

BAB III

METODE PENELITIAN

Dalam sebuah penelitian, metode memegang peranan penting karena menentukan arah dan sistematika dalam pengumpulan serta analisis data. Kata metode sendiri berasal dari bahasa Yunani, yaitu ‘Methodos’, yang berarti jalan menuju suatu tempat atau cara untuk mencapai sesuatu. Secara istilah, metode diartikan sebagai langkah atau cara yang digunakan untuk meraih tujuan tertentu. Dalam bahasa Jerman, istilah metode dikenal sebagai ‘Methodicay’ yang bermakna jalan.¹ Sedangkan dalam bahasa Arab, metode disebut *thariqoh*, yang menurut kamus Munjid memiliki arti *as-siroh*, *al-halah*, *al-madzhah*, dan *al-khottu fi as-syai*, yang kesemuanya berarti cara atau jalan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, metode adalah langkah sistematis yang telah ditetapkan. Dengan demikian, metode dapat dipahami sebagai cara teratur untuk mencapai tujuan tertentu.²

Sedangkan penelitian Secara bahasa, kata penelitian berasal dari kata dasar ‘teliti’ yang berarti cermat, hati-hati, dan mendalam. Istilah penelitian juga berasal dari bahasa Inggris, yaitu *research*, yang terdiri dari dua kata: ‘re’ yang berarti kembali, dan *search* yang berarti mencari. Dengan demikian, penelitian secara bahasa dapat diartikan sebagai upaya untuk memperoleh data yang dapat dipertanggungjawabkan.. Dalam definisi lain, peneliti diartikan sebagai usaha

¹ Rika Ratnasari, “Metode Dakwah Bil Hal dalam Perspektif Khalifah Umar bin Khattab” (IAIN Metro Lampung, 2018), Hal. 12.

² Sukiati, *Metodologi Penelitian Sebuah Pengantar*, 1 ed. (CV. MANHAJI, 2016), Hal. 3.

peneliti untuk menguji data yang ia dapat dan menghasilkan pengetahuan baru.³ Secara istilah, penelitian merupakan rangkaian kegiatan yang direncanakan dengan tujuan memperoleh data atau informasi baru untuk memecahkan masalah atau menjawab pertanyaan ilmiah.⁴

Berdasarkan pengertian singkat diatas, Metode penelitian dapat diartikan sebagai upaya menyelidiki dan menelusuri suatu masalah dengan menerapkan metode ilmiah secara cermat dan teliti. Proses ini meliputi pengumpulan, pengolahan, dan analisis data secara sistematis dan objektif, dengan tujuan menyelesaikan permasalahan atau menguji hipotesis, sehingga menghasilkan pengetahuan yang bermanfaat bagi kehidupan manusia.⁵

Untuk mendukung penelitian dalam skripsi ini, terdapat beberapa aspek yang akan dikaji dalam metode penelitian, yaitu jenis penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah penelitian kualitatif, yaitu penelitian yang tidak melibatkan data kuantitatif maupun alat ukur statistik. Penelitian kualitatif menghasilkan temuan-temuan yang tidak dapat diperoleh melalui metode pengukuran kuantitatif atau statistik.⁶ Menurut Strauss dan Corbin, penelitian kualitatif adalah jenis riset yang mengutamakan pendekatan

³ Mawardi Mawardi dkk., "Pengembangan Kamus Mini untuk Membantu Pembelajaran Bahasa Arab Kelas VIII di SMP Datok Sulaiman Palopo," *Pragmatik: Jurnal Rumpun Ilmu Bahasa dan Pendidikan* 2, no. 4 (2024): Hal. 225.

⁴ Rifa'i AbuBakar, *Pengantar Metodologi Penelitian*, 1 ed. (SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga, 2021), Hal. 1.

⁵ AbuBakar, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Hal. 2.

⁶ Eko Murdiyanto, *Metode Penelitian Kualitatif*, 1 ed. (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat UPN "Veteran" Yogyakarta Press, 2020), Hal. 19.

penemuan tanpa bergantung pada prosedur statistik atau pengukuran kuantitatif.⁷ Sejalan dengan itu, penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian kepustakaan (library research). Penelitian kepustakaan dilakukan secara terstruktur dengan tujuan mengumpulkan, mengolah, dan menyimpulkan informasi menggunakan metode atau teknik tertentu untuk menemukan solusi atas permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini.⁸

Penelitian kepustakaan (library research) adalah metode penelitian yang memanfaatkan fasilitas perpustakaan seperti buku, majalah, dokumen, dan catatan sejarah untuk memperoleh informasi. Menurut Syndrer, penelitian kepustakaan melibatkan penelaahan dan analisis berbagai sumber tertulis untuk mengumpulkan informasi mengenai suatu topik. Sumber-sumber tersebut meliputi buku, artikel jurnal, laporan penelitian, tesis, disertasi, serta referensi terpercaya lainnya.⁹

Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan (library research) karena fokus kajiannya adalah penafsiran surah al-Insyirah serta pemikiran Sayyid Quthb. Pendekatan ini membantu penulis dalam memahami isi surah al-Insyirah terkait dengan skripsi berjudul “Terapi Mental Dalam *Tafsir Fi Zhilal al-Qur'an* pada Surah al-Insyirah.” Metode ini memungkinkan penulis mengumpulkan data dari berbagai sumber tertulis, seperti buku ilmiah, jurnal penelitian, dan karya akademik lainnya, sehingga dapat membangun kerangka pemikiran yang komprehensif berdasarkan referensi yang jelas dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

⁷ Salim dan Syahrur, *Metodologi penelitian Kualitatif* (Citapustaka Media, 2012), Hal. 41.

⁸ Khatibah, “Penelitian Kepustakaan,” *Jurnall Iqra* 5, no. 1 (2011): Hal. 37-38.

⁹ Abdurrahman, “Metode Penelitian Kepustakaan dalam Pendidikan Islam,” *Adabuna: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran* 3 (2024): Hal. 105.

B. Sumber Data

Data dalam penelitian ini merupakan bahan yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah sekaligus mendukung analisis terhadap objek penelitian. Karena penelitian ini bersifat kualitatif (library research), fokus dan tujuan penelitian diarahkan pada sumber-sumber seperti buku, tesis, skripsi, dan karya ilmiah lainnya.¹⁰ Data kualitatif pada dasarnya adalah data lunak yang berbentuk kata, ungkapan, kalimat, dan tindakan, berbeda dengan data kuantitatif yang berupa data keras seperti angka-angka statistik.¹¹

Adapun sumber data yang digunakan pada penelitian ini memiliki dua sumber, yaitu:

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer dalam penelitian ini adalah kitab Tafsir *Fi Zhilalil Qur'an* karya Sayyid Qutb, khususnya penafsiran beliau terhadap Surah Al-Insyirah ayat 1–8.¹² Kitab tafsir ini dijadikan sumber utama karena secara khusus menjadi objek kajian penelitian serta memberikan landasan pokok dalam menganalisis konsep terapi mental yang terkandung dalam Surah Al-Insyirah.

2. Sumber data Sekunder

Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah berbagai literatur yang mendukung dan melengkapi analisis terhadap sumber primer. Data tersebut

¹⁰ Abdurrahman, "Metode Penelitian Kepustakaan dalam Pendidikan Islam," Hal. 106.

¹¹ Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa* (Deepublish, 2014), Hal. 107.

¹² Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an Jilid 12*, trans. oleh As'ad Yasin dan Abdul Aziz Salim Basyarahil (Gema Insani Press, 2001), Hal. 295.

meliputi kitab-kitab tafsir lain seperti *Tafsir al-Misbah* karya M. Quraish Shihab, *Tafsir Ibnu Katsir*, serta literatur yang berkaitan dengan akhlak, kesehatan mental, dan psikologi Islam. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan buku-buku akademik, jurnal ilmiah, artikel, dan karya tulis relevan lainnya yang dapat memberikan perspektif tambahan mengenai terapi mental dalam Islam.

C. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (library research), yaitu dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber literatur yang relevan dengan tema penelitian. Data primer diperoleh dari *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an* karya Sayyid Qutb, khususnya penafsiran beliau terhadap Surah Al-Insyirah ayat 1–8. Sementara itu, data sekunder dikumpulkan dari kitab-kitab tafsir lain, buku-buku akademik, jurnal, artikel, dan karya ilmiah yang berkaitan dengan kajian tafsir, akhlak, dan kesehatan mental dalam perspektif Islam. Teknik ini dilakukan melalui proses membaca, menelaah, mencatat, serta mengklasifikasi informasi yang sesuai dengan fokus penelitian. Pendekatan yang digunakan penulis untuk mengumpulkan data adalah dengan mencari sumber-sumber berupa buku, skripsi, jurnal, dan sejenisnya.¹³

Berikut langkah-langkah pengumpulan data yang penulis lakukan dalam penelitian skripsi:

1. Peneliti menelaah kitab *Tafsir Fi Zhilal al-Qur'an* karya Sayyid Quthb, khususnya pada surah al-Insyirah, sebagai sumber utama dalam memahami

¹³ Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (Literasi Media Publishing, 2015).

konsep terapi mental dari perspektif tafsir

2. Peneliti juga mengutip buku-buku yang membahas psikologi agama maupun psikologi secara umum sebagai landasan guna memahami aspek-aspek mental yang relevan dengan konteks penafsiran ayat. Hal ini bertujuan untuk memperkuat analisis terhadap makna dari terapi mental dalam Islam.
3. Peneliti juga mengakses jurnal ilmiah, melalui google scholar dan perpustakaan universitas. Jurnal-jurnal yang peneliti kutip berkaitan dengan psikologi Islam, terapi mental, dan studi tafsir.

Dalam pengolahan data, penulis menggunakan metode analisis data kualitatif. Data kualitatif diperoleh melalui deskripsi yang mendalam, didasarkan pada pemahaman yang kuat terhadap konteks, serta berfokus pada penjelasan mengenai proses atau fenomena yang terjadi dalam situasi tertentu. Teknik analisis data yang penulis lakukan dengan mengumpulkan data terkait skripsi berjudul “Terapi mental Dalam Studi *Tafsir Fi Zhilal al-Qur'an* Pada Surah al-Insyirah”, lalu memilah data yang akan diteliti, serta mengambil kesimpulan atas data yang didapat.¹⁴

D. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses mengolah, memahami, dan menafsirkan data yang telah dikumpulkan untuk memperoleh kesimpulan yang sesuai dengan fokus atau rumusan masalah penelitian. Menurut Creswell, analisis data adalah upaya peneliti dalam memberi makna terhadap data, baik berupa teks maupun

¹⁴ Janu Murdiyatmoko, *Sosiologi: Memahami Dan Mengkaji Masyarakat* (PT Grafindo Media Pratama, 2007).

gambar, yang diperoleh selama penelitian.¹⁵ Dalam penelitian ini, penulis menggunakan analisis isi, yang bertujuan untuk menggali makna dari berbagai sumber, seperti kitab tafsir, buku keislaman, jurnal ilmiah, dan karya tulis lain yang relevan dengan topik pembahasan.

Adapun langkah-langkah dalam menganalisis data pada penelitian ini, sebagai berikut:

1. Reduksi data, dapat diartikan sebagai suatu proses pemilihan, pemusatan, pengabstraksian dan transformasi data yang paling relevan dalam fokus penelitian.¹⁶ yaitu memilih, memilah, dan menyaring data yang relevan dengan fokus penelitian, khususnya penafsiran Sayyid Qutb dalam *Fi Zhilalil Qur'an* tentang Surah Al-Insyirah ayat 1–8.
2. Penyajian data, yaitu proses menyusun setelah pemilihan data yang mudah dipahami, agar peneliti dapat melihat makna yang muncul dari data tersebut.¹⁷
3. Menarik kesimpulan, setelah data yang telah di analisis maka selanjutnya penarikan kesimpulan. Dalam tahap inilah jawaban atas rumusan masalah serta tujuan penelitian.¹⁸

¹⁵ Adhi Kusumastuti dan Ahmad Mustamil Khoiron, *Metode Penelitian Kualitatif* (Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo, 2019), Hal. 126.

¹⁶ Nurdewi, "Implementasi Personal Branding Smart Asn Perwujudan Bangsa Melayani di Provinsi Maluku Utara," *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah* 1, no. 2 (2022): Hal. 301.

¹⁷ Abdul Fattah Nasution, *Meode Penelitian Kualitatif* (Harfa Creative, 2023), Hal. 132.

¹⁸ Salim dan Syahrums, *Metodologi penelitian Kualitatif*, Hal. 150.