

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel

Penelitian yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan metode kuantitatif. Jenis penelitian menggunakan penelitian eksperimen dimana dalam penelitian ini dilakukan dengan melakukan manipulasi yang bertujuan untuk mengetahui akibat manipulasi terhadap perilaku individu yang diamati (Latipun, 2006:8).

Dalam melakukan penelitian diharapkan akan mendapatkan hasil yang valid dan reliable. Hasil yang valid dan reliabel akan dipengaruhi oleh kondisi obyek yang diteliti dan kemampuan peneliti yang menggunakan instrument, instrument yang digunakan telah diuji menggunakan validitas dan reabilitas. Peneliti harus mampu mengendalikan obyek yang diteliti dan meningkatkan kemampuan dan menggunakan instrument untuk mengukur variabel yang diteliti (sugiyono. 2008).

a. Validitas

Dalam psikodiagnostika, validitas sering kali dikonsepsikan sebagai sejauh mana tes mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur. Dalam pengukuran terhadap atribut psikologis, validitas tidak mudah untuk dicapai. Pengukuran terhadap variabel psikologis dan sosial mengandung lebih banyak eror dari pada pengukuran terhadap aspek fisik. Kita tidak

dapat yakin bahwa validitas intrinsik terpenuhi dikarenakan kita tidak dapat membuktikan secara empirik dengan langsung.

Sebagaimana halnya reliabilitas, maka apa yang diperoleh dari prosedur validasi, adalah semacam estimasi terhadap validitas tes dengan perhitungan tertentu. Dengan menggunakan teknik komputer dan cara analisis yang tepat dapat dihasilkan suatu estimasi guna melihat apa yang sebenarnya diukur oleh tes dan seberapa cermat hasil ukurnya. Dari cara estimasi yang disesuaikan dengan sifat dan fungsi tes, tipe validitas pada umumnya digolongkan dalam tiga kategori besar, diantaranya adalah (Azwar, 2003; 52):

1. Pengujian validitas konstruk

Ujian ini menggunakan pendapat para ahli. Dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan pada para ahli dibidangnya.

2. Pengujian validitas isi

Pengujian validitas isi dapat dilakukan dengan membandingkan isi instrumen dengan materi pengajaran yang telah diajarkan.

3. Pengujian validitas eksternal

Validitas ini diuji dengan cara membandingkan (untuk mencari kesamaan) antara kriteria yang ada pada instrumen dengan fakta empiris yang terjadi dilapangan (Sugiyono, 2008: 353).

Latipun menjelaskan, sesuai dengan hasil suatu eksperimen, maka validitas penelitian dibagi menjadi dua macam, diantaranya adalah:

a) Validitas internal

Validitas internal merupakan validitas penelitian yang berhubungan pertanyaan sejauh mana perubahan yang diamati dalam suatu eksperimen benar-benar hanya terjadi karena perlakuan yang diberikan dan bukan pengaruh faktor lain. Gangguan validitas dapat terjadi karena beberapa faktor, diantaranya adalah:

- 1) *Histori*. Kejadian-kejadian khusus yang terjadi antara pengukuran pertama dan kedua yang mempengaruhi penelitian.
- 2) *Maturasi*. Proses yang dialami subyek seiring berjalannya waktu, seperti lapar, haus, dan sakit.
- 3) Pengujian. Pengaruh pengalaman mengerjakan *preexperimental measurement* terhadap skor subyek pada *posttest*.
- 4) Instrumentasi. Perubahan hasil pengukuran akibat perubahan penerapan alat ukur, dan perubahan pengamat.
- 5) Regresi statistik. *Statistical regression* terjadi jika kelompok-kelompok dipilih berdasarkan skor ekstrim.
- 6) Bias dalam seleksi. Bias yang terjadi karena perbedaan seleksi subyek pada kelompok pembanding.
- 7) Subjek keluar. Kehilangan subyek dari satu atau beberapa kelompok yang dipelajari yang terjadi selama penelitian berlangsung.

- 8) Difusi atau imitasi perlakuan. Terjadi interaksi pada kedua kelompok sehingga salah satu anggota kelompok dapat mempelajari apa yang dipelajari anggota kelompok lainnya.
- 9) Demoralisasi. Dapat terjadi bahwa individu tidak memperoleh perlakuan yang sama dan meminta perlakuan yang sama dengan yang lainnya.
- 10) Interaksi kematangan dengan seleksi. Dapat terjadi dalam desain quasi eksperimental, yang dalam hal ini kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak dipilih secara acak tetapi kelompok-kelompok utuh yang ada sebelumnya (Latipun. 2006: 77).

b) Validitas eksternal

Validitas internal merupakan validitas penelitian yang menyangkut pertanyaan sejauh mana hasil suatu penelitian dapat digeneralisasikan pada populasi. Dengan kata lain, apakah penelitian yang dilakukan itu representatif untuk diterapkan pada kelompok subjek yang berbeda dan situasi yang berbeda dan dapat menggambarkan kejadian yang sesungguhnya dalam masyarakat.

Menurut Cook dan Campbell (dalam Latipun. 2006: 79), ada beberapa yang mempengaruhi validitas eksternal, diantaranya adalah:

- 1) Interaksi seleksi dan perlakuan. Berkaitan dengan populasi yang ditargetkan. Karena itu seleksi sampel dilakukan dari populasi yang jelas.
- 2) Interaksi kondisi dan perlakuan. Berkaitan dengan tempat kondisi subyek penelitian.

3) Histori dan perlakuan. Penelitian eksperimen biasanya dilakukan dalam waktu yang pendek dan pada saat yang khusus sebagaimana yang dipilih oleh peneliti.

b. Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau diandalkan. Hal ini berarti menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama, dengan menggunakan alat ukur yang sama (Notoatmodjo. 2010: 168).

Dapat dikatakan bahwa reliabilitas tes adalah proporsi variabilitas skor tes yang disebabkan oleh perbedaan yang sebenarnya diantara individu, sedang ketidakreliabelan adalah proporsi variabilitas skor tes yang disebabkan oleh eror pengukuran. Interpretasi ini mengatakan bahwa reliabilitas tes ditentukan oleh sejauh mana distribusi skor-tampak pada dua tes yang paralel dan berkorelasi (Azwar. 2003: 32).

Menurut Sumadi Suryabrata, variabel-variabel yang telah diidentifikasi perlu diklasifikasikan sesuai dengan jenis dan peranannya dalam penelitian. Dalam penelitian ini ada dua variabel yang akan digunakan sebagai bahan analisis adalah sebagai berikut :

Variable bebas (X) = therapy zikir

Variable terikat (Y) = skala stress

3.1.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu konstruk variabel dengan cara memberikan arti atau menspesifikkan kegiatan, ataupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur konstruk atau variabel tertentu.

- a. Zikir berarti ingat kepada Allah, ingat ini tidak hanya sekedar menyebut nama Allah dalam lisan atau dalam pikiran dan hati. akan tetapi dzikir yang dimaksud adalah ingat akan Zat, Sifat dan Perbuatan-Nya kemudian memasrahkan hidup dan mati kepada-Nya. Sehingga tidak takut maupun gentar menghadapi segala macam mara bahaya dan cobaan (Sangkan, 2002).
- b. stress adalah suatu tekanan atau sesuatu yang terasa menekan dalam diri individu. Sesuatu tersebut dapat terjadi disebabkan oleh ketidakseimbangan antara harapan dan kenyataan yang diinginkan oleh individu, baik keinginan yang ber-sifat jasmaniah maupun rohaniah. Menurut *McGrath* dalam *Weinberg* dan *Gould* (2003:81), stress didefinisikan sebagai “a substantial imbalance between demand (*physical and/or psychological*) and response capability, under conditions where failure to meet that demand has importance consequences”. Artinya, stress akan muncul pada individu bila ada ketidakseimbangan atau kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhannya baik yang bersifat jasmani maupun rohani.

- c. Menopause merupakan masa berakhirnya siklus menstruasi pada wanita, termasuk berakhirnya proses reproduksi secara menetap pada wanita (Kartono 1992). Selanjutnya menopause adalah berhentinya secara fisiologis siklus menstruasi yang berkaitan dengan tingkat lanjut usia perempuan.

3.1.3 Rancangan Penelitian

Desain Penelitian ini adalah “observasional”. Peneliti melakukan observasi pada saat subjek melakukan terapi dzikir. Pada saat melakukan dzikir sebagian subjek pernah melakukan terapi dzikir sehingga subjek dapat melakukan terapi dengan mudah dan dapat berkonsentrasi.

- a. Mengadakan Pre-Test

Maksud dari pemberian pre test adalah untuk mengetahui tingkat stress pada wanita menopause sebelum diberikan intervensi.

- b. Memberikan Intervensi

memberikan intervensi tingkat stress dengan istighosah yang diberikan pada wanita menopause. Adapun pemberian intervensi sebagai berikut:

- 1). Pelaksanaan intervensi dilakukan empat kali pertemuan selama dua minggu, dan setiap minggumya istighosah dilakukan dengan dua kali pertemuan. Waktu dari setiap pertemuan adalah antara 60 menit untuk melakukan dzikir dengan istighosah.

2). Pada setiap pertemuan dilakukan istighosah dengan media dan materi yang sama. Dzikir diasumsikan dapat menurunkan stress pada wanita menopause.

Dalam menggunakan instrumen yang valid dan reliabel dalam pengumpulan data, maka diharapkan hasil penelitian akan menjadi valid dan reliabel. Jadi instrumen yang valid dan reliabel merupakan syarat untuk mendapatkan hasil yang valid dan reliabel. Hal ini tidak berarti bahwa dengan menggunakan instrumen yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, otomatis hasil penelitian menjadi valid dan reliabel. Hal ini masih akan dipengaruhi oleh kondisi objek yang diteliti dan kemampuan peneliti yang menggunakan instrumen. Oleh karena itu peneliti harus mampu mengendalikan objek yang diteliti dan meningkatkan kemampuan dan menggunakan instrumen untuk mengukur variabel yang diteliti (Sugiyono. 2008:349).

c. Subjek penelitian

Penelitian yang akan dilakukan adalah di majelis Miftakhul Jannah. Peneliti melakukan penelitian ditempat tersebut karena pemberlakuan Terapi Dzikir pada wanita menopause. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian dengan melakukan istighosah untuk menurunkan stress pada wanita menopause.

Penelitian yang dilakukan pada wanita menopause karena ketika peneliti mengetahui bahwa wanita menopause mengalami kecemasan ketika terjadi menopause. Sehingga dalam hal ini peneliti ingin mengetahui kecemasan pada saat menopause seperti: sulit tidur, merasa seperti tercekik, gangguan pencernaan dan lain-lain. Adapun kriteria subjek sebagai berikut:

Kriteria subjek penelitian:

- a) Perempuan

- b) Usia : 50-55 tahun
- c) Menopause
- d) Bersedia menjadi subjek
- e) lokasi di majelis Miftakhul Jannah

d. Instrumenn Penelitian

Dalam penelitian observasional ini, instrument atau alat pengumpulan data yang digunakan adalah terapi menurunkan stress yang dilakukan oleh wanita menopause. Selain itu dilakukan metode observasi, dimana peneliti akan melihat secara langsung bagaimana subyek dapat berperilaku seperti yang dikehendaki atau tidak. Atau mungkin terlihat dari gejala yang timbul dari tingkah laku setelah diberikan perlakuan atau sebelumnya. Adapun prosedur pengembangan instrument pengumpulan data sebagai berikut:

a. Metode Skala

Skala merupakan instrument untuk mengukur aktifitas yang merupakan manifestasi dari tingkah laku tersebut digambarkan sebagai himpunan lambing atau symbol atau angka (Kellingner, 2003).

Skala ini terdiri 5 pilihan jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu (R), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Untuk pernyataan yang mendukung (*favourable*), skor yang diberikan bergerak merendah dari skor 5 sampai dengan 1, yaitu Sangat Setuju (SS) skor 5, Setuju (S) skor 4, Ragu (R) skor 3, Tidak Setuju (TS) skor 2, Sangat Tidak Setuju (STS) skor 1. Sebaliknya untuk pernyataan yang tidak mendukung (*unfavourable*), skor yang diberikan bergerak merendah dari skor 1 sampai

dengan 5 yaitu, Sangat Setuju (SS) skor 1, Setuju (S) skor 2, Ragu (R) skor 3, Tidak Setuju (TS) skor 4, Sangat Tidak Setuju (STS) skor 5.

Skala sini terdiri dari 30 item yang digunakan untuk mengungkap terapi dzikir dalam menurunkan stress pada wanita menopause. Skala ini disusun oleh peneliti berdasarkan gejala-gejala stress (Hardjana, 1994).

Rancangan skala stress pada wanita menopause dapat dilihat pada table 1:

Tabel 1

Blue print skala stress pada wanita menopause

Gejala stress pada wanita menopause	Item		Jumlah
	favourable	Unfavourable	
Gejala fisik	1,5,9,10,11,30	15,21,23,26	10
Gejala emosional	12,16,18,24,27,28	2,6,17	9
Gejala intelektual	3,7,13,19,20,29	14,22	8
Gejala interpersonal	25	4,8	3
Jumlah item	19	11	30

3.1.4 Uji coba alat ukur

1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *Validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi alat ukurnya (Azwar, 2008)

Untuk menghindari kelebihan bobot yang menyebabkan angka korelasi menjadi besar maka angka korelasi yang diperoleh perlu dikoreksi. Kelebihan bobot karena terjadi skor butir item yang dikorelasikan dengan skor total ikut sebagai komponen skor total dan menyebabkan *over estimasi*. Untuk menghindari *over estimasi* maka koefisien korelasinya tersebut perlu dikoreksi dengan menggunakan *part whole* (Azwar, 2008). Uji validitas item menggunakan alat bantu komputer program SPSS.

Table 2 uji validitas

No	Item	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan
1	Item_1	0.528	valid
2	Item_2	0.852	valid
3	Item_3	0.428	valid
4	Item_4	0.229	tidak valid
5	Item_5	0.685	valid
6	Item_6	0.388	valid
7	Item_7	0.253	valid
8	Item_8	0.696	valid
9	Item_9	0.847	valid
10	Item_10	0.524	valid
11	Item_11	0.846	valid
12	Item_12	0.372	valid

13	Item_13	0.49	valid
14	Item_14	0.45	valid
15	Item_15	0.714	valid
16	Item_16	0.229	valid
17	Item_17	0.786	valid
18	Item_18	0.631	valid
19	Item_19	0.014	valid
20	Item_20	0.39	valid
21	Item_21	0.614	valid
22	Item_22	0.015	tidak valid
23	Item_23	0.376	valid
24	Item_24	0.501	valid
25	Item_25	0.772	valid
26	Item_26	-0.004	tidak valid
27	Item_27	0.595	valid
28	Item_28	0.2	valid
29	Item_29	0.207	tidak valid
30	Item_30	0.845	valid

Tabel 3 uji normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
sebelum	.142	25	.200*	.903	25	.021
sesudah	.143	25	.200*	.880	25	.007

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Hasil pengujian sebaran data (*test of normality*) terhadap data terapi dzikir sebelum dan sesudah bahwa sebaran data tersebut adalah normal. Hal ini ditunjukkan dengan nilai *significancy* sebelum terapi dzikir adalah 0,021 (sig. >0,005). Sesudah terapi dzikir 0.007 (sig > 0.005)

Pada uji *kolmogorof-smirnov* dengan keterangan uji *Liliefors* maka dapat diperoleh harga signifikan:

Untuk terapi dzikir yang dilakukan dengan signifikan $0.200 > 0,05$, maka bisa dikatakan distribusi adalah normal.

Pada uji *Shapiro Wilk* , maka dapat diperoleh harga signifikan:

Unyuk terapi dzikir yang dilakukan dengan signifikan $0.021 > 0,05$, maka bisa dikatakan distribusi normal.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas sering di artikan sebagai keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan dan konsistensi. Namun arti pokok dari reabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat di percaya.

Table 4 uji reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.708	31

Hasil pengujian data dengan menggunakan *reliability statistic* dapat dikatakan reliable karena *Cronbach alpha* > 0,70.

3. Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan metode statistic. Data hasil pengukuran stress pada wanita menopause dengan dzikir kemudian di uji sebaran datanya (*test of normality*).

Data hasil analisis penurunan stress pada wanita menopause di uji dengan program SPSS 14.0 untuk mengetahui normalitas data tersebut (*test of normality*).

Alat untuk menguji kenormalan data adalah Kolmogorov-Smirnov (sama dengan uji Liliefors), dan Shapiro Wilk. Interpretasi data ini adalah:

Pada uji *kolmogorof-smirnov* dengan keterangan uji *Liliefors* maka dapat diperoleh harga signifikan:

Untuk terapi dzikir yang dilakukan dengan signifikan $0.200 > 0,05$, maka bisa dikatakan distribusi adalah normal.

Pada uji *Shapiro Wilk* , maka dapat diperoleh harga signifikan:

Unyruk terapi dzikir yang dilakukan dengan signifikan $0.021 > 0,05$, maka bisa dikatakan distribusi normal.

untuk memudahkan perhitungan, maka seluruh perhitungan akan dilakukan dengan bantuan komputer program SPSS 14.0 *for windows* sehingga tidak diperlukan perbandingan antara hasil penelitian dengan tabel statistik karena dari out put komputer dapat diketahui besarnya nilai di akhir semua teknik statistik yang diuji.