

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yaitu pendekatan yang menekankan analisis data numerik yang diolah dengan teknik statistik. Setiap variabel didefinisikan secara jelas dan dapat diukur, sedangkan hubungan antarvariabel diuji secara empiris, biasanya dalam bentuk korelasional atau struktural. Penelitian kuantitatif bersifat inferensial untuk menguji hipotesis dan umumnya melibatkan sampel yang relatif besar (Azwar, 2017).

Penelitian ini menggunakan pendekatan regresi yang dipadukan dengan desain penelitian korelasional. Salah satu teknik dalam penelitian korelasional adalah analisis regresi sederhana, yang digunakan untuk melihat nilai suatu variabel berdasarkan hubungannya dengan variabel lain. Dalam penelitian ini, analisis regresi digunakan untuk mengkaji pengaruh intensitas mendengarkan musik religi terhadap gejala kecemasan pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam yang sedang menyusun skripsi.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2016), variabel ialah objek pengamatan dalam penelitian atau faktor yang memiliki peran penting untuk diteliti. Variabel penelitian dapat diartikan sebagai atribut, karakteristik, atau nilai yang melekat pada individu, objek, atau aktivitas tertentu yang memiliki variasi dan ditetapkan oleh peneliti untuk di kaji, kemudian dijadikan dasar dalam penarikan kesimpulan. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini menggunakan dua jenis variabel, yaitu variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen), yaitu:

a. Variable bebas (*independent*)

Variabel bebas (X) adalah variabel yang memengaruhi variabel lain atau menjadi penyebab perubahan pada variabel tersebut. Pada penelitian ini, variabel bebas adalah intensitas mendengarkan musik religi. Intensitas tersebut terdiri dari beberapa aspek, yaitu aspek perhatian, aspek penghayatan, aspek durasi, dan aspek frekuensi.

b. Variabel terikat (*dependen*)

Variabel terikat (Y) adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari adanya variabel bebas. Pada penelitian ini, variabel terikat adalah gejala kecemasan. Gejala kecemasan tersebut dibagi menjadi beberapa aspek, yaitu aspek fisiologis, aspek perilaku (behavior), dan aspek kognitif.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan perumusan variabel penelitian berdasarkan karakteristik yang dapat diamati dan diukur secara empiris (Azwar, 2010). Adapun definisi operasional variabel penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Gejala Kecemasan

Kecemasan merupakan reaksi terhadap suatu hal yang dianggap mengancam, kekhawatiran hal buruk akan terjadi, dan perasaan yang tidak menyenangkan yang timbul dengan sendirinya atau munculnya disertai gejala fisiologis, behavior, maupun kognitif sebagai dampak perasaan tidak aman terhadap kemungkinan buruk yang di mungkinkan saat mengerjakan skripsi.

1. Intensitas Mendengarkan Musik Religi

Intensitas mendengarkan musik religi merupakan tingkat frekuensi atau kuantitas aktivitas mendengarkan musik religi dalam rentang waktu tertentu. Frekuensi yang dimaksud merujuk pada jumlah lagu religi yang didengarkan oleh individu dalam kurun waktu satu hari. Mendengarkan musik religi memiliki arti individu mendengarkan musik religi dengan jelas dan sadar meskipun pada saat itu individu sedang memusatkan perhatian pada aktivitas lain, seperti mengerjakan skripsi.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2016), populasi adalah keseluruhan subjek atau objek penelitian yang memenuhi kriteria tertentu sebagaimana yang ditetapkan oleh peneliti. Pada penelitian ini, populasi terdiri dari seluruh mahasiswa Program Studi Psikologi Islam angkatan 2019–2021 yang sedang mengerjakan skripsi, sebanyak 129 orang. Berikut merupakan data mahasiswa aktif tahun 2019–2021:

Tabel 3. 1
Total Populasi

2019	2020	2021	Total
4	8	117	129

Sumber: Akama FUSA UIN Imam Bonjol Padang 22 November 2025

2. Sampel

Menurut Siyoto dan Sodik (2015), sampel adalah bagian dari populasi yang memiliki karakteristik serupa dengan populasi dan dipilih melalui prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasi tersebut. Pengumpulan

data dilakukan hingga jumlah sampel yang ditentukan terpenuhi. Artinya, siapa pun yang secara kebetulan ditemui oleh peneliti dapat dijadikan sampel, asalkan memenuhi kriteria yang telah ditetapkan dan sesuai sebagai sumber data.

Untuk mempermudah pengambilan sampel, peneliti menggunakan rumus *Slovin* dengan petunjuk sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah Populasi

e = *Margin of error* yang ditoleransi 5%

Banyak populasi dapat dihitung sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{129}{1 + 129(0,05)^2}$$

$$n = \frac{129}{1,3225}$$

$$n = 97,54 = 98$$

Berdasarkan rumus *slovin* di atas, dari jumlah populasi 129 mahasiswa yang aktif diperoleh jumlah sampel sebanyak 97,5 atau dibulatkan menjadi 98 orang.

Pada penelitian ini teknik yang digunakan adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang dilakukan

berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti (Sugiyono, 2017). Sampel dari penelitian ini adalah Mahasiswa Psikologi Islam yang sedang mengerjakan skripsi dengan kriteria yang sudah mengambil krs Skripsi tersebut dan telah ditetapkan sampel yang berjumlah 98 orang.

E. Instrumen Penelitian

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui penyebaran skala. Penggunaan skala dipilih karena data yang diukur berupa konstruk psikologis yang dapat diungkap melalui indikator perilaku yang dituangkan dalam bentuk aitem pernyataan (Azwar, 2019).

Instrumen penelitian ini menggunakan skala *Likert* dengan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Selalu (SL), Sering (SR), Jarang (JR), dan Tidak Pernah (Tp). Sebelumnya, skala *Likert* standar memiliki lima pilihan, termasuk Kadang-kadang (KD). Namun, pilihan Kadang-kadang dihilangkan agar hasil pengolahan data lebih jelas, karena respon kadang-kadang tidak menunjukkan kecenderungan individu apakah condong ke arah sesuai atau tidak sesuai. Dengan demikian, skala *Likert* dalam penelitian ini dimodifikasi menjadi empat tingkatan saja (Sugiyono, 2019).

Skala ini nantinya berfungsi untuk mengukur variabel dalam penelitian ini, di mana dibuat dengan menggunakan rentang skala 1-4 dengan kategori jawaban yang akan di beri skor di masing-masing jawaban dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 3. 2
Skor skala intensitas mendengarkan musik religi dan gejala kecemasan

Arah pernyataan	SL	SR	JR	TP
Positif (<i>favorable</i>)	4	3	2	1
Negatif (<i>unfavorable</i>)	1	2	3	4

Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari skala intensitas mendengarkan musik religi dan kecemasan

1. Skala Intensitas Mendengarkan Musik Religi

Skala intensitas mendengarkan musik religi ini merupakan skala modifikasi dari skripsi yang berjudul “hubungan intensitas mendengarkan musik religi dengan kecemasan menghadapi *covid-19* pada organisasi daerah Keluarga mahasiswa Batang UIN Walisongo Semarang (KMBS)” di tulis oleh Mura Fakoh (2021).

Tabel 3. 3
Blue Print Intensitas Mendengarkan Musik Religi Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Item	
		F	UF
Perhatian	Ketertarikan individu terhadap musik religi	1, 4	5
Penghayatan	Memahami makna yang ada dalam musik religi	2, 3, 6, 9,	8
	Penyerapan informasi yang ada dalam musik religi	7, 10, 16, 17	
Durasi	Lamanya selang waktu individu mendengarkan musik religi	15	13
Frekuensi	Banyaknya melakukan pengulangan mendengarkan musik religi	12, 14	11

2. Gejala Kecemasan

Skala gejala kecemasan ini merupakan skala yang penulis modifikasi dari skala asli yaitu *Self Rating Anxienty Scale* (SAS) yang di susun oleh Zung (1971), dan diterjemahkan kedalam versi Indonesia oleh Nasution (2013) dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan manajemen diri pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis rsup dr hasan sadikin bandung.

Skala ini memiliki 20 aitem terdiri dari 15 aitem *favorabel* dan 5 aitem *unfavorable*.

Tabel 3. 4
Blue Print Gejala Kecemasan Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		F	UF	
Fisiologis	Gejala tubuh yang muncul	7, 8, 10, 14, 15, 16, 18	17	8
Behavior	Tindakan atau respon yang di tunjukan	1, 3, 6, 11, 12	9, 19, 13	8
Kognitif	Pikiran, perasaan, dan proses mental	2, 4, 20	5	4
Jumlah		15	5	20

F. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

1. Uji Validitas

Untuk memperoleh tingkat objektivitas yang tinggi, instrumen penelitian yang digunakan harus memiliki ketelitian dan kemampuan pengukuran yang baik. Validitas menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mampu menjalankan fungsi pengukurannya secara tepat. Validitas dapat dibuktikan secara empiris melalui nilai koefisien validitas, yang berkisar antara 0,00 hingga 1,00. Suatu item dinyatakan memiliki validitas yang memadai apabila koefisien korelasinya mencapai batas minimum sebesar $r = 0,25$ (Azwar, 2013). Penelitian ini, pengujian validitas skala dilakukan menggunakan bantuan program *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) versi 26.0 *for Windows*.

Suatu item dinyatakan valid jika nilai r hitung lebih besar daripada r tabel. Sebaliknya, item dianggap tidak valid jika nilai r hitung lebih kecil daripada r tabel. Dengan kata lain:

Jika $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}} \rightarrow$ pertanyaan valid

Jika $r_{\text{hitung}} < r_{\text{tabel}} \rightarrow$ pertanyaan tidak valid

Tabel 3. 5
Blue Print Skala Intensitas Mendengarkann Musik Religi setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Item	
		F	UF
Perhatian	Ketertarikan individu terhadap musik religi	1, 4	5*
Penghayatan	Memahami makna yang ada dalam musik religi	2, 3, 6, 9*	8
	Penyerapan informasi yang ada dalam musik religi	7*, 10, 16, 17	18
Durasi	Lamanya selang waktu individu mendengarkan musik religi	15	13
Frekuensi	Banyaknya melakukan pengulangan mendengarkan musik religi	12, 14	11

**Angka yang diberi bintang adalah aitem yang gugur*

Hasil uji validitas menunjukkan sebanyak 15 aitem pada skala Intensitas Mendengarkann Musik Religi yang valid diantaranya 1, 2, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18. 19, 20. Kemudian didapatkan aitem yang gugur sebanyak 3 aitem yang ditunjukkan dengan tanda bintang (*) yaitu 5, 7 dan 9. Maka dapat disimpulkan bahwa instrument yang bisa digunakan sebagai skala Intensitas Mendengarkann Musik Religi ketika melakukan penelitian adalah sebanyak 15 aitem.

Tabel 3. 6
Blue Print Skala Gejala Kecemasan Setelh Uji Coba

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		F	UF	
Fisiologis	Gejala tubuh yang muncul	7, 8, 10, 14, 15, 16*, 18	17	8
Behavior	Tindakan atau respon yang di tunjukan	1, 3, 6, 11, 12	9, 19*, 13*	8
Kognitif	Pikiran, perasaan, dan proses mental	2, 4, 20	5*	4
Jumlah		15	5	20

**Angka yang diberi bintang adalah aitem yang gugur*

Hasil uji validitas menunjukkan sebanyak 16 aitem pada skala Gejala Kecemasan yang valid diantaranya 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20. Kemudian didapatkan aitem yang gugur sebanyak 4 aitem yang ditunjukkan dengan tanda bintang (*) yaitu 5, 13, 16, dan 19. Maka dapat disimpulkan bahwa instrument yang bisa digunakan sebagai skala Gejala Kecemasan ketika melakukan penelitian adalah sebanyak 16 aitem.

Jadi 15 aitem pada skala intensitas mendengarkan musik religi dan 16 aitem pada skala gejala kecemasan dinyatakan memenuhi uji daya beda, selanjutnya dijadikan untuk menguji apakah intensitas mendengarkan musik religi dengan gejala kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki hubungan yang signifikan atau tidak.

2. Uji Reliabilitas

Menurut Azwar (2019), pengukuran dikatakan reliabel apabila memiliki tingkat kestabilan dan konsistensi yang tinggi, artinya hasil pengukuran relatif tetap saat digunakan berkali-kali pada subjek yang sama. Estimasi reliabilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana suatu alat ukur mampu menghasilkan data yang konsisten. Semakin tinggi nilai koefisien

korelasi yang diperoleh, semakin baik reliabilitas alat ukur tersebut. Koefisien reliabilitas terdiri dari dua komponen, yaitu nilai angka yang menunjukkan besarnya korelasi dan tanda positif atau negatif yang menunjukkan arah hubungan dari alat ukur yang digunakan.

Uji reliabilitas instrumen penelitian ini dilakukan menggunakan koefisien *Alpha Cronbach* untuk menilai konsistensi internal antara setiap butir item dengan skor total. Semakin tinggi nilai koefisien yang diperoleh, semakin tinggi pula konsistensi instrumen tersebut. Nilai koefisien reliabilitas berada dalam rentang 0,00 hingga 1,00, semakin mendekati 1,00 menunjukkan reliabilitas alat ukur yang semakin baik (Azwar, 2019).

Pengujian reliabilitas penelitian ini menggunakan *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) versi 26. Hasil uji reliabilitas untuk instrumen pada variabel intensitas mendengarkan musik religi dan gejala kecemasan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 7
Hasil uji Reliabilitas Intensitas Mendengarkan Musik Religi dan Gejala Kecemasan

Variabel	N	Nilai Cronbach's Alpha
Intensitas Mendengarkan Musik Religi	15	0,519
Gejala Kecemasan	16	0,826

Hasil reliabilitas pada tabel di atas menunjukkan bahwa skor koefisien reliabilitas dari skala Intensitas Mendengarkan Musik Religi adalah $r = 0,519$ artinya bernilai baik dan dapat diterima dan digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian. Begitu juga skala Gejala Kecemasan adalah $r = 0,826$

artinya bernilai baik dan dapat diterima digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan proses pengolahan dan pengkajian seluruh data yang diperoleh dari instrumen penelitian, seperti dokumen, hasil tes, dan sumber data lainnya. Data diperoleh melalui angket, di olah dan di analisis selanjutnya analisis data dilakukan dengan cara mengelompokan data berdasarkan jenis dan variabel responden. Data yang diperoleh, di olah dan di analisis sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk melihat pengaruh antara intensitas mendengarkan musik religi dengan gejala kecemasan menggunakan teknik korelasi person analisis. Analisis data menggunakan beberapa tahap sebagai berikut :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data pada variabel bebas dan variabel terikat dalam model regresi berdistribusi normal atau tidak (Sugiyono, 2016).

2. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan uji prasyarat yang digunakan sebelum melakukan analisis korelasi. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara dua variabel yang dianalisis bersifat linear atau tidak (Priyatno & Dwi, 2014)

3. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh Intensitas Mendengarkan Musik Religi terhadap Gejala Kecemasan Pada Mahasiswa Prodi Psikologi Islam yang sedang mengerjakan Skripsi. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS versi 2.6 *for windows*.

a) Uji Regresi Sederhana

Analisis regresi sederhana dilakukan untuk mengetahui sejauh mana variabel X memengaruhi variabel Y. Regresi digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat serta untuk memprediksi variabel terikat berdasarkan variabel bebas. Dalam penelitian ini, teknik analisis yang digunakan adalah regresi linier sederhana (Priyanto, 2014). Adapun persamaan regresi sederhana dirumuskan sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

UIN IMAM BONJOL
PADANG