhadap orang lain dan mudah tersinggung	<p>Saya tidak yakin dapat menyelesaikan studi yang saya jalani sesuai target yang di tentukan di sekolah/kampus</p> <p>Saya merasa enggan menjawab saat di <u>singgung mengenai pendidikan saya</u></p> <p>Saya merasa kurang aktif saat berdiskusi</p> <p>Saya merasa kurang bersemangat untuk mengerjakan tugas sekolah/kuliah yang di berikan guru/dosen di sekolah</p> <p>Saya merasa mudah lelah sepulang dari sekolah /kuliah</p>	6,7,8,9,10
3	Rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri	Menurunnya motivasi belajar dan kurang mengapresiasi pencapaian	<p>Saya hanya belajar materi ketika mendekati ujian sekolah/kampus</p> <p>Saya merasa kemampuan berprestasi saya di sekolah/kampus cukup rendah</p> <p>Tidak bisa mencapai target yang di berikan sekolah / kampus sering membayangi pikiran saya</p> <p>Saya tidak peduli meskipun banyak nilai kurang bagus selama saya sekolah/kuliah</p> <p>Saya merasa tidak dapat mengikuti proses sekolah/perkuliahan dengan baik karena lelah menghafalkan qur'an di pondok</p>	11,12,13, 14,15

D. Teknik Pengumpulan Data

1. skala

Metode pengumpulan yang peneliti pilih yaitu skala pengukuran adalah suatu acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga nantinya alat ukur yang di gunakan akan menghasilkan data yang kuantitatif. Tujuan peneliti menggunakan skala pengukuran adalah karena untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *problem focused coping* terhadap *Burnout* mahasantri yang tinggal di pondok pesantren putri Tahfidzul qur'an al-hidayah

Adapun skala yang digunakan adalah skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang maupun sekelompok orang tentang fenomena sosial. Peneliti membuat alternatif jawaban yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sangat setuju (SS), sangat setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS).

2. Metode Observasi

Mengamati aktivitas dengan seluruh alat indra untuk mencari informasi tentang kegiatan apa saja yang dilakukan mahasantri pondok pesantren putri tahfidzul Qur'an al-Hidayah dan mengetahui kondisi yang terjadi untuk membuktikan kebenaran pada penelitian ini.

3. Metode Wawancara

Untuk memperoleh informasi secara langsung dan memperoleh data yang benar untuk penelitian ini. Jadi nantinya peneliti akan melakukan

wawancara dengan beberapa mahasiswa pondok pesantren putri Tahfidzul Qur'an al-hidayah kota Kediri.

4. Dokumentasi

Untuk mendapatkan pengetahuan, keterangan, serta bukti otentik terkait penelitian ini guna untuk memperkuat data-data yang diperoleh dari metode-metode yang lain. Jadi nantinya peneliti akan mencatat dan mengklasifikasikan informasi secara tertulis, foto, video dan lain sebagainya.

E. Teknik Analisis Data

Dalam rangka menjawab pertanyaan peneliti yaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara *problem focused coping* terhadap *Burnout* dan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pengaruh *problem focused coping* terhadap *Burnout* pada seseorang. Peneliti menggunakan metode statistik karena datanya berupa angka-angka yang merupakan hasil pengukuran atau perhitungan.

Dalam hal ini berdasarkan hipotesis yang akan diuji peneliti menggunakan teknik analisis regresi-linear sederhana yang merupakan metode statistik yang berfungsi untuk menguji sejauh mana pengaruh sebab akibat antara variabel faktor penyebab X terhadap variabel akibatnya Y. Faktor penyebab pada umumnya dilambangkan dengan X atau disebut juga dengan *predictor* sedangkan variabel akibat dilambangkan dengan Y atau disebut juga dengan *response*. Dalam penelitian ini juga menggunakan bantuan *IBM SPSS versi 27*.

Rumus regresi linear sederhana sebagai berikut:

$$Y = a + b X$$

Keterangan:

Y = Variabel dependen

X = Variabel independen

a = Konstanta

b = Koefisien regresi

Data yang diperoleh dari responden selanjutnya diolah dan dianalisa, untuk menyederhanakan data dipakai ilmu statistik. Analisis yang digunakan secara garis besar meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

1. Pengumpulan Data, data yang didapat dari teknik pengumpulan data berupa angket, wawancara, observasi dan dokumentasi.
2. Editing, pengecekan atau memeriksa data yang telah dikumpulkan.
3. Codeting, kegiatan pemberian kode tertentu pada tiap-tiap data yang dibuat dalam bentuk angka-angka atau huruf untuk membedakan data atau identitas data yang dianalisis.
4. Tabulasi, penempatan data dalam bentuk tabel yang telah diberi kode sesuai kebutuhan analisis.
5. Analisis dari penelitian (menghubungkan antara koefisien dengan r pada tabel) untuk diambil kesimpulan.