

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Metodologi Penelitian**

Metodologi penelitian merupakan suatu cara atau teknik yang disusun secara terarah, sistematis dan teratur yang digunakan oleh seorang peneliti untuk mengumpulkan data yang berupa informasi untuk mendapatkan sesuatu yang diinginkan. Secara umum, metode penelitian yang akan di pilih oleh seorang peneliti sangat bergantung dengan bidang atau area yang akan diteliti, situasi, serta kondisi saat penelitian serta hasil akhir apa yang dikendaki.<sup>51</sup>

##### **1. Pendekatan/metode penelitian**

Adapun penelitian yang digunakan dalam metode penelitian ini adalah Studi Komparatif. Studi komparatif adalah penelitian yang membandingkan keberadaan satu variable atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda atau pada waktu yang berbeda.<sup>52</sup> Oleh karena itu, penggunaan studi komparatif dalam penelitian ini adalah dengan membandingkan antara konsep kedua tokoh dan sejauh mana solusi yang kedua tokoh tawarkan dalam konsep bahagia dan kesehatan mental.

Studi Komparatif (*Comparative Study*) atau Studi Kausal Komparatif (*Causal Comparative Study*) merupakan jenis penelitian yang digunakan

---

<sup>51</sup>Indrayanto, *Metodologi Penelitian*, (Palembang, Noefikri, 2017) h.91.

<sup>52</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2012).

untuk membandingkan antara dua kelompok atau lebih dari suatu variable tertentu. Tujuan penelitian komparatif adalah untuk melihat perbedaan dua atau lebih situasi, peristiwa, kegiatan, atau program yang sejenis atau hampir sama yang melibatkan semua unsur atau komponennya.<sup>53</sup>

Menurut Bernadib yang dimaksud dengan studi komparatif adalah usaha untuk menemukan kesamaan dan perbedaan dari data atau fakta tertentu.<sup>54</sup> Studi komparatif dalam bahasan ini dilakukan dalam rangka melihat bagaimana konsep pemikiran Jean B Rosenbaum tentang konsep bahagia dan kesehatan mental dan pemikiran Zakiah Daradjat tentang konsep bahagia dan Kesehatan Mental, sehingga jelas letak persamaan dan perbedaan teori konsep bahagia dan kesehatan mental tersebut.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif merupakan penelitian yang dimaksud untuk memahami fenomena

---

<sup>53</sup>Indrayanto, *op.cit.*, h.26-27.

<sup>54</sup>Imam Barnadid, *Pemikiran Tentang Metode Pada Pendidikan Perbandingan* (Yogyakarta: Adicita Karya Nusa, 2002), h.7.

tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata maupun bahasa.<sup>55</sup>

Maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa dalam penelitian ini menggunakan penelitian yaitu studi komparatif yang menggunakan pendekatan penelitian Kualitatif, yang penelitian membandingkan keberadaan satu variable atau lebih dan tidak hanya dalam kegiatan membaca dan mencatat data yang dikumpulkan, tetapi peneliti bisa mengumpulkan ke tahap-tahap penelitian kepustakaan dengan analisa atau menelaah buku-buku, literature, catatan dan laporan terdahulu yang berkaitan dengan konsep bahagia dan kesehatan mental supaya untuk menumbuhkan mental yang sehat pada kepribadian seorang yang untuk mendapatkan kebahagiaan sejati yang didapatkan dari buku dan jurnal karya ilmiah lainnya.

## **2. Data dan Sumber Data**

Penelitian ini merupakan penelitian komparatif. Maka sumber data ini bersifat kepustakaan atau berasal dari berbagai *literature* diantaranya adalah buku, jurnal, surat kabar, dokumen pribadi dan lain sebagainya. Untuk lebih jelasnya, maka sumber data di penelitian ini dibedakan menjadi sumber primer dan sumber sekunder, dengan uraian sebagai berikut ini :

### **a. Sumber Data Primer**

Sumber data primer adalah sumber data pokok yang langsung dikumpulkan peneliti dari objek penelitian.<sup>56</sup> Sumber data primer adalah

---

<sup>55</sup>Lexy J Meleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT Grafindo Persada, 2013) h.7.

data pokok yang berkaitan langsung di kumpulkan peneliti dari objek penelitian, yaitu penelitian pada buku berjudul “*Pintu Bahagia*” Karya Jean B Rosenbaum diterbitkan oleh Nuansa, Bandung pada tahun 2010 dan buku “*Kesehatan Mental*” karya Zakiah Daradjat di terbitkan oleh Gunung Agung, Jakarta pada tahun 2016.

#### **b. Sumber Data Sekunder**

Sumber sekunder adalah sumber data tambahan yang menurut peneliti menunjang data pokok.<sup>57</sup> Adapun sumber sekunder pada penelitian ini adalah buku-buku lain yang mengkaji tentang konsep yang berbasis pengalaman.

Buku-buku yang masuk sebagai sumber sekunder di jadikan sebagai pendukung data primer. Artinya buku ini berposisi sebagai pendukung buku primer untuk menguat Konsep Bahagia dan Kesehatan Mental berbasis pengalaman yang ada di buku primer. Adapun Sumber data sekunder yang menjadi landasan dalam peneliian ini adalah buku dan jurnal sebagai berikut:

- 1) Buku ”*Kesehatan Mental: Perspektif Psikologis dan Agama*” karya Syamsu Yusuf dan di terbitkan PT. Remaja Rosdakarya, Bandung pada tahun 2018.

---

<sup>56</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2012) h. 15.

<sup>57</sup> Mahmud, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2011) h. 152.

---

- 2) Buku "*Kesehatan Mental : Dalam Kehidupan*" karya Siti Sundari dan diterbitkan Renika Cipta, Jakarta pada tahun 2008.
- 3) Buku "*Zakiah daradjat tentang peran pendidikan islam terhadap kesehatan mental*" karya Muh. Mawangir diterbitkan LPMP Uin Raden Fatah, Palembang pada tahun 2014.
- 4) Jurnal "*Kesehatan dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam*" karya Zulkarnain, Mawa'izh, vol.10. no.1 pada tahun 2019.
- 5) Nyimas Anisah Muhammad, *Konsep Bahagia Menurut Al-Quran*, Yogyakarta, Idea Press Yogyakarta pada tahun 2014.
- 6) Skripsi "*Konsep Bahagia Menurut Al-ghazali*" karya Ulil Albab dan diterbitkan IAIN Purwokerto pada tahun 2020.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data.<sup>58</sup> Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai seting, berbagai sumber, dan berbagai cara.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan teknik dokumentasi, yaitu mengadakan survey bahan kepustakaan untuk mengumpulkan bahan-bahan dan *studi literature* yakni mempelajari bahan-bahan yang berkaitan dengan objek penelitian dengan melakukan penelaahan terhadap berbagai buku-buku, literatur, catatan, serta berbagai jurnal yang

---

<sup>58</sup> Indrayanto, *Metodologi Penelitian* (Palembang: Noefikri, 2017) h.178.

berkaitan dengan masalah yang ingin dipecahkan. Selain itu teknik yang digunakan adalah teknik catat, karena data nya berupa teks. Sedangkan langkah-langkah pengumpulan data yakni membaca berulang-ulang buku panduan praktis yaitu Pintu Bahagia dan Kesehatan Mental kemudian mencatat kalimat-kalimat yang mengandung isi kehidupan sehari-hari atau mental yang sehat.

Karena penelitian ini merupakan kajian tentang Konsep Bahagia dan Kesehatan Mental dan penulis mengumpulkan data dengan cara pencatatan dan pengamatan pada buku-buku pedoman baik sumber primer maupun sumber sekunder.

#### **4. Teknik Analisis Data**

Teknik Analisis data merupakan bagian penting dalam penulisan karya ilmiah. Menurut Nasution, yang menyatakan bahwa dalam penelitian proses analisis data dimulai sejak merumuskan masalah, sebelum berlangsung, pada saat berlangsung hingga sampai penulisan hasil penelitian.<sup>59</sup> teknik analisis data ini biasanya digunakan peneliti untuk mengkaji perilaku manusia secara tidak langsung melalui analisis terhadap komunikasi mereka seperti buku, teks, essay, Koran, novel, jurnal dan semua jenis yang dapat dianalisis.

Maka dari itu penelitian ini menggunakan Analisis Isi (*Content Analysis*), Penelitian ini menggunakan Analisis isi (*Content Analysis*) atau

---

<sup>59</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2018), h. 245.

kajian isi adalah metodologi penelitian yang memanfaatkan seperangkat prosedur untuk menarik kesimpulan yang shahih dari sebuah buku atau dokumen.<sup>60</sup> Sementara Harold D. Lasswell menyatakan bahwa analisis isi (*Content Analysis*) adalah penelitian yang bersifat pembahasan mendalam terhadap isi suatu informasi tertulis ataupun tercetak dalam media massa. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa analisis isi adalah suatu cara penelitian dengan tahapan tertentu untuk mengambil inti dari suatu gagasan maupun informasi yang kemudian ditarik sebuah kesimpulan secara deduktif yaitu menarik kesimpulan dari pernyataan-pernyataan yang bersifat umum kepada khusus, sehingga penyajian hasil penelitian ini dapat dipahami dengan mudah.

---

<sup>60</sup>Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), h.220.