

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran *coping stress* yang dilakukan oleh santri di Pondok Pesantren Al-Mu'minien Indramayu.

#### B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Al- Mu'minien yang terletak di di Desa Lohbener Blok Bojong Karang Malang (Jongkara) Indramayu. Waktu penelitian dilakukan sejak bulan Januari 2015 sampai dengan Desember 2015.

**Tabel 3.1**

**Rincian Waktu Penelitian**

No	Waktu	Kegiatan
1	Januari-Mei	Seminar Proposal
		Revisi Proposal
		Studi Pendahuluan
		Merevisi BAB I
2	Juni-September	BAB II dan BAB III
3.	Oktober-Desember	Uji Instrumen oleh Ahli
		Uji Coba Instrumen
		Turun Lapangan
		Menyelesaikan BAB IV dan BAB V

### **C. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan jenis penelitian survei. Penelitian deskriptif merupakan suatu bentuk penelitian yang berusaha mengamati atau menyelidiki secara kritis suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi pada saat sekarang<sup>1</sup>, oleh karena itu penelitian ini bersifat gambaran terhadap suatu objek yang diteliti. Sedangkan penelitian jenis survei merupakan penelitian menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data terhadap sampel dari suatu populasi<sup>2</sup>. Tujuan penelitian survei yaitu untuk mengambil suatu generalisasi dari gambaran sifat keadaan yang berlangsung pada saat penelitian dilaksanakan, serta memeriksa sebab-sebab dari gejala tertentu<sup>3</sup> sehingga penelitian survei menggunakan banyak sampel agar representatif dengan karakteristik penelitian.

### **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

#### **1. Populasi Penelitian**

Menurut Arikunto populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian<sup>4</sup>. Hal senada dikemukakan pula oleh Margono bahwa populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian dalam suatu lingkup dan waktu pada saat

---

<sup>1</sup> Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, ( Jakarta:Rineka Cipta, 2007),h.29

<sup>2</sup> Singarimbun, *Metode Penelitian Survei* (Jakarta : LP3ES,2006), h.3

<sup>3</sup> Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, ( Jakarta:Rineka Cipta, 2007),h.29

<sup>4</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekata Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta,2010), h.173

penelitian dilakukan<sup>5</sup>. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri MTS di Pondok Pesantren Al-Mu'minien yang berjumlah 317 santri. Adapun rinciannya adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.2**  
**Rincian Populasi Santri MTS Pondok Pesantren Al-Mu'minien**

No	Jenjang Pendidikan	Laki-laki	Perempuan	Total
	MTS			
1	VII	53	43	96
2	VIII	66	58	124
3	IX	52	45	97
Jumlah		147	142	317

## 2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel merupakan sebagian atau wakil populasi yang diteliti.<sup>6</sup> Menurut sugiyono sendiri sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi<sup>7</sup>, oleh karena itu sampel yang diambil harus representatif atau mewakili tujuan penelitian. Penentuan sampel pada penelitian ini digunakan *Probability Sampling* yaitu pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi tiap unsur populasi untuk dipilih

---

<sup>5</sup>Margono, *Loc. Cit*,h.118

<sup>6</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* ( Jakarta: Rineka Cipta,2010), h.174

<sup>7</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2008),h.117

menjadi anggota sampel<sup>8</sup> sehingga setiap individu berpeluang untuk menjadi sampel penelitian. Langkah berikutnya dirujuk dengan teknik *Propotional Stratified Radom Sampling* yang artinya pengambilan sampel dari populasi yang mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional<sup>9</sup>, dalam hal ini populasi penelitian bersifat heterogen karena meneliti santri/siswa Madrasah Tsanawiyah yang terdiri dari jenjang kelas VII, VIII dan XI.

Sampel pada penelitian ini menggunakan batas toleransi kesalahan 5% dengan taraf kepercayaan 95% terhadap poplasi. Untuk menentukan sampel yang representatif pada setiap jenjang dengan mengambil taraf kesalahan sebesar 5% (0,05) dengan mempertimbangkan keterbatasan biaya, waktu dan tenaga sesuai dengan yang dikemukakan oleh Husaini Usman dan Purnomo Setiadi dalam menentukan sampel perlu mempertimbangkan hal-hal di atas<sup>10</sup> selain itu jika menggunakan taraf kepercayaan 1% (0,01) artinya sampel yang digunakan sangat banyak sehingga akan berpengaruh pada kesulitan untuk mencapai ketelitian dalam pengolahan data,oleh karena itu penulis menyesuaikan pemilihan taraf

---

<sup>8</sup> *Ibid.*,h.82

<sup>9</sup> *Ibid*

<sup>10</sup> Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, Pengantar Statistika, (Bumi Aksara : Jakarta,2008),h.187

kepercayaan dengan kondisi penulis dan di lapangan. Adapun pengambilan sampel, yakni dengan menggunakan rumus Slovin<sup>11</sup> sebagai berikut:

Keterangan :

n : Besaran sampel

N : Besaran populasi

e : Nilai kritis (batas ketelitian) yang diinginkan

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Berdasarkan rumus penarikan sampel di atas, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

$$n = \frac{317}{1 + (317 \times 0.05^2)}$$

$$n = 317 / 1,79$$

$$n = 177 \text{ santri}$$

Berdasarkan perhitungan di atas, maka jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 177 santri. Adapun pengambilan sampel dari tiap jenjang dengan menggunakan teknik *propotional stratified random sampling* adalah sebagai berikut :

$$n = \frac{\text{jumlah populasi kelas}}{\text{jumlah populasi keseluruhan}} \times \text{jumlah sampel yang ditentukan}^{12}$$

<sup>11</sup>Bambang Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah, Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasi, (Jakarta: P,T.Raja Grafindo Persada,2005),h.137-138

<sup>12</sup> Purwanto, Metode Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi dan Pendidikan (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), p.253

- a. Kelas VII =  $96/317 \cdot 177 = 53,60$  dibulatkan menjadi 54
- Lk =  $53/317 \cdot 177 = 29,59$  dibulatkan menjadi 30
  - Pr =  $43/317 \cdot 177 = 24,01$  dibulatkan menjadi 24
- b. Kelas VIII =  $124/317 \cdot 177 = 69,23$  dibulatkan menjadi 69
- Lk =  $66/317 \cdot 177 = 36,85$  dibulatkan menjadi 37
  - Pr =  $58/317 \cdot 177 = 32,38$  dibulatkan menjadi 32
- c. Kelas IX =  $97/317 \cdot 177 = 54,16$  dibulatkan menjadi 54
- Lk =  $52/317 \cdot 177 = 29,03$  dibulatkan menjadi 29
  - Pr =  $45/317 \cdot 177 = 25,12$  dibulatkan menjadi 25

**Tabel 3.3**  
**Rincian Sebaran sampel Penelitian**

No	Kelas	Lk	Pr	Jumlah
1	VII	30	24	54
2	VIII	37	32	69
3	IX	29	25	54
<b>Total</b>		96	81	177

#### E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian menggunakan angket *coping stress*.

## 1. Definisi Konseptual

Secara konseptual, *coping* diartikan sebagai usaha dalam rangka mengubah pikiran atau perilaku untuk mengatur dan mengendalikan tuntutan dan tekanan dari luar maupun dari dalam sedangkan *coping stress* merupakan pikiran dan tindakan yang realistis dan fleksibel untuk memecahkan masalah dengan cara mengurangi *stress* melalui tiga cara yakni *problem focused coping*, *emotion focused coping* dan *maladaptive coping* sesuai dengan teori yang dirujuk oleh penulis.

## 2. Definisi Operasional

Secara operasional, *coping stress* merupakan total skor yang diperoleh responden melalui angket yang mengukur dimensi *Problem Focused Coping*, *Emotion Focused Coping* dan *Maladaptive Coping*. Ketiga dimensi tersebut terdiri dari 15 indikator, yakni *active coping* (perilaku aktif mengatasi stres), *planning* (perencanaan), *suppression of competing activities* (penekanan kegiatan lain), *restraint coping* (penundaan perilaku mengatasi stres), *seeking social support for instrumental reasons* (mencari dukungan sosial sebagai alasan pendukung), *social support* (mencari dukungan sosial untuk alasan emosional), *positive reinterpretation and growth* (interpretasi secara positif dan pengembangan diri), *acceptance* (penerimaan), *denial* (penolakan), *turning to religion* (kembali kepada agama), *focus on and venting of emotions* (fokus pada pembebasan dari

emosi), *behavioral disengagement* (pelepasan perilaku), *mental disengagement* (pelepasan mental) berdasarkan rujukan kajian teoritis peneliti.

### 3. Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono, instrumen penelitian adalah suatu alat atau yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati<sup>13</sup> dalam penelitian ini instrumen yang akan digunakan berupa instrumen kuesioner atau angket. Instrumen penelitian yang digunakan berupa angket atau kuesioner tertutup. Kuesioner adalah suatu alat pengumpul informasi yang berisi sejumlah pernyataan tertulis untuk dijawab secara tertulis pula oleh responden<sup>14</sup> sehingga responden dapat menjawab instrumen sesuai dengan kondisi yang dialaminya. Kuesioner tertutup adalah kuesioner yang sudah disediakan jawabannya, sehingga responden hanya memilih alternatif jawaban yang sesuai dengan yang telah disediakan<sup>15</sup> sehingga responden dapat memilih alternatif jawaban yang paling sesuai dengan dirinya. Instrumen ini menggunakan skala *Likert*. Skala ini digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang

---

<sup>13</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, kualitatif dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2008),h.102

<sup>14</sup>Margono, Metodologi Penelitian Pendidikan, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007),h.167

<sup>15</sup> Suharsmi Arikunto, Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Jakarta:Rineka Cipta,2010),h.211

fenomena sosial<sup>16</sup>. Fenomena sosial dalam penelitian ini yaitu *coping stress* santri yang selanjutnya dijadikan variabel penelitian.

Skala Likert ini dibuat dengan menggunakan empat alternatif jawaban, yaitu selalu (SL), sering (SR), jarang (JR) dan tidak pernah (TP). Penulis menggunakan 4 pilihan jawaban karena penggunaan 5 pilihan jawaban akan memberikan kecenderungan responden memilih pada kategori tengah sehingga dapat menyebabkan peneliti memperoleh informasi yang tidak pasti<sup>17</sup> oleh karena itu dianjurkan untuk menggunakan kategori pilihan genap. Pemberian skor pada masing-masing alternative jawaban dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.4**  
**Pembobotan Skor pada Alternatif Jawaban Instrumen**

Pilihan	Positif	Negatif
Selalu (SL)	4	1
Sering (SR)	3	2
Jarang (JR)	2	3
Tidak Pernah (TP)	1	4

Kesloner penelitian ini mengukur *coping stress* berdasarkan teori yang dikembangkan oleh Charles. S. Carver & Michael F. Scheier, adapun kisi-kisi instrument penelitian dapat dilihat pada lampiran

<sup>16</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2009), h.134

<sup>17</sup> Hamid, Darmadi, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2011), h.106

#### 4. Uji Coba Instrumen

Untuk mengukur tingkat ketepatan instrumen, peneliti melakukan uji coba instrumen terlebih dahulu dengan melakukan penyebaran instrumen tertutup pada 40 santri Madrasah Tsanawiyah di Pondok Pesantren Al-Mu'minien dalam upaya mengatasi *stress*. Tingkat keketetapan atau kesahihan instrumen yang dimaksud adalah validitas dan reliabilitas.

##### 1) Uji Validitas Butir Instrumen

Arikunto menyatakan bahwa validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen.<sup>18</sup> Hal ini dilakukan agar instrumen mampu menghasilkan data sesuai dengan ukuran sesungguhnya. Validitas isi merupakan penentuan sejauh mana isi alat pengukur mewakili semua aspek yang dianggap sebagai aspek kerangka konsep<sup>19</sup>. Suatu butir yang valid dapat dipercaya untuk mengukur variabel yang diteliti. Menurut Sugiyono, ada beberapa macam jenis validitas. Pada Instrumen ini digunakan dua jenis validitas yakni validitas isi dan validitas eksternal<sup>20</sup>

Validitas isi dilakukan terlebih dahulu sebelum melakukan validitas eksternal. Pengujian validitas isi dikarenakan instrumen penelitian disusun

---

<sup>18</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta:Rineka Cipta, 2010), h. 211.

<sup>19</sup> Masri Singarimbud dan Sodian Efendi, *Metode Penelitian Survei*, ( Jakarta :LP3ES,1995), h.128

<sup>20</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta,2012),h.129

berdasarkan teori tertentu dan dirancang dengan menggunakan kisi-kisi instrumen kemudian dikonsultasikan kepada para ahli (*expert judgement*). Pada penelitian ini, instrumen dikonsultasikan pada dua dosen ahli, kemudian diujicobakan dan dianalisis. Uji validitas menggunakan rumus Korelasi Product Moment karena untuk menguji daya diskriinasi dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distributor skor *all item* dengan distribusi skor skala itu sendiri<sup>21</sup>. Rumus Korelasi Product Moment sebagai berikut<sup>22</sup>:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  : Koefisien korelasi antara X dan Y

N : Jumlah subjek uji coba

X : Nilai dari X (skor tiap item)

Y : Nilai dari Y (skor tiap item)

$\sum X^2$  : Jumlah kuadrat nilai X

$\sum Y^2$  : Jumlah kuadrat nilai Y

Kriteria instrumen dikatakan valid dan layak digunakan dalam pengambilan data jika  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  atau  $r_h \geq r(N-2)(\alpha) = r_h \geq$  sebaliknya jika

<sup>21</sup> Sifuddin Azwar, Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012,h.81

<sup>22</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta:Rineka Cipta, 2010), h. 213

$r_{hitung} \leq r_{tabel}$  , maka butir tidak valid dan tidak layak digunakan untuk pengambilan data karena tidak memenuhi persyaratan. Pada praktiknya analisis butir pada instrumen ini dilakukan dengan menggunakan *software SPSS versi 20*.

Hasil uji coba 78 item diperoleh item yang dinyatakan valid sebanyak 54 butir, sedangkan item yang drop berjumlah 24 butir yaitu:

**Tabel 3.5**  
**Hasil Uji Validitas Butir**

<b>Butir Pernyataan</b>	<b>Valid</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Tidak Valid</b>	<b>Jumlah</b>
Positif	2,3,5,9,11,12,15,17,18 27,28,30,35,37,38,40,4 2,43,47,50,53,58,60,62 ,64,69,70,74,76,77	30	1,8,13,16,21,32 ,33 66,68	9
Negatif	4,10,19,20,23,24,25,29 ,31,36,39,45,49,51,52, 54,55,59,61,65,71,72,7 3,78,	24	6,7,14,22,26,34 ,41,44,46,48,56 ,57,63,67,75	15

Uji coba instrumen *coping stress* dilakukan pada sampel uji dalam populasi yang sama tetapi bukan pada sampel penelitian yang sesungguhnya. Hasil uji validitas dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 20 dapat dilihat pada lampiran.

## 2) Uji Reliabilitas Butir Instrumen

Selain harus valid, syarat alat ukur yang baik adalah harus reliabel .Suharsimi Arikunto menyatakan bahwa reliabilitas menunjukkan pada satu

pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik.<sup>23</sup> Uji reliabilitas yaitu mengujikan tingkat kehandalan atau konsistensi. Dalam penelitian ini untuk menguji reliabilitas digunakan rumus *Alpha Cronbach*<sup>24</sup> karena instrumen menggunakan skala bertingkat sebagai alat ukur.

$$r_{II} = \left[ \frac{K}{K-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sum \sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:  $r_{II}$  : Reabilitas intrumen

K : Banyak butir

$\sum \sigma b^2$  : Jumlah varian butir

$\sum \sigma_t^2$  : Jumlah varian total

Kriteria pengujian reliabilitas pada item pernyataan reliabel dengan menggunakan interpretasi terhadap koefisien korelasi dari tabel r, sebagai berikut:

**Tabel 3.6**  
**Evaluasi Koefesien Reliabilitas**

Koefesien Reliabilitas	Interpretasi
>.800-1	Sangat Tinggi
.0.600-0.799	Tinggi
.0.400– .0.599	Cukup Tinggi
.0.200 – .0.399	Rendah
0.0< 0.199	Sangat Rendah (Tidak Diterima)

<sup>23</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta:Rineka Cipta, 2010, h.221

<sup>24</sup> *Ibid*, h.239

Setelah melakukan uji validitas, butir pernyataan yang digunakan dalam instrumen penelitian dihitung reliabilitasnya dengan menggunakan bantuan *software SPSS* versi 20. Perhitungan reliabilitas instrumen *Coping Stress* pada Santri Madrasah tingkat Tsanawiyah di Pondok Pesantren Al-Mu'miien mendapatkan korelasi reliabilitas sebesar 0,919 yang diinterpretasikan sangat tinggi artinya instrumen *reliable* untuk digunakan.

**Tabel 3.7**  
**Hasil Uji Reliabilitas Menggunakan SPSS Versi 20.0**

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Cronbach's Alpha	N of Items
.919	52

## 5. Instrumen Final

Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas yang telah dilakukan, sebanyak 54 item yang valid disusun kembali untuk menyeimbangkan dimensi variabel penelitian. Sebanyak tiga butir pernyataan diperbaiki

kembali, sehingga sejumlah 52 butir pernyataan dinyatakan sebagai instrumen final. Tabel kisi-kisi instrumen final dapat dilihat pada lampiran.

#### F. Teknik Analisis Data Statistik

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistic deskriptif dengan teknik persentase. Sebelum dibuat persentase terlebih dahulu dibuat kategorisasi. Kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini disebut kategorisasi bukan-jenjang (nominal).<sup>25</sup> Ketegorisasi pada penelitian ini akan mengelompokkan kecenderungan *coping stress* yang digunakan oleh santri Madrasah Tsanawiyah di Pondok Pesantren Al-Mu'minien. Pengelompokkan kecenderungan penggunaan *coping stress* dalam penelitian ini menggunakan skor z dengan kriteria  $\geq 50$  dikemukakan oleh Azwar diperoleh dengan rumus sebagai berikut<sup>26</sup>:

$$\mathbf{Z\text{-skor}} = \frac{X - \mu}{SD}$$

Keterangan:

X : Skor Responden                      SD : Standar Deviasi  
 $\mu$  : Rata-rata

---

<sup>25</sup>Syaifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2012), h.150

<sup>26</sup> *Ibid*, h.150

Selanjutnya, berdasarkan permasalahan yang diteliti, data akan diolah dengan menggunakan tabel persentase. Analisis data akan menggunakan rumus sebagai berikut<sup>27</sup>:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Proporsi (persentase)

F = Frekuensi responden

N = Jumlah respond

---

<sup>27</sup> Anas Sudjino, *Pengantar Statistik Pendidikan*,(Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010),h.43