

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai suatu metode yang berdasarkan pada filsafat positivisme dimana metode ini digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, yang mana pengumpulan datanya menggunakan rangkaian instrumen penelitian seperti test, angket, wawancara terstruktur dan instrumen yang telah terstandar kemudian analisis datanya bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.¹ Adapun penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasional, dimana penelitian ini melihat hubungan antara kedua variabel.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Adapun variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel terikat dan variabel bebas.

Variabel Bebas(X) : Tawakal

Variabel Terikat (Y) : Berpikir Positif

¹ Sugiyono, Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D, Bandung, Alfabeta, 2019, hlm 8

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Tawakal

Merupakan bentuk penyerahan secara keseluruhan yang dilakukan oleh Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang yang menyerahkan suatu urusan, perkara kepada Allah dan tidak akan dekat dengan sifat keraguan tentang sesuatu yang sudah menjadi rencana dan keputusan Allah.

2. Berpikir Positif

Merupakan suatu metode berpikir yang terlatih untuk memandang diri Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang dari arah yang positif sehingga akan menghasilkan sikap, perasaan, perbuatan dan perkataan yang tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain serta tidak bertentangan dengan norma yang berlaku. Juga sebagai titik terang dari pikiran yang bersumber dari hal-hal yang positif yang mampu memotivasi Mahasiswa untuk membangun kehidupan yang lebih baik. Selain itu, berpikir positif juga dapat mengajarkan dan menuntun Mahasiswa untuk menjauhi hal-hal negatif yang bisa melemahkan semangat perubahan dalam jiwanya.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan/universe dari subjek/objek yang hendak dikenai generalisasi yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dikaji dan kemudian ditarik kesimpulan. Jadi populasi itu bukan hanya sekedar membahas tentang subjek/orang akan tetapi

objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga memiliki suatu karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu sendiri sehingga dapat diprediksi hasil analisis dari pada karakteristik populasi tersebut.² Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang yang berjumlah 149 orang.

2. Sampel

Sampel adalah perwakilan atau sebagian dari jumlah dan karakteristik ataupun ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasinya besar dan peneliti tidak mungkin mengambil secara keseluruhan, misalnya keterbatasan dana, tenaga dan waktu sehingga peneliti cukup mengambil sampel saja dari populasi tersebut. Oleh karena itu, dalam pengambilan sampel harus benar-benar representif (mewakili) dari pada populasi. Dalam penelitian ini, pengambilan sampelnya menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengambilan sampelnya didapat dari populasi yang dilakukan secara sederhana (*simple*) kemudian dilakukan secara *random* (acak) tanpa memperhatikan tingkatan/strata yang ada dalam populasi tersebut.³ Karena teknik pengambilan secara acak, maka setiap anggota populasi memiliki kesempatan untuk dapat dipilih menjadi anggota sampel. Sampel yang digunakan disini sesuai dengan pendapat ahli yaitu Gay dan Diehl yang mengatakan bahwa untuk pengambilan sampel dalam penelitian deskriptip maka jumlah sampel yang dibutuhkan itu sebanyak 10% dari populasi, jika penelitian korelasional maka sampel yang dibutuhkan minimumnya adalah 30

² Sugiyono, Metode Penelitian..., hlm 80

³ Sugiyono, Metode Penelitian..., hlm 81

subjek.⁴ Dalam penelitian ini termasuk kedalam kategori penelitian korelasional, sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang yang berjumlah 60 orang dari 40% populasi yang masih aktif mengikuti perkuliahan.

E. Metode Pengumpulan Data

Adalah suatu sistem atau cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengolah atau mengumpulkan data agar dapat memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian. Tujuan tersebut diungkapkan dalam bentuk jawaban sementara (hipotesis) terhadap pertanyaan penelitian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian.⁵ Instrumen penelitian akan digunakan untuk melakukan pengukuran dengan tujuan menghasilkan data kuantitatif yang akurat, maka setiap instrumen harus mempunyai skala. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *likert* yang memiliki gradasi dimulai dari sangat setuju sampai dengan sangat tidak setuju.

Penggunaan skala *likert* akan memudahkan peneliti untuk menganalisis variabel yang akan diukur kemudian dijabarkan sehingga menjadi indikator penelitian, kemudian indikator tersebut akan dijadikan sebagai tolak ukur untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan. Subjek akan diminta memilih salah satu jawaban yang telah disediakan oleh peneliti. Dalam penelitian ini menggunakan sebuah angket/kuesioner, dimana

⁴ Tan, Soraya Triasri Alatan dan Yohanes Sondang Kunto, Pengaruh Film Marketing MIX Terhadap Kepuasan Audience Untuk Menonton Sekuel Film "X-MEN: Days Of Future Past", *Jurnal Manajemen Pemasaran Petra*, Vol. 2, No. 1, 2014, hlm 6

⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hlm 8.

dalam kuesioner tersebut terdapat beberapa macam pernyataan/pertanyaan yang berhubungan erat dengan masalah penelitian. Penyusunan format *item* yang digunakan pada skala variabel adalah format respon yang terdiri dari item favorable dan unfavorable. Jawaban dari setiap instrumen yang menggunakan skala *likert* mempunyai gradasi dari sangat setuju-sangat tidak setuju,⁶ adapun pilihan alternatif jawaban dan skor setiap *item* dalam tawakal dan berpikir positif pada mahasiswa dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 1
Skor Skala *Likert*

Alternatif Jawaban	Skor	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Setelah dilakukannya identifikasi alat ukur dari masing-masing variabel, maka langkah berikutnya yaitu pembuatan *blue print*, yang akan memberikan gambaran mengenai isi skala dan menjadi tolak ukur atau acuan bagi peneliti untuk tetap berada pada lingkup dari acuan tersebut. Pada penyusunan angket/instrumen, peneliti membuat kisi-kisi yang terdiri dari dua skala pengukuran penelitian yaitu skala tawakal dan skala berpikir positif yang diperoleh dari masing-masing aspek variabel penelitian.

1. Skala Tawakal

Penyusunan skala tawakal ini, format *item* yang digunakan adalah format respon atau jawaban. Untuk skala pada tawakal peneliti akan membuat sebanyak 50 *item* dari 4 aspek tawakal. Masing-masing *item* terdiri dari *item favorable*

⁶ Sugiyono, Metode Penelitian..., hlm 92-94

(pernyataan yang mendukung) dan *unfavorable* (pernyataan yang tidak mendukung). Gambaran mengenai *blueprint* pada skala tawakal dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 2
Blue Print Skala Tawakal

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Mengetahui tentang Allah	Mengetahui Asmaul Husna (Sifat-sifat) Allah	1, 3, 4, 5, 7	2, 6, 8, 9, 10	10
	Mengetahui Kekuasaan, perlindungan dan pertolongan Allah	12, 13	11	3
Menetapkan sebab dan akibat	Keberhasilan/kemashalatan tergantung dari usaha atau ikhtiar Individu	15, 16	14, 17	4
	Bersyukur atas nikmat yang telah diberikan Allah	18, 21	19, 20	4
Menyandarkan hati hanya kepada Allah	Berikhtiar dan bertawakal tanpa mengikat harapan itu di hatinya	22, 24, 25	23, 26	5
	Berdoa	27, 29	28	3
Ketundukan dan kepasrahan hati kepada Allah	Taat atau patuh pada ajaran agama seperti menjalankan kewajiban dan menjauhi larangan Allah	30, 32, 33, 36, 38, 40, 43, 44	31, 34, 35, 37, 39, 41, 42	15
	Menerima segala ketentuan dan ketetapan dari Allah	46, 47, 48, 50	45, 49	6
Jumlah				50

2. Skala Berpikir Positif

Penyusunan skala yang kedua yaitu berpikir positif, format *item* yang digunakan adalah format respon atau jawaban. Untuk skala berpikir positif

peneliti akan membuat sebanyak 35 item dari 4 aspek berpikir positif. Masing-masing item terdiri dari *item favorable* (pernyataan yang mendukung) dan *unfavorable* (pernyataan yang tidak mendukung). Gambaran mengenai *blueprint* pada skala berpikir positif dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 3
Blue Print Skala Berpikir Positif

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Harapan yang positif	Memusatkan perhatian pada kesuksesan dan optimis	1, 5, 6, 9, 10	2, 3, 4, 7, 8	10
	Bijaksana dalam memutuskan suatu persoalan	11, 13	12	3
	Membuang jauh perasaan takut akan kegagalan	15	14, 16	3
Afirmasi diri	Percaya akan kemampuan diri	17, 18	19, 20	4
	Mengoptimalkan atau memanfaatkan kelebihan yang ada pada diri	21, 22, 23	-	3
Pernyataan yang tidak menilai	Berpikir secara rasional dan objektif	24, 25, 26, 27	-	4
	Tidak fanatik dalam menghadapi sesuatu yang tidak menyenangkan	28, 29, 30, 31, 32, 33	-	6
	Dapat menggambarkan keadaan pada diri sendiri	36	34, 35, 37	4
Penyesuaian diri terhadap kenyataan	Menerima kenyataan hidup	38, 41	39, 40, 42	5
	Menjauhkan diri dari penyesalan	43, 44, 45		3
	Tidak menyalahkan diri	46, 50	47, 48, 49	5
Jumlah				50

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Instrumen yang valid merupakan suatu alat ukur yang digunakan dalam mengumpulkan data (mengukur) itu valid. Valid artinya instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.⁷ Sehingga validitas mengandung arti seberapa jauh tingkat kesahihan baik ketetapan ataupun kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas dalam suatu penelitian sangatlah penting karena hal tersebut menjadi acuan dalam menentukan keilmiahan atau keabsahan hasil suatu penelitian.

Dalam penelitian ini menggunakan uji validitas *pearson product moment* yang berfungsi untuk mengetahui keabsahan atau kevalidan kuesioner atau angket yang digunakan oleh peneliti dalam mengukur dan memperoleh data penelitian dari responden. *Item* yang digunakan dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan korelasi antara skor *item* dan skor total *item*, dengan pengukuran validitasnya dapat dilakukan dengan bantuan *software* pengolah data. Dasar pengambilan uji validitas *pearson* dapat diketahui apabila nilai r hitung lebih besar dari pada r tabel maka dikatakan valid dan sebaliknya, apabila nilai r hitung lebih kecil dari r tabel maka dikatakan tidak valid. Dalam hal ini peneliti menggunakan r tabel dengan $N: 20$ dengan taraf signifikan 5%. Maka diperoleh nilai r tabel sebesar 0,444. Adapun cara lain yang juga bisa menguji tingkat kevalidan suatu data yaitu dengan melihat nilai signifikan (Sig): Jika nilai signifikan $< 0,05 = \text{Valid}$, sedangkan Jika nilai signifikan $> 0,05 = \text{Tidak Valid}$.

⁷ Sugiyono, Metode Penelitian..., hlm 121

2. Reliabilitas

Reliabilitas dapat diartikan sebagai alat pengumpul data yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana hasil yang diperoleh dalam suatu pengukuran dapat dipercaya atau konsistensi. Hasil yang diperoleh tersebut dikatakan dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap beberapa subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif atau dominan sama selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah.⁸

Peneliti menggunakan uji reliabilitas instrumen yang dalam pengukuran hasilnya dengan menggunakan teknik koefisien *alpha cronbach* (α) dengan tujuan untuk melihat apakah kuesioner memiliki konsistensi jika pengukuran tersebut dilakukan secara berulang-ulang. Perhitungan koefisien *Alpha Cronbach* dapat dilakukan dengan menggunakan Program SPSS for Windows Versi 25.0. Menurut Azwar besarnya koefisien reliabilitas berkisar antara angka 0 sampai 1. apabila nilai reliabel mendekati angka 1 maka semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya koefisien yang mendekati angka 0 maka semakin rendah reliabilitasnya.⁹

G. Teknik Analisis Data

Dalam mengolah atau menguji data pada penelitian ini, akan dinilai secara statistik dengan menggunakan korelasi *product moment oleh Pearson*. Dengan menggunakan teknik korelasi *product moment*, maka akan memudahkan peneliti dalam menganalisis korelasional yang dapat dipakai untuk mengetahui ataupun membuktikan hipotesis hubungan kedua variabel tersebut, yaitu ada atau

⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hlm 3

⁹ Syarifuddin Azwar, *Tes Prestasi*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2009, hlm 188

tidaknya hubungan tawakal terhadap berpikir positif. Analisis data penelitian ini akan menggunakan program *Statistical Program for Social Science (SPSS) version 25.0 for Windows*.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui bahwa sebaran data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas menggambarkan bahwa sampel diambil berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Pada output SPSS terdapat jenis hasil per hitungan yaitu *Kolmogorof Smirnov*. Kriteria pengujian normalitas menurut versi ini, jika nilai sig > 0,05, maka dapat dinyatakan instrumen variabel berdistribusi normal ataupun sebaliknya jika nilai sig < 0,05 maka dinyatakan instrumen berdistribusi tidak normal.¹⁰ Pada penelitian ini dilakukan uji normalitas ini menggunakan *Kolmogorof Smirnov* dengan bantuan *SPSS for windows* Versi 25.0.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Uji tersebut digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi atau *regresi linear*. Pada penelitian ini menggunakan *test for devition from linearity* dengan bantuan *SPSS for windows* versi 25.0 dengan taraf signifikansi = **0,05**. Kriteria linearitas yaitu apabila nilai Sig > 0,05 maka dapat dinyatakan bahwa kedua variabel bersifat linearity ataupun sebaliknya apabila

¹⁰ Kamadi, Sunariah dan Nia Siti, *Pasuan Modern Penelitian Kuantitatif*, Sukabumi: Alfabeta, 2013, hlm 117

nilai Sig < 0,05 maka dapat dinyatakan bahwa kedua variabel itu tidak bersifat linearity.¹¹

3. Uji Hipotesis

Setelah uji prasyarat terpenuhi, peneliti melakukan uji hipotesis dengan menggunakan statistik parametrik. Secara statistik hipotesis diartikan sebagai pernyataan mengenai keadaan populasi (parameter) yang akan diuji kebenarannya berdasarkan data yang diperoleh dari sampel penelitian (statistik) jadi maksudnya adalah taksiran keadaan populasi melalui sampel.¹² Dalam melakukan uji hipotesis peneliti menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dengan taraf Signifikansi 0,05. Apabila nilai Sig > 0,05 maka dapat dinyatakan bahwa kedua variabel tidak berkorelasi ataupun sebaliknya apabila nilai Sig < 0,05 maka dapat dinyatakan bahwa kedua variabel itu berkorelasi.¹³ Tujuan dari uji hipotesis ini adalah untuk menentukan hubungan dua variabel yaitu tawakal dan berpikir positif pada Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang.

Tabel 4

Acuan Interpretasi Koefesien Korelasi¹⁴

Interval Koefesien	Tingkat Hubungan
0.00-0.199	Sangat rendah/ tidak ada hubungan
0.20-0.399	Rendah
0.40-0.599	Cukup
0.60-0.799	Kuat
0.80-1.00	Sangat kuat

¹¹ Kasmadi..., Pasuan Modern..., hlm 120

¹² Sugiyono, Metode Penelitian..., hlm 242

¹³ Kasmadi..., Pasuan Modern..., hlm 120

¹⁴ Kasmadi, Pasuan Modern..., hlm 132

