

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian komparasi. Menurut Dra. Aswani Sudjud (dalam Arikunto, 2006: 267) mengatakan jika penelitian komparasi akan dapat menemukan persamaan-persamaan dan perbedaan-perbedaan tentang benda-benda, tentang orang, tentang prosedur kerja, tentang ide-ide, kritik terhadap orang, kelompok, terhadap suatu ide atau suatu prosedur kerja. Dalam hal ini, peneliti menggunakan rancangan penelitian komparasi untuk menemukan perbedaan regulasi emosi antara Penghafal Qur'an 30 Juz dengan penghafal Qur'an 5 juz di Pondok Pesantren Nurul Qur'an, Patokan, Kraksaan, Probolinggo.

Adapun pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif, yaitu penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metoda statistika (Azwar, 1998: 5).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian sosial dan psikologi, satu variabel tidak mungkin hanya berkaitan dengan satu variabel lain saja melainkan selalu saling pengaruhi dengan banyak variabel lain. Oleh karena itu seorang peneliti perlu melakukan

identifikasi terlebih dahulu terhadap variabel penelitiannya (Azwar, 1998: 60-61). Penelitian ini menggunakan variabel tunggal, yakni regulasi emosi. Dimana kedua kelompok dalam penelitian ini akan sama-sama diukur regulasi emosinya. Kelompok pertama yakni Penghafal Qur'an 1-15 Juz dan Penghafal Qur'an 16-30 juz di Pondok Pesantren Nurul Qur'an Kraksaan, Probolinggo.

C. Definisi Operasional

Azwar (1998: 74) menyatakan jika definisi operasional merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Adapun definisi operasional dari variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. **Regulasi Emosi** : Suatu proses intrinsik dan ekstrinsik yang dapat mengontrol serta menyesuaikan emosi yang muncul pada tingkat intensitas yang tepat untuk mencapai suatu tujuan yang meliputi kemampuan mengatur perasaan, reaksi fisiologis, cara berpikir seseorang, dan respon emosi (ekspresi wajah, tingkah laku dan nada suara) serta dapat dengan cepat menenangkan diri setelah kehilangan kontrol atas emosi yang dirasakan.
2. **Penghafal Qur'an 1-15 Juz** : Santri yang tinggal di sebuah Pondok Pesantren, yang di dalam aktivitas kesehariannya ia belajar dan mengaji serta menghafal al-qur'an minimal 1 juz dan maksimal 15 juz, sebagai seorang santri yang menghafal al-qur'an, ia memiliki kewajiban untuk

menambah dan mengulang hafalannya, untuk kemudian meyetorkan hafalannya kepada seorang Ustadz.

3. **Penghafal Qur'an 16-30 Juz** : Santri yang tinggal di sebuah Pondok Pesantren, yang di dalam aktivitas kesehariannya ia belajar dan mengaji serta menghafal al-qur'an minimal 16 dan maksimal 30 juz, sebagai seorang santri yang menghafal al-qur'an, ia memiliki kewajiban untuk menambah dan mengulang hafalannya, untuk kemudian meyetorkan hafalannya kepada seorang Ustadz.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Sugiyono (2010: 61) menyatakan jika populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri penghafal qur'an di Pondok Pesantren Nurul Qur'an, Patokan, Kraksaan, Probolinggo. Santri Penghafal Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Qur'an berjumlah 643. Jumlah tersebut terdiri dari para santri dengan hafalan yang beragam. Berikut daftar jumlah santri penghafal qur'an berdasarkan hafalan qur'annya:

Tabel 3.1 Data Populasi Penelitian

No Kamar	Jumlah Santri tiap	Jumlah santri berdasarkan Hafalan
-----------------	---------------------------	------------------------------------------

	Kamar	1-15 Juz	16-30 Juz
1	50	3	2
2	50	2	5
3	50	4	3
4	50	3	2
5	50	4	4
6	50	2	2
7	50	4	0
8	50	3	2
9	43	2	4
10	40	3	2
11	40	5	1
12	40	2	1
13	40	5	0
14	40	2	1
Total Populasi	643	29	44

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2010: 62). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling* jenis *purposive sampling*, karena pengambilan sampel dalam penelitian ini tidak memberikan kesempatan sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah santri Penghafal Qur'an Pondok Pesantren Nurul Qur'an yang memiliki jumlah hafalan 1-15 juz dan 16-30 juz. Tabel di bawah ini menunjukkan jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 3.2 Data Sampel Penelitian

Jumlah Hafalan	Jumlah
-----------------------	---------------

	Santri
1-15 Juz	31
16-30 Juz	31
Total Sampel	62

E. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2006: 222) metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala dan Dokumentasi, berikut pemaparannya:

1. Skala

Skala merupakan sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis yang digunakan untuk mengungkap suatu konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar, 2006).

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Skala Regulasi Emosi yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi yang telah dikemukakan Gross (2007). Jenis skala yang digunakan dalam alat ukur ini adalah skala Likert, yaitu suatu skala yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang dapat mengekspresikan sikap atau konstruk psikologi lainnya (Anastasi & Urbina, 1997). Subjek atau responden dapat mengidentifikasi dirinya terhadap pertanyaan-pertanyaan yang mengukur konstruk psikologi tersebut melalui pilihan jawaban yang biasanya berupa suatu skala yang gradual.

2. Wawancara

Wawancara adalah suatu dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk memperoleh informasi yang terwawancara (Arikunto, 2011: 137). Wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini bertujuan untuk menggali informasi terkait deskripsi lokasi penelitian dan penggalian data sekunder terkait regulasi emosi para penghafal qur'an di Pondok Pesantren Nurul Qur'an. Dimana wawancara tersebut ditujukan kepada pemilik dan pengasuh pondok Nurul Qur'an Kraksaan, Probolinggo.

3. Dokumentasi

Selama tahap persiapan dan proses penelitian, peneliti juga mengumpulkan dokumen-dokumen yang berupa dokumen publik (seperti koran, makalah, laporan kantor) ataupun dokumen *private* (seperti buku harian, diary, surat, e-mail). (Creswell, 2013: 270). Peneliti memfokuskan data dokumentasi yang berupa arsip, riwayat data santri, buku profil Pondok Pesantren, dan dokumentasi lain yang relevan dengan data penelitian.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan Skala Regulasi Emosi yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi yang telah dikemukakan Gross (2007). Jenis skala yang digunakan dalam alat ukur ini adalah skala Likert, yaitu suatu skala yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang dapat mengekspresikan sikap atau konstruk psikologi lainnya (Anastasi & Urbina, 1997). Subjek atau responden dapat mengidentifikasi dirinya terhadap pertanyaan-pertanyaan yang mengukur konstruk psikologi tersebut melalui pilihan jawaban yang biasanya berupa suatu skala yang gradual.

Alat ukur dalam penelitian ini meliputi dua jenis pernyataan yang meliputi pernyataan berkonotasi positif (*favourable*) dan pertanyaan berkonotasi negatif (*unfavourable*). Kedua jenis pertanyaan tersebut diberikan dalam skala ini untuk menguji kekonsistenan jawaban responden ketika dihadapkan pada pernyataan yang konotasinya berbeda.

Skala regulasi emosi yang disusun oleh peneliti memiliki empat pilihan jawaban yang gradual, mulai dari “sangat tidak sesuai” hingga “sangat sesuai”. Dalam proses skoringnya, pilihan jawaban pada tiap pernyataan positif (*favourable*) ditransformasi ke dalam bentuk angka dengan cara memberikan skor satu (1) untuk jawaban “sangat tidak sesuai (STS)”, kontinu hingga jawaban “sangat sesuai (SS)” yang diberi skor empat (4). Untuk pernyataan negatif (*unfavourable*), pilihan jawaban “sangat tidak sesuai (STS)” diberi skor 4, “tidak sesuai (TS)” diberi skor 3, “sesuai (S)” diberi skor

2, dan “sangat sesuai (SS)” diberi skor 1. Alat ukur regulasi emosi ini menggunakan skala ukur yang genap untuk menghindari jawaban netral dan dibatasi hanya pada empat pilihan jawaban agar tidak ada jawaban yang ekstrim.

Tabel berikut memaparkan uraian indikator perilaku dari aspek-aspek regulasi emosi yang menjadi dasar disusunnya aitem-aitem dalam penelitian ini:

Tabel 3.3 *Blue Print* Skala Regulasi Emosi (Adaptasi Gross & John, 2003)

Variabel	Aspek	Indikator Perilaku	Jumlah Aitem		
			F	UF	
Regulasi Emosi	<i>Strategies to emotion regulation (strategies)</i>	Keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah. Memiliki	2	2	
		Kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif.	2	2	
		Mampu dengan cepat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.	2	2	
	<i>Engaging in goal directed behavior (goals)</i>	Kemampuan untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakan.	2	2	
		Mampu tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.	2	2	
		Kemampuan untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakan.	2	2	
	<i>Control emotional responses (impulse)</i>	Merespon emosi yang ditampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara).	3	3	
		Mampu menunjukkan respon emosi yang tepat.	3	3	
	<i>Acceptance of emotional response (acceptance)</i>	Kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negative.	3	3	
		Tidak merasa malu saat merasakan emosi negative	3	3	
	Total Aitem			24	24

G. Uji Instrumen Penelitian

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrument (Arikunto, 2006, 168). Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud. Peneliti menggunakan validitas konstruk karena peneliti ingin melihat seberapa tepat instrumen yang disusun dapat mengukur sampel tingkat laku berdasarkan konstruk yang diukur.

Rumus korelasi yang digunakan adalah yang dikembangkan oleh Pearson (dalam Arikunto, 2006: 170) yang dikenal dengan rumus korelasi *product moment* sebagai berikut:

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

Dengan pengertian :

r_{xy} = Koefisien Korelasi antara X dan Y

y = Jumlah perkalian antara X dan Y

X = Jumlah kuadrat X

Y = Jumlah kuadrat Y

N = Jumlah sampel

Suatu alat ukur dinyatakan valid apabila nilai r yang diperoleh dari hasil perhitungan (r_{xy}) lebih besar daripada nilai r_{tabel} dengan taraf signifikan 5%.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merujuk pada satu pengertian bahwa sesuatu alat ukur cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena alat ukur tersebut sudah baik. Alat ukur yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan sesuatu (Arikunto, 2006: 176).

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik rumus Cronbach Alpha, dikarenakan alat ukur yang akan diuji memiliki skor pilihan jawaban 1 sampai 7. Adapun rumus Alpha sebagai berikut :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_t^2}{\sigma_t^2} \right)$$

r_{11} = reliabilitas instrumen

k = banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma_t^2$ = jumlah varians butir

σ_t^2 = varians total

H. Prosedur Penelitian

Berikut adalah prosedur penelitian yang digunakan oleh peneliti :

1. Tahap Persiapan

Sebelum peneliti turun ke lapangan untuk menggali data, peneliti terlebih dahulu melakukan studi dokumentasi untuk mempelajari setting lingkungan di Pondok Pesantren Nurul Qur'an Kraksaan, Probolinggo. Studi dokumentasi yang dimaksud adalah dengan mempelajari kepustakaan terkait situasi dan kondisi Pondok Pesantren Nurul Qur'an, keadaan santri penghafal Qur'an, rekapitulasi data jumlah santri penghafal Qur'an berdasarkan tingkatan sekolahnya, hingga riwayat santri yang bermasalah. Studi dokumentasi ini peneliti lakukan untuk mempelajari sepenuhnya keadaan dan setting lingkungan Pondok Pesantren Nurul Qur'an berdasarkan data yang terdokumentasikan.

2. Tahap Perizinan

Setelah merumuskan masalah dan sebelum turun ke lokasi penelitian, peneliti meminta surat izin penelitian dari Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang untuk selanjutnya diberikan kepada Pengasuh Pondok Pesantren Nurul Qur'an, Patokan, Kraksaan, Probolinggo.

3. Tahap Pelaksanaan

Sebelum peneliti menyebarkan skala penelitian, peneliti terlebih dahulu menguji-cobakan alat ukur berupa skala Regulasi Emosi di Pondok Pesantren Nurul Huda, Situbondo. Setelah mendapatkan Skala Regulasi Emosi dengan validitas dan reliabilitas yang baik, barulah peneliti turun ke lokasi penelitian yang sebenarnya untuk menggali data penelitian terkait perbedaan regulasi emosi antara Penghafal Quran 1 – 15 Juz dengan penghafal Qur'an 16 – 30 juz di Pondok Pesantren Nurul Qur'an, Patokan, Kraksaan, Probolinggo.

4. Tahap Pasca Pelaksanaan

Pada tahap ini, peneliti melakukan pengolahan data dari hasil skala Regulasi Emosi. Pengolahan data tersebut meliputi pengumpulan data, *skoring*, kategorisasi data, hingga pendeskripsian data dengan menggunakan rumus-rumus yang telah disebutkan sebelumnya.

I. Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui apakah ada perbedaan regulasi emosi antara penghafal qur'an 1-15 juz dengan penghafal qur'an 16-30 juz, maka digunakannya teknik analisis uji beda atau t-test. Aplikasi program Statistical Program for Social Science (SPSS) versi 20 berfungsi sebagai media bantu untuk menganalisa data secara keseluruhan.

Data-data hasil penelitian yang telah didapat selanjutnya dianalisis sebagai upaya menjawab rumusan masalah dan hipotesis yang telah dipaparkan sebelumnya. Berikut analisis data yang digunakan dalam penelitian ini:

1. Uji *Independent Sample T-test*

Teknik analisis statistik *t-test* adalah merupakan teknik statistik parametris yang digunakan untuk menguji komparasi data ratio atau interval (Sugiyono, 2010: 137). Sedangkan Uji *independent sample t-test* digunakan untuk membandingkan rata-rata dari dua kelompok yang tidak berhubungan satu dengan yang lain, apakah kedua group tersebut mempunyai rata-rata yang sama atautkah tidak secara signifikan. Jika dilihat dari rancangan penelitian ini, maka teknik analisis *independent sample t-test* merupakan analisis data yang sesuai dengan penelitian komparasi ini. Teknik analisis Uji Beda atau *t-test* digunakan peneliti untuk menjawab hipotesis penelitian yang bertujuan untuk mencari perbedaan tingkat regulasi emosi antara penghafal qur'an 1-15 juz dengan penghafal qur'an 16-30 juz di Pondok Pesantren Nurul Qur'an, Patokan, Kraksaan, Probolinggo.

Rumus Uji *Independent Sample T-test* :

$$t_{1-2} = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left[\frac{SD_1^2}{n_1 - 1} \right] + \left[\frac{SD_2^2}{n_2 - 1} \right]}}$$

2. Analisis Deskriptif

Teknik analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai subjek penelitian berdasarkan data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti (Azwar, 1998: 126). Data deskriptif berguna untuk mendukung interpretasi terhadap teknik analisis lainnya. Pendeskripsian ini dilakukan dengan cara mengklasifikasi skor subjek sesuai dengan norma kelompok sebelum dilakukan perhitungan prosentase. Pengklasifikasian dilakukan dengan menggunakan norma kelompok yang disusun penulis menggunakan mean (rata-rata) dan standar deviasi (Azwar, 2005).

Kategorisasi variabel berjenjang dengan mengacu pada skor standar deviasi digunakan untuk mengetahui tingkat regulasi emosi dari masing-masing penghafal qur'an 1-15 juz dan penghafal qur'an 16-30 juz. Selanjutnya, untuk mengetahui deskripsi masing-masing aspek, maka perhitungannya didasarkan pada distribusi normal yang diperoleh dari mean dan standar deviasi. Dari hasil ini kemudian dilakukan pengelompokan menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 3.4 Rumus Kategorisasi Analisis Deskriptif

Kategori	Rumus
Tinggi	$X \geq (M+1SD)$
Sedang	$(M-1SD) \leq X < (M+1SD)$
Rendah	$X < (M-1SD)$

3. Analisis Prosentase

Rumus prosentase digunakan untuk menghitung jumlah prosentase dari masing-masing kategori yang ada pada subjek penelitian, sehingga akan muncul prosentase tingkatan regulasi dari masing-masing kategori tinggi, kategori sedang, dan kategori rendah. Berikut rumusnya :

$$p = \frac{f}{N} \times 100$$

Keterangan :

p : Prosentase

f : Frekuensi

N : Jumlah Subjek

