

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan jenis library research, yaitu penelitian yang memanfaatkan sumber-sumber pustaka tanpa turun langsung ke lapangan. Penelitian kualitatif digunakan karena objek kajian berupa teks al-Qur'an dan penafsiran para mufassir yang memerlukan pemahaman mendalam terhadap makna linguistik, konteks historis, dan pesan naratifnya. Jenis penelitian ini sesuai dengan karakter analisis terhadap ayat dan tafsir, terutama ketika dilakukan melalui pendekatan tematik atau tafsir mawdu'i (Suryadilaga 2017). Pendekatan tematik memungkinkan peneliti menghimpun ayat-ayat dalam satu surat yang menjadi fokus pembahasan tokoh tertentu, sehingga pola pembacaan ayat lebih integratif dan terarah (Sahiron 2016). Dalam penelitian ini, pendekatan tersebut dipadukan dengan teori resiliensi Reivich dan Shatte untuk menafsirkan dinamika psikologis tokoh perempuan dalam al-Qur'an berdasarkan tujuh indikator resiliensi (Siti Rahayu 2015).

3.2 Sumber Data

Dalam penelitian ini, data yang digunakan dibagi menjadi dua jenis, yaitu data primer dan data sekunder, yang keduanya saling melengkapi dalam proses analisis dan interpretasi. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut:

3.1.1 Sumber Data Primer

Sumber data primer penelitian ini adalah al-Qur'an, dengan menggunakan satu surat untuk setiap tokoh perempuan. Tokoh Maryam dianalisis melalui Surat Maryam ayat 16-28 yang menggambarkan perjuangan psikologis, krisis emosional, dan tekanan sosial yang dihadapinya. Asiyah dianalisis melalui Surat At-Tahrim ayat 11 yang memuat keteguhan iman dan perlawanan spiritual terhadap kezaliman Fir'aun. Kisah Aisyah dikaji melalui Surat An-Nur ayat 11-26 yang memuat peristiwa fitnah al-ifk sebagai ujian besar terhadap kehormatan dan ketahanan emosi. Sementara itu,

tokoh Ratu Bilqis dikaji dalam Surat An-Naml ayat 32–34 yang menceritakan kecerdasan kepemimpinan, kemampuan analisis kausal, dan transformasi spiritual menuju keimanan.

Pemilihan tokoh Maryam, Asiyah, Aisyah, dan Ratu Balqis dalam penelitian ini didasarkan pada pertimbangan metodologis dan konseptual. Keempat tokoh tersebut memiliki narasi yang cukup jelas dan lengkap dalam al-Qur'an, terutama yang berkaitan dengan situasi konflik, tekanan, dan respon batin yang dapat dianalisis melalui pendekatan psikologi. Tidak semua tokoh perempuan dalam al-Qur'an memiliki paparan peristiwa yang memadai untuk dikaji dari aspek tekanan psikologis. Oleh karena itu, pemilihan dilakukan secara selektif berdasarkan ketersediaan data tekstual yang memungkinkan dilakukan analisis secara mendalam.

Selain itu, keempat tokoh ini merepresentasikan variasi bentuk tekanan yang berbeda. Maryam menghadapi tekanan sosial dan moral akibat kehamilannya tanpa suami; Asiyah mengalami tekanan kekuasaan dan ancaman dalam lingkungan rumah tangga yang zalim; Aisyah menghadapi tekanan sosial akibat fitnah publik; sedangkan Ratu Balqis berada dalam tekanan politik dan dilema kepemimpinan. Variasi konteks ini memungkinkan penelitian untuk melihat bentuk-bentuk tekanan psikologis perempuan dalam spektrum yang lebih luas dan tidak terbatas pada satu jenis konflik saja.

Dengan demikian, pemilihan tokoh dalam penelitian ini bukan bersifat acak, melainkan berdasarkan pertimbangan ilmiah, yaitu adanya indikator tekstual yang jelas, keberadaan konflik yang relevan dengan kajian psikologi, serta keberagaman bentuk tekanan yang dapat dianalisis secara komparatif. Hal ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih sistematis dalam memahami dinamika psikologis tokoh perempuan dalam al-Qur'an.

3.1.2 Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder dalam penelitian ini berasal dari kitab-kitab tafsir dan literatur ilmiah yang relevan dengan analisis resiliensi perempuan berdasarkan teori Reivich dan Shatte. Kitab tafsir utama yang digunakan adalah *Tafsir Al-Azhar* karya Buya Hamka dan *Tafsir Al-Misbah* karya M.

Quraish Shihab. Kedua tafsir ini dipilih karena mampu menjelaskan ayat-ayat kisah secara kontekstual dan naratif, sehingga membantu mengungkap tekanan batin, respons emosional, serta sikap tokoh perempuan dalam menghadapi situasi sulit. *Tafsir Al-Azhar* relevan untuk membaca keteguhan dan ketahanan batin tokoh seperti Maryam dan Asiyah yang menghadapi tekanan berat secara personal dan sosial, sementara *Tafsir Al-Misbah* membantu menelusuri proses berpikir dan pengambilan keputusan tokoh seperti Aisyah dan Ratu Bilqis. Dengan demikian, penggunaan kedua tafsir ini mendukung analisis resiliensi perempuan dalam ayat-ayat kisah al-Qur'an secara seimbang, baik dari sisi ketahanan batin maupun kemampuan merespons tekanan secara rasional.

Selain itu, penelitian ini juga menggunakan artikel jurnal yang membahas psikologi resiliensi. Jurnal mengenai studi al-Qur'an dan metodologi tafsir tematik juga turut digunakan untuk memperkuat dasar metodologis penelitian ini (Abdul Mustaqim 2016). Karya-karya tersebut menjadi sumber pembandingan sekaligus penguat bagi posisi dan kebaruan penelitian ini yang menekankan pendekatan tafsir tematik dengan kerangka psikologi positif, dalam menganalisis nilai resiliensi dalam kisah-kisah perempuan dalam al-Qur'an.

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui metode studi kepustakaan (library research), yaitu dengan menelaah dan menganalisis secara mendalam sumber-sumber tertulis yang relevan dengan fokus kajian. Penelitian ini bersifat kualitatif dan tidak melibatkan observasi lapangan, sehingga seluruh data diperoleh dari dokumen dan literatur, baik berupa teks al-Qur'an, kitab tafsir, maupun teori-teori psikologi yang mendukung analisis resiliensi. Fokus utama kajian diarahkan pada ayat-ayat kisah yang memuat representasi tokoh perempuan seperti Maryam, Asiyah, Aisyah, dan Ratu Bilqis, khususnya dalam konteks resiliensi yang mereka tunjukkan saat menghadapi tekanan psikologis, sosial, maupun spiritual.

3.4 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis isi tematik (*content analysis*). Analisis dilakukan terhadap ayat-ayat kisah tokoh-tokoh perempuan dalam al-Qur'an, seperti Maryam, Asiyah, Aisyah, dan Ratu Balqis, yang menggambarkan respons psikologis dan spiritual mereka dalam menghadapi tekanan. Peneliti mengidentifikasi ayat-ayat yang relevan dengan tema pertahanan diri, lalu mengelompokkannya ke dalam tujuh aspek resiliensi berdasarkan teori Reivich dan Shatte (Reivich & Shatte 2003), yaitu emotional regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy, dan reaching out.

Analisis dimulai dengan pembacaan intensif terhadap struktur naratif dalam kisah-kisah perempuan tersebut, guna menangkap bentuk-bentuk pertahanan diri yang tampak dalam tindakan, sikap, pilihan bahasa, serta pengambilan keputusan tokoh. Setiap tokoh dianalisis dalam konteks pengalaman hidup yang penuh tantangan seperti tekanan sosial terhadap Maryam, kekejaman penguasa yang dihadapi Asiyah, dinamika rumah tangga dan isu sosial yang melibatkan Aisyah, serta kepemimpinan strategis Ratu Balqis. Kisah-kisah ini tidak hanya dibaca secara tematik, tetapi juga dilihat dalam kerangka psikologi positif dan spiritual.

Selanjutnya, data dianalisis dalam dua tahap utama. Tahap pertama adalah mengumpulkan ayat-ayat yang menggambarkan pengalaman emosional dan spiritual tokoh perempuan tersebut saat menghadapi ujian, baik secara personal maupun sosial. Tahap kedua adalah mengaitkan respons-respons tersebut dengan tujuh indikator resiliensi dari teori Reivich dan Shatte, sehingga setiap aspek resiliensi dapat dipetakan secara sistematis dalam konteks masing-masing tokoh. Proses ini memberikan kerangka interpretasi yang memungkinkan integrasi antara makna tekstual ayat dengan konstruksi psikologis modern.

Dengan pendekatan ini, penelitian tidak hanya menggambarkan nilai-nilai resiliensi perempuan dalam al-Qur'an secara tekstual, tetapi juga memberikan penafsiran yang sistematis dan aplikatif melalui kerangka

psikologi modern. Teknik analisis ini memungkinkan pembacaan al-Qur'an yang lebih kontekstual terhadap pengalaman perempuan, serta membuka ruang dialog antara studi keislaman dan psikologi kontemporer. Diharapkan, analisis ini dapat memperluas pemahaman mengenai bagaimana al-Qur'an menampilkan ketahanan batin perempuan sebagai nilai universal yang relevan dalam kehidupan modern.

