

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan penulis menggunakan jenis pendekatan kuantitatif, yakni pendekatan yang hasil penelitiannya disajikan dengan bentuk deskriptif menggunakan angka-angka.¹

Penelitian ini menggunakan alat bantu berupa aplikasi *IBM SPSS statistics* 25, yang merupakan aplikasi pengolah data statistik, yang dipercaya dengan tepat dan cepat, dalam mendapatkan hasil analisis.

Jenis penelitian ini adalah pengaruh dimana peneliti berusaha mengetahui pengaruh, satu variable pada variable yang lainnya, guna memahami suatu fenomena dengan cara menentukan tingkatan, atau derajat antar variable tersebut.²

Adapun variabel yang diteliti adalah:

1. Variabel bebas (*independent variable*)

Variabel bebas (*Independent variable*) yang telah biasa disebut variabel X, yakni variabel yang ditetapkan atau diduga sebagai variabel yang mempengaruhi variabel Y atau variabel terikat. Pada penelitian ini peneliti mengambil variabel X berupa optimisme.

¹Ibnu Hajar, *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Kuantitatif dalam Pendidikan* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1990),h. 30.

² Ibnu Hajar, h. 277.

2. Variabel terikat (*dependent variable*)

Variabel terikat (*dependent variabel*) atau variabel (Y) yaitu variable yang timbul atau yang dipengaruhi variable bebas. Variable terikat yang dimaksud pada penelitian ini yaitu resiliensi.

B. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kuantitas lalu ditariklah sebuah.³ Sedangkan menurut Muhammad Ali Gunawan, populasi diartikan keseluruhan subjek ataupun objek yang diteliti.⁴ Populasi pada penelitian mahasiswa tingkat akhir yang tinggal di Pondok Pesantren Putri Darussalam Lirboyo Kediri, yang berjumlah 46 orang.

C. Sampel

Sampel adalah sebagian atau dapat dimaknai perwakilan dari populasi yang diteliti.⁵ Untuk jumlah populasi yang diambil sebagai sampel, penulis merujuk dari Arikunto Suharsimi, yang menyarankan bahwa untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua. Sehingga jika jumlah subyeknya besar dapat di ambil antara 10-15% atau 20-25%

³Sugiyono, *Statistik untuk penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2019), h. 80

⁴ Muhammad Ali Gunawan, *Statistik Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi dan Sosial* (Jogjakarta: Parama Publishing, 2015), h. 45

⁵Arikunto, *Prosedur Penilaian Suatu Pendekatan Praktecet X* (Jakarta: PT. Rineka Cinta, 1996), h. 131.

atau lebih, setidaknya-tidaknya kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga, dan dana, sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subyek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya data, besar kecilnya resiko yang ditanggung peneliti, untuk penelitian yang resikonya besar, tentu saja jika sampel besar, hasilnya akan lebih baik.⁶

Jumlah sampel adalah 30 mahasiswa, dengan menggunakan *purposive sampling* yang mana sampel diambil sesuai dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu, dengan tujuan tertentu⁷, dengan pertimbangan yang menentukan kriteria sebagai berikut; yakni mahasiswa tingkat akhir, berusia sekitar 21 hingga 24 tahun, dan santri yang tinggal di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.⁸

Dalam penelitian ini alat pengumpul data (instrumen) yang digunakan adalah non tes, yakni berupa skala. Butir-butir pertanyaan atau pernyataan dalam

⁶Arikunto, *Prosedur penilaian Suatu Pendekatan Praktecet X*, h. 112.

⁷ Muhammad Ali Gunawan, *Statistik Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi Dan Sosial*, h. 59

⁸ Arikunto, *Prosedur Penilaian Suatu Pendekatan Praktecet X* (Jakarta: PT. Rineka Cinta 1996), h. 112.

angket dikembangkan berdasar atas teori manajemen yang relevan dengan masing-masing variabel penelitian.

Pertanyaan atau pernyataan dalam skala diukur dengan menggunakan skala Likert, yaitu “suatu skala yang diperuntukkan mengukur suatu sikap, pendapat, persepsi yang telah ditangkap oleh seseorang atau sekelompok orang mengenai fenomena yang ada diranah sosial”.⁹ Jawaban dari setiap item instrumen tersebut memiliki gradasi dari sangat positif sampai dengan sangat negatif, yang berupa kata-kata seperti: sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju. Dengan demikian, dalam pengukuran variabel penelitian, responden diminta untuk menyatakan persepsinya dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban dalam skala satu sampai dengan empat.

Dalam penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan skala pengukuran agar mengetahui tingkat optimisme dan tingkat resiliensi yang dimiliki oleh subjek.

1. Skala Optimisme

Instrumen optimisme menggunakan *optimisme scale* Siti Faridah Azmi, Optimisme di ukur dengan menggunakan *optimisme scale* berdasarkan aspek-aspek yang telah dipaparkan Saligman, terdiri dari 3 aspek yaitu: 1) *permanence*, 2) *pervasiveness*, 3) *personalition*.

Skala ukur pada 4 kriteria, pada item favorable jawaban berupa sangat setuju diberikan skor 4, apabila menjawab setuju diberi skor 3, tidak setuju 2, dan sangat tidak setuju dengan skor 1. Sedangkan untuk item

⁹ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2019), h. 92

nonfavorable jawaban berupa sangat setuju diberi skor 1, untuk setuju skor 2, tidak setuju diberi skor 3, dan sangat tidak setuju memiliki skor 4. Contoh item pada “Saya dapat fokus dalam kuliah dan madrasah diniyah, karena saya telah berusaha”, dan berdasarkan uji coba reliabilitas didapat nilai sebesar $\alpha = 0,911$.

Tabel 3.1 Blue Print Skala 1 Optimisme (Try Out)

| No | Aspek | Indikator | No. Item | | Jumlah |
|--------|------------------------|--|------------------------|--------------|--------|
| | | | (+) | (-) | |
| 1 | <i>Permanence</i> | Yakin bahwa hal yang baik bersifat permanen atau buruk bersifat sementara | 2, 12, 13, *14, 16, 20 | *15, 18 | 8 |
| 2 | <i>Pervasiveness</i> | Menjelaskan secara spesifik ketika menghadapi masalah buruk dan menjelaskan secara umum dalam menghadapi sesuatu yang baik | 3, 5, 7, 8, 17 | 9,10, 19, 21 | 9 |
| 3 | <i>Personalization</i> | Meyakini ketika gagal pada suatu peristiwa faktor luar sedangkan keberhasilan karena faktor internal | 1, 4, 11, 23 | 6, 22 | 6 |
| Jumlah | | | 15 | 8 | 23 |

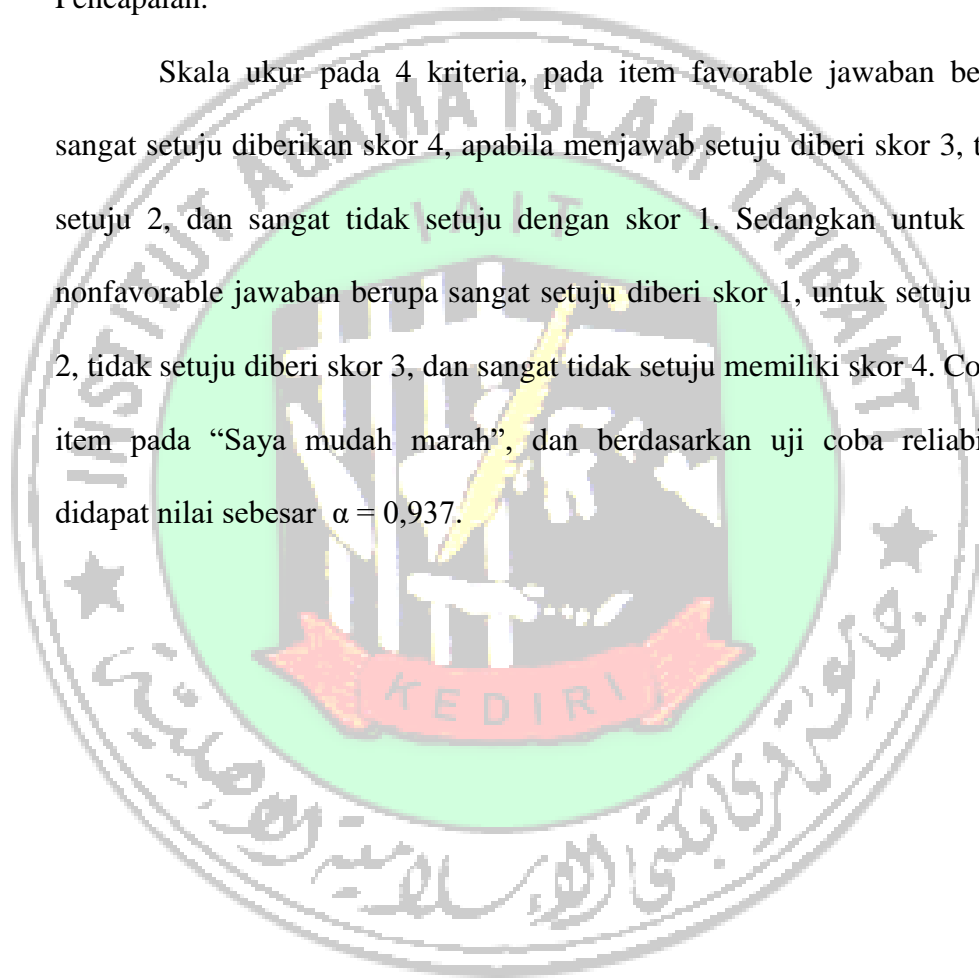
*item tidak valid

Berdasarkan tabel 3.1 dapat diketahui bahwa setelah *try out* kepada 20 mahasiswa tingkat akhir yang mempunyai kriteria yang sama ada 2 item yang tidak valid dan harus digugurkan ataupun tidak dapat digunakan lagi, yakni nomor 14 dan 15. Dari 23 item yang digunakan, tersisa item yang valid yaitu: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,12, 13, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22,

2. Skala resiliensi

Instrumen resiliensi menggunakan *resilience scale* Alfi Puji Rahmawati, skala resiliensi sesuai aspek-aspek yang telah dipaparkan oleh Reivich dan Shatte, terdiri dari 7 aspek yaitu: 1) Regulasi emosi, 2) kontrol implus, 3) Optimisme, 4) Analisis kausal, 5) Empati, 6) *Self efficacy*, 7) Pencapaian.

Skala ukur pada 4 kriteria, pada item favorable jawaban berupa sangat setuju diberikan skor 4, apabila menjawab setuju diberi skor 3, tidak setuju 2, dan sangat tidak setuju dengan skor 1. Sedangkan untuk item nonfavorable jawaban berupa sangat setuju diberi skor 1, untuk setuju skor 2, tidak setuju diberi skor 3, dan sangat tidak setuju memiliki skor 4. Contoh item pada “Saya mudah marah”, dan berdasarkan uji coba reliabilitas didapat nilai sebesar $\alpha = 0,937$.



Tabel 3.2 Blue Print Skala 2 Resiliensi (*Try Out*)

| No | Aspek | Indikator | No. Item | | Jumlah |
|--------|----------------------|---|-------------|------------|--------|
| | | | (+) | (-) | |
| 1 | Regulasi emosi | Mengontrol emosi, memusatkan perhatian dan perilaku | 15, 22 | 1, 8, *29 | 5 |
| 2 | Kontrol implus | Pengendalian emosi, pikiran, dan perilaku | *2,16, 30 | *9,*23 | 5 |
| 3 | Optimisme | Melihat masa depan dengan cemerlang, percaya akan perubahan yang lebih baik jika disertai usaha | 3,17, 21 | 10, 24 | 5 |
| 4 | Analisis kausal | Fleksible, mampu menganalisis masalah, tidak menyalahkan orang lain atas kesalahan yang dibuat | 12, 33 | *5, 19, 26 | 5 |
| 5 | Empati | Mampu membaca kondisi emosional dan psikologis orang lain, peka terhadap tanda-tanda non verbal, mampu menempatkan posisi pada orang lain | *4, 18, *32 | *11, *25 | 5 |
| 6 | <i>Self efficacy</i> | Mampu mengatur dan melaksanakan tindakan untuk mencapai yang diinginkan, mampu memecahkan masalah | 6, 13, 20 | *27, *34 | 5 |
| 7 | Pencapaian | Mampu meningkatkan aspek dalam hidup, mampu melihat kesempatan dalam hidup | 7, 35, 21 | 14, 28 | 5 |
| Jumlah | | | 19 | 16 | 35 |

*item tidak valid

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa setelah dilakukan *try out* kepada 20 mahasiswa tingkat akhir yang mempunyai kriteria yang sama 11 item yang tidak valid dan harus digugurkan yakni nomor 2, 4, 5, 9, 11, 23, 25, 27, 29, 32, 34. Dari 35 item yang digunakan, tersisa 24 item yang valid yaitu: 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 24, 26, 28, 30, 31, 33, 35.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam hal ini Peneliti menggunakan beberapa metode pengumpulan data, adalah sebagai berikut:

1. Skala

skala yang digunakan adalah skala *likert*, yakni skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi individu atau populasi terhadap suatu fenomena ataupun gejala sosial yang telah ditetapkan oleh peneliti, yang disebut variabel penelitian. Pernyataan maupun pertanyaan akan diisi oleh responden berbentuk skala *likert* yang memiliki gradasi yang sangat positif hingga sangat negatif yang diungkapkan dengan kata-kata.¹⁰

2. Observasi

Menurut Crewell, “observasi kualitatif” merupakan observasi yang didalamnya peneliti langsung turun kelapangan untuk mengamati perilaku dan aktifitas individu-individu dilokasi penelitian.¹¹

Bentuk observasi yang peneliti lakukan yakni pengamatan terhadap subjek. Hasil dari observasi ini adalah peneliti mendapatkan gambaran secara langsung dilapangan.

3. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan ini dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan

¹⁰ Adhita Dessy Wulandari, *Penelitian Pendidikan: Suatu Pendekatan Praktik dengan Menggunakan SPSS*, (Ponorogo: STAIN Po Pres, 2012), h. 73

¹¹ John W Creswell, *RESEARCH DESIGN pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*, terjemah oleh Achmad Fawaid (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), h. 267.

pertanyaan) dan terwawancara (*interview*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan. Peneliti melakukan wawancara dengan beberapa pihak seperti pengurus pondok, serta salah satu subjek.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian, sesuai dengan metode yang di gunakan yaitu kuantitatif. Data yang berhubungan dengan angka-angka, baik yang di peroleh dari pengukuran maupun nilai suatu data.

Peneliti disini menggunakan analisis regresi linear sederhana, yang merupakan salah satu metode regresi yang dapat dipakai sebagai alat inferensi statistik untuk menentukan pengaruh sebuah variabel bebas (*independen*) terhadap variabel terikat (*dependen*) menggunakan bantuan aplikasi *IBM SPSS 25*.