

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah:

1. Variabel bebas : Dzikir
2. Variabel tergantung : Stres

B. Definisi Operasional

1. Stres

Stres adalah suatu reaksi psikologis dan fisiologis yang mengganggu dan terjadi ketika ada stimulus-stimulus tertentu dari lingkungan yang mengancam individu. Tinggi rendahnya stres dapat diketahui melalui skor skala stres. Semakin tinggi skor yang diperoleh semakin tinggi stres yang dialami.

2. Dzikir

Dzikir adalah menyebut, menuturkan, mengingat, mengerti, ucapan lisan, getaran hati sesuai dengan cara-cara yang diajarkan agama, dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah SWT. Hal ini dapat diperoleh melalui skor yang diungkap melalui skala dzikir. Semakin tinggi skor yang diperoleh semakin tinggi dzikir yang dilakukan.

3. Santri

Santri adalah anak muda dan dewasa yang tinggal di pesantren untuk

menyerahkan dirinya sebagai anak didik pada seorang kyai untuk belajar ilmu-ilmu agama Islam secara lebih mendalam.

C. Subjek Peneiitian

Subjek dalam penelitian ini adalah santri santri Pondok Pesantren Ki Ageng Giring, yang berusia 18-25 tahun ke atas, belum menikah dan belum bekerja. Pengambilan datanya dilakukan pada sejumlah santri di pondok Ki Ageng Giring sejumlah 80 responden.

*

D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala. Skala yang digunakan adalah skala dzikir yang disusun penulis dengan memodifikasi skala Sri Afrianti (1999). Sedangkan skala stres disusun penulis dengan memodifikasi skala Erlina Listyanti Widuri (1995). Dalam penelitian ini skala yang digunakan termasuk tipe pilihan, yaitu subyek penelitian diminta memilih salah satu di antara beberapa alternatif jawaban yang sudah disiapkan.

Asumsi peneliti dalam menggunakan metode skala ini untuk mengungkapkan tingkat dzikir dan tingkat stres yang dimiliki subyek karena : (1) Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya, (2) Apa yang dinyatakan subjek adalah dapat dipercaya, serta (3) Interpretasi subjek tentang pertanyaannya maupun pernyataan yang diucapkan adalah sama dengan yang dimaksudkan (Hadi, -1986).

Skala penelitian ini secara garis besar terdiri dari dua bagian yaitu :

1. Bagian pertama mengungkap data identitas subjek penelitian yang meliputi :

- a. Nama
 - b. Pendidikan
 - c. Jenis kelamin
 - d. Tanggal pengisian skala
 - e. Usia
2. Bagian kedua merupakan skala yang mengandung aitem-aitem pernyataan sikap dan perilaku yang meliputi:
- a. Skala dzikir
 - b. Skala stres

1. Skala stres.

Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek stres yang dikemukakan oleh Crider dkk (1983). Aspek-aspek tersebut telah dijelaskan dimuka.

Dari aspek-aspek tersebut dikembangkan 60 aitem (40 aitem *favourabel* dan 20 aitem *unfavourabel*). Dalam angket ini disediakan empat alternatif jawaban, yaitu "sangat sesuai"(ss), "sesuai" (s), "tidak sesuai" (ts), "sangat tidak sesuai" (sts), yang bergerak dari skor empat sampai satu untuk aitem yang *favourabel* dan satu sampai empat untuk aitem yang *unfavourabel*. Adapun kisi-kisi skala stres dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1
Blue Print Skala Stres

ASPEK	FAVOURABLE	UNFAVOURABLE	JUMLAH
Gejala Fisiologis	1, 5, 15, 22, 24, 25, 38, 39, 40,41,42, 46	3, 8, 16, 17, 26, 50, 52	19
Gejala Emosional	2, 6, 9, 10, 12, 32, 33, 34, 45, 54, 58, 30	7, 20,21,31,37, 56, 57, 59	20
Gejala Kognitif	4, 11, 13, 14, 18, 19, 23, 27, 28, 29, 30, 35, 44, 47, 49, 53,	36, 43,48,51,55	21
Jumlah aitem	40	20	60

2. Skala Dzikir

Skala dzikir bertujuan untuk mengetahui tingkat aktifitas dzikir pada subyek. Skala dzikir yang disusun oleh Afnanti (1999) dan selanjutnya di modifikasi penulis ini terdiri dari aspek aspek yang merupakan rangkaian dari bebeapa teori tentang dzikir. Aspek-aspek tersebut antara lain:

- a. *Niut*, yang dikevjakan sebelum dzikir.
- b. *Taqarub*, yaitu merasa dekat sekali dengan Allah bila sedang berdzikir.
- c. *Tadlaru'*, yaitu merasa senang disertai perasaan "hina dan kecil dihadapan Allah.
- d. *Liqa'*, yaitu merasa berjumpa dengan Allah saat berdzikir.
- e. *Ihsan*, yaitu perasaan bahwa ia melihat dan dekat dengan Allah.
- f. *Khauf*, yaitu rasa takut akan kekuatan dan kekuasaan Allah .
- g. *Tawadlu'*, yaitu selalu tenang dihadapan Allah.

Skala dzikir terdiri dari 70 pertanyaan tentang perasaan subyek yang melakukan dzikir. Adapun kisi-kisi tentang skala dzikir dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2
Blue Print Skala Dzikir

ASPEK	FAVOURABLE	UNFAVOURABLE	JUMLAH
<i>Nial</i>	1,4,17,28,49	2,3,22,27,40	10
<i>Taqarub</i>	5,19,30,41,54,55	16,29,51,59	10
<i>Tadlaru'</i>	7,31,43,47,52	8,36,42,53,60	10
<i>Liqa'</i>	9,18,23,26,44	6,10,45,61,66	10
<i>Ihsan</i>	11,24,34,56,68	12,14,35,46,64	10
<i>Khauf</i>	13,21,48,58,70	32,37,50,65,67	10
<i>Tawadlu</i>	15,20,33,38,39,57,63	25,62,69	10
Total	38	32	70

Aitem-aitem pada skala ini mempunyai rentang mulai dari : "tidak pernah", "jarang sekali", "jarang", "sering sekali", dan "selalu". Bobot penilaian skala

dzikir bergerak dari 1 - 6. Skor 1 adalah bobot paling rendah yang diberikan dan 6 adalah bobot paling tinggi yang diberikan. Untuk aitem-aitem yang bersifat *favourable* skor 6 diberikan pada pernyataan "selalu" kemudian berturut-turut di bawahnya sampai pada skor 1, yakni pada pernyataan "tidak pernah" sedangkan aitem-aitem yang bersifat *unfavourable* skor 6 diberikan dan pernyataan-pernyataan "tidak pernah" kemudian berturut-turut di bawahnya, sampai pada skor 1, yakni pada pernyataan "selalu".

E. Validitas dan Reliabilitas.

Validitas dan Reliabilitas persyaratan utama yang harus dimiliki oleh sebuah alat ukur yang baik. Validitas suatu alat ukur menyatakan ketepatan dan kecermatan alat ukur tersebut (Azwar, 1993). Untuk memperoleh validitas dan reliabilitas dilakukan uji coba, kemudian dianalisis secara kuantitatif untuk mendapatkan indeks validitas dan reliabilitas. Pada penelitian ini uji coba alat ukur ini dilakukan terhadap skala dzikir dan skala stres.

Validitas dalam arti kecermatan kedua belah skala diperoleh dengan cara membandingkan sebuah pengukuran dengan pendekatan yang berasal dari dalam alat itu sendiri atau sering disebut juga dengan cara pendekatan *Internal consistency*. Teknik korelasi yang digunakan adalah teknik korelasi *product moment* dari Pearson.

Validitas dalam arti relevansi ada tiga macam yaitu: Validitas isi, Validitas kontrak, Validitas aitem. Dalam hal ini digunakan validitas aitem sebagai berikut. Validitas aitem dikenal dengan nama prosedur validasi aitem melalui melalui pendekatan konsistensi internal yaitu dengan menghitung koefisien korelasi antara

skor subyek pada aitem yang disebut dengan dengan indeks daya beda aitem. Suatu aitem yang valid merupakan aitem yang mampu menunjukkan perbedaan antara subyek pada aspek yang diukur oleh instrumen yang bersangkutan (Azwai, 1993).

Reliabilitas pada alat ukur pada prinsipnya menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat memberikan hasil pengukuran yang relatif tidak berbeda bila di lakukan pengukuran kembali terhadap subyek yang sama (Azwar, 1993).

Uji reliabilitas skala dzikir dan skala stres menggunakan teknik perhitungan *Alpha Cronbach*. Seleksi aitem dan uji reliabilitas alat ukur skala dzikir dan skala stres di lakukan dengan menggunakan komputer program analisis aitem dengan program *SPSS 7.5 for Windows 98*.

F. Metode Analisis Data

Untuk menguji hipotesis yang akan diajukan dalam penelitian ini, digunakan teknik analisis data dengan metode statistik. Metode ini merupakan cara ilmiah untuk rnenyimpulkan, menyusun menyajikan dan menganalisis data penelitian yang berwujud angka-angka, menarik kesimpulan dengan teliti serta pengarnbilan keputusan yang logis (Hadi, 1996).

Beberapa alasan lain digunakan metode statistik ini adalah:

- a. Metode statistik dapat mengolah data kuantitatif dan untuk data yang bersifat kualitatif harus diubah menjadi data kuantitatif terlebih dahulu.
- b. Metode statistik bersifat objektif, sehingga unsur subjektif yang dapat mempengaruhi hasil penelitian dapat dihindari.
- c. Metode statistik bersifat universal atau dapat di gunakan dalam segala bidang

penelitian.

Sesuai dengan tujuan penelitian dan sifat data yang terkumpul, yaitu satu variabel bebas yaitu dzikir dan satu variabel tergantung yaitu stres, maka untuk menguji hipotesis yang digunakan tehnik korelasi *product moment Pearson*.

Dari tehnik analisis ini, apabila didapatkan koefisien korelasi yang signifikan, berarti terdapat hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung. Sebaliknya, apabila koefisien korelasinya tidak signifikan berarti tidak terdapat hubungan antara variabel yang satu dengan yang lainnya.

