

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini merupakan jenis penelitian *survey*, merupakan penelitian yang dilakukan pada populasi besar atau kecil, tetapi data yang dipelajari adalah data dari sampel yang diambil dari populasi tersebut.¹ Yaitu dengan mengambil sampel dari suatu populasi menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data pokok. Dalam penelitian ini, kuesioner dibagikan kepada sampel dari populasi yang akan diteliti yaitu mahasiswa Prodi PAI angkatan tahun 2017 IAIN Kudus yang bertujuan untuk memperoleh data-data yang konkrit tentang pengaruh intensitas melakukan puasa Senin Kamis terhadap kecerdasan emosional.

Pendekatan dalam penelitian ini yang digunakan peneliti adalah pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan yang menekankan analisis pada data *numerical* (angka) yang diolah dengan metode statistika.² Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif karena dalam penelitian ini berlandaskan pada filsafat *positivisme*, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.³

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah suatu wilayah atau daerah tergeneralisasi yang tersusun atas obyek atau subyek dengan jumlah dan ciri tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk melakukan penelitian dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang diteliti tidak terbatas pada obyek yang akan diteliti dan banyaknya subyek, tetapi

¹Riduwan, *Metode dan Teknik Menyusun Tesis*, (Bandung: Alfabeta, 2006), 49.

²Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), 5.

³Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 8.

juga mencakup semua karakteristik obyek dan subyek yang akan dipelajari.⁴ Adapun populasi penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa Prodi PAI angkatan tahun 2017 IAIN Kudus dari kelas PAI A sampai PAI J yang berjumlah 358 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah jumlah dan karakteristik dari sebagian yang dimiliki oleh seluruh populasi tersebut. Jika populasinya besar dan peneliti tidak dapat mengkaji semua yang ada dalam populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, peneliti dapat menggunakan sampel yang diperoleh dari populasi tersebut.⁵ Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁶ Berdasarkan pengambilan sampel, peneliti memiliki tujuan untuk penelitian ini responden yang diteliti paling tidaknya pernah menjalankan puasa Senin Kamis.

Dalam pengambilan sampel pada penelitian ini, peneliti memakai teori dari pendapat Suharsimi Arikunto bahwa “Apabila jumlah responden kurang dari 100, maka sampel yang diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sedangkan apabila jumlah responden lebih besar atau lebih dari 100, maka pengambilan sampel 10%-15% atau 20%-25% atau lebih”.⁷ Maka pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah 10% dari 358 mahasiswa, yaitu $358 \times 10\% = 35,8$ dibulatkan menjadi 36. Jadi berdasarkan hal tersebut maka pengambilan sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa Prodi PAI angkatan tahun 2017 IAIN Kudus dengan jumlah 36 responden.

⁴Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 80.

⁵Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 81.

⁶Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 85.

⁷Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), 193.

C. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang memiliki bentuk apapun yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari secara mendalam sehingga diperoleh informasi penting tentang hal tersebut, kemudian peneliti mengambil kesimpulannya.⁸Salah satu syarat mutlak bagi peneliti adalah memahami variabel-variabel dan mampu menganalisis setiap variabel. Adapun dengan penelitian ini, peneliti merumuskan dua variabel yang terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat yaitu sebagai berikut:

1. Variabel bebas (*Independent Variable*)

Variabel bebas yaitu suatu variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau munculnya variabel dependen (terikat). Adapun penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah intensitas melakukan puasa Senin Kamis yang diberi simbol X, indikatornya sebagai berikut:

Tabel 3.1
Identifikasi Variabel

No	Variabel	Indikator	Sub Indikator	Skala
1	Intensitas melakukan puasa Senin Kamis (X)	1. Rutinitas melakukan puasa Senin Kamis	1. Sering melakukan puasa Senin Kamis secara rutin	Likert
			2. Konsisten dalam melakukan puasa Senin Kamis	
		2. Kesungguhan melakukan puasa Senin Kamis	1. Menghayati ketika melakukan puasa Senin Kamis	
			2. Menjiwai	

⁸Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 38.

			dalam melakukan puasa Senin Kamis	
			3. Mengambil hikmah setiap melakukan puasa Senin Kamis	
		3. Motivasi melakukan puasa Senin Kamis	1. Dorongan dari dalam diri seseorang untuk melakukan puasa Senin Kamis	
			2. Dorongan dari luar diri seseorang untuk melakukan puasa Senin Kamis	

2. Variabel terikat (*DependentVariable*)

Variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi dan muncul menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.⁹Adapun penelitian ini variabel terikatnya adalah kecerdasan emosional yang diberi simbol Y, dengan indikator sebagai berikut:

⁹Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 39.

Tabel 3.2
Identifikasi Variabel

No	Variabel	Indikator	Sub Indikator	Skala
1	Kecerdasan Emosional (Y)	1. Mengenali emosi diri	1. Mengenali dan memahami emosi diri sendiri	Likert
			2. Memahami penyebab timbulnya emosi diri sendiri	
		2. Mengelola emosi	1. Mengendalikan emosi	
			2. Mengekspresikan emosi dengan cepat	
		3. Memotivasi diri sendiri	1. Menanamkan rasa optimis	
			2. Dorongan untuk berprestasi	
		4. Mengenali emosi orang lain	1. Memahami dan menghargai perasaan orang lain	
			2. Mampu menjadi pendengar yang baik	
		5. Membina hubungan	1. Memiliki keterampilan berkomunikasi dengan baik	
			2. Dapat bekerjasama dengan orang lain	

D. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan oleh peneliti berdasarkan karakteristik variabel tertentu yang dapat diamatibeh mendalam.¹⁰ Berikut definisi operasional yang sesuai dengan tata variabel penelitian, sebagai berikut:

1. Intensitas melakukan puasa Senin Kamis (X)

Intensitas puasa Senin Kamis adalah puasayang dilakukan pada Senin dan Kamis yang dilakukan dengan hati yang ikhlas, semangat dan bersungguh-sungguh dengan niat karena Allah AWT.

2. Kecerdasan emosional (Y)

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam mengelola emosi dengan mengenali, memahami, mengendalikan dan mampu merasakan emosi pada diri sendiri maupun orang lain, sehingga dapat merespon emosi positif dalam berbagai situasi yang dapat memicu munculnya emosi-emosi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah:

1. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data menggunakan pengamatan terhadap obyek penelitian, baik secara langsung maupun secara tidak langsung. Alasan seseorang peneliti melakukan observasi adalah untuk menyajikan gambaran realistik baik perilaku, kejadian dan untuk menjawab pertanyaan.¹¹ Observasi dilakukan secara terstruktur dan sistematis, tentang apa yang diamati, kapan dan di mana tempatnya.

Secara garis besar observasi tidak hanya pada observasi yang secara langsung maupun tidak langsung dicoba, tetapi juga mencakup observasi tidak langsung misalnya kuesioner dan tes. Pada dasarnya observasi dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu:

¹⁰Masrukhin, *Statistik Deskriptif dan Inferensial Aplikasi Program SPSS dan Excel*, (Kudus: Media Ilmu Press, 2018), 9.

¹¹Hamid Darmadi, *Dimensi-dimensi Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial*, (Bandung: Alfabeta, 2013), 290.

- a. Observasi partisipan, peneliti terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian.
- b. Observasi nonpartisipan, peneliti tidak terlibat dan hanya sebagai pengamat independen.¹²

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan observasi nonpartisipan, dimana peneliti tidak harus langsung terlibat dalam populasi mahasiswa IAIN Kudus. Observasi dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran singkat mengenai IAIN Kudus.

2. Kuesioner (Angket)

Kuesioner adalah suatu teknik mengumpulkan data yang dilakukan oleh peneliti dengan cara memberikan suatu pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden dalam penelitian untuk kemudian dijawab.¹³ Peneliti menggunakan metode ini untuk mengumpulkan data penelitian tentang intensitas melakukan puasa Senin Kamis dan kecerdasan emosional.

Penelitian ini menggunakan angket tertutup, di dalam angket tertutup pertanyaan atau pernyataan meminta jawaban singkat atau meminta responden untuk memilih salah satu alternatif jawaban dari setiap pertanyaan atau pernyataan yang telah disediakan oleh peneliti.¹⁴ Oleh sebab itu, responden diminta memilih salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan. Angket dalam penelitian ini terdiri dari pernyataan atau pertanyaan yang bersifat positif dan negatif

Skala yang peneliti gunakan adalah skala *likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengsikapi, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.¹⁵ Skala *Likert* mengharuskan responden untuk memilih jawaban dari pernyataan atau pertanyaan yang telah disediakan dengan jawaban selalu (SL), sering

¹²Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 145.

¹³Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 142.

¹⁴Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, 200-201.

¹⁵Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 93.

(SR), kadang-kadang (KD) dan tidak pernah (TP). Adapun angket ini diberikan kepada Mahasiswa ProdiPAI angkatan tahun 2017 IAIN Kudus yang diambil peneliti secara acak yang minimal pernah menjalankan puasa Senin Kamis. Kemudian untuk menganalisis data, maka penilai harus memiliki beberapa standar penilaian yang baku, dengan memberikan skor yang telah ditetapkan pada tabel 3.3 yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.3
Skala Likert

Kategori	Skor
Selalu	4
Sering	3
Kadang-kadang	2
Tidak Pernah	1

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan cara mengumpulkan serta menganalisis beberapa dokumentasi baik tertulis/non-tertulis, gambar danelektronik.¹⁶ Dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh suatu informasi dari data-data penelitian yang berkaitan dengan kampus. Seperti keadaan kampus, sejarah berdirinya dan foto penelitian yang dilakukan di IAIN Kudus.

F. Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen

1. Uji Validitas

Instrumen yang dikatakan valid apabila suatu alat ukur yang digunakan untuk memperoleh informasi untuk dinyatakan valid. Valid itu berarti instrumen dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur.¹⁷ Validitas dalam suatu instrumen penelitian digunakan untuk menampilkan ketercapaian ataupun keberhasilan dalam mengukur sesuatu yang akan diukur. Penelitian ini digunakan untuk menghitung hasil validitas data tes, peneliti mencoba uji validitas isi yang melingkupi hal-hal

¹⁶Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya), 223.

¹⁷Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, 348.

yang berkaitan dengan suatu item bertujuan untuk menggambarkan pengukuran dalam suatu cakupan yang akan diukur.

Suatu instrumen penelitian dikatakan valid, jika:

- Jika korelasi r hitung $> r$ tabel maka data valid
- Jika korelasi r hitung $< r$ tabel maka data tidak valid

Selanjutnya langkah untuk menganalisa data yang telah didapatkan melalui angket, peneliti menggunakan teknik analisis statistik, yaitu teknik analisis korelasi *productmoment* dengan rumus:¹⁸

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

r_{xy} = Koefisien korelasi antara X dan Y

N = Jumlah sampel

$\sum XY$ = Jumlah perkalian antara skor X dan skor Y

$\sum X$ = Jumlah seluruh skor X (skor item)

$\sum Y$ = Jumlah seluruh skor Y (skor total)

$\sum X^2$ = Jumlah kuadrat skor X

$\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat skor Y

Uji validitas digunakan untuk mengetahui valid tidaknya instrumen pada suatu angket. Uji validitas menggunakan skala pengukuran yaitu skala *Likert*. Instrumen angket yang tidak valid akan dibuang dan yang valid akan digunakan sebagai soal instrumen untuk penelitian. Perhitungan validitas dilakukan dengan bantuan Ms. Excel.

2. Reliabilitas Instrumen

Uji Reliabilitas adalah uji yang digunakan sebagai alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari suatu variabel. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal, jika jawaban dari seseorang terhadap kenyataan konsisten atau stabil dari waktu ke waktu jika fenomena diukur tidak berubah.

Untuk melakukan uji reliabilitas melalui program SPSS dengan menggunakan uji statistik *alphacronbach*. Adapun kriterianya apabila instrumen itu dikatakan reliabel, maka nilai yang didapat dalam proses pengujian uji statistik *alphacronbach* $> 0,60$ dan sebaliknya jika

¹⁸Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, 356.

alphacronbach ditemukan angka koefisien lebih kecil ($<0,60$), maka dikatakan tidak reliabel.¹⁹

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh peneliti setelah mengumpulkan data dari seluruh responden atau sumber data lain. Teknik analisis data adalah mengelompokkan berbagai data ke dalam tabel berdasarkan variabel dan data semua responden, kemudian menyajikan data dari masing-masing variabel penelitian dan melakukan perhitungan statistik untuk menguji hipotesis yang sebelumnya diajukan oleh peneliti.²⁰

Untuk pengelolaan data sebagai langkah yang peneliti lakukan dalam teknik analisis terhadap data yang terkumpul, oleh karena itu peneliti melakukan tiga tahapan, yaitu:

1. Analisis Pendahuluan

Analisis pendahuluan ini menjelaskan data yang sudah dikumpulkan oleh peneliti tentang pengaruh intensitas melakukan puasa Senin Kamis terhadap kecerdasan emosional mahasiswa Prodi PAI angkatan tahun 2017 IAIN Kudus. Adapun penskoran pada angket ini adalah menggunakan skala *Likert* yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat serta persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.²¹ Pada setiap item pilihan di dalam angket akan diberi penskoran dengan standar sebagai berikut:

- a. Pada alternatif jawaban SL (Selalu) akan diberi nilai skor 4 untuk soal yang bersifat positif (*favourable*) dan nilai skor 1 untuk soal negatif (*unfavourable*).
- b. Pada alternatif jawaban SR (Sering) akan diberi nilai skor 3 untuk soal positif (*favourable*) dan nilai skor 2 untuk soal negatif (*unfavourable*).

¹⁹Masrukhin, *Statistik Deskriptif dan Inferensial Aplikasi Program SPSS dan Excel*, 139.

²⁰Sugiyono, *Metode Penelitian Kauntitatif, Kualitatif dan R&D*, 147.

²¹Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 93.

- c. Pada alternatif jawaban KD (Kadang-kadang) akan diberi nilai skor 2 untuk soal positif (*favourable*) dan nilai skor 3 untuk soal negatif (*unfavourable*).
- d. Pada alternatif jawaban TP (Tidak pernah) akan diberi nilai skor 1 untuk soal positif (*favourable*) dan nilai skor 4 untuk soal negatif (*unfavourable*).²²

2. Analisis Uji Hipotesis

Uji hipotesis asosiatif dilakukan dengan memanfaatkan rumus analisis regresi linear sederhana. Analisis regresi linear sederhana akan dilakukan apabila hubungan dua variabel tersebut berupa hubungan kausal atau fungsional. Adapun langkah-langkah membuat persamaan regresi adalah sebagai berikut:

- a. Menyiapkan tabel kerja
- b. Mencari nilai koefisien korelasi antara dua variabel, dengan rumus:

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

r_{xy} : angka indeks korelasi *productmoment*

N : Jumlah Responden

ΣXY : Jumlah hasil perkalian antara skor X dan Y

ΣX : Jumlah skor X

ΣY : Jumlah skor Y

- c. Mencari nilai harga a dan b dengan rumus:

$$a = \frac{(\Sigma Y)(\Sigma X^2) - (\Sigma X)(\Sigma XY)}{n(\Sigma X^2) - (\Sigma X)^2}$$

$$b = \frac{n\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{n\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2}$$

- d. Membuat garis Regresi

Garis regresi dapat digambarkan berdasarkan persamaan yang telah ditemukan.

- e. Menyusun persamaan rumus regresi dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$Y^1 = a + bX$$

Y^1 : Subyek dalam variabel dependen yang diprediksikan.

²²Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 94.

- a : Harga Y bila $X = 0$ (harga konstan).
b : Angka koefisien.
X : Subyek variabel independen yang memiliki nilai tertentu.

- f. Melakukan analisis varians garis regresi dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$F_{reg} = \frac{R^2 (N-M-1)}{M (1-R^2)}$$

Keterangan:

F_{reg} : Harga F garis regresi.

N : Jumlah responden.

M : Jumlah *predictor*(variabel X).

R : Koefisien korelasi X dan Y.

3. Analisis Lanjut

Analisis lanjut merupakan analisis yang digunakan oleh peneliti untuk membuat interpretasi lebih lanjut dengan cara perbandingan antara nilai frekuensi yang telah diketahui (F_{reg}) dengan nilai F_{tabel} pada taraf 5%. Analisis ini digunakan setelah diperoleh hasil dalam koefisien antara X dan Y.

Adapun interpretasi yang digunakan adalah uji signifikansi hipotesis asosiatif dengan menguji pengaruh intensitas melakukan puasa Senin Kamis (X) terhadap kecerdasan emosional (Y) yaitu dengan mencari nilai F_{hitung} dengan F_{tabel} . Sedangkan untuk mencari tingkat signifikansi regresi sederhana adalah sebagai berikut:

$$F_{reg} = \frac{R^2 (N-M-1)}{M (1-R^2)}$$

Keterangan:

F_{reg} : Harga F garis regresi

N : Jumlah responden

M : Jumlah prediktor

R : Koefisien korelasi X dan Y

Kriteria pengujiannya adalah:

- Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak atau H_a diterima
- Jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka H_0 diterima atau H_a ditolak.