

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan Korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang menggunakan data-data berupa angka untuk menguji dan menggambarkan sebuah hipotesis yang telah ditetapkan.¹ Sedangkan pendekatan korelasional merupakan pendekatan yang digunakan untuk menentukan apakah ada hubungan dan tingkat hubungan antar variabel yang diteliti.² Dengan mengetahui hubungan antar variabel yang ada maka peneliti dapat mengembangkan data sebagaimana mestinya. Penelitian ini menggunakan analisis regresi linear sederhana, bertujuan menguji apakah terdapat pengaruh antara intensitas puasa sunnah Senin Kamis terhadap kecerdasan spiritual pada siswi MAS Hidayatul Qomariyah Kota Bengkulu.

B. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah fokus penelitian yang bisa diamati dan diukur. Kemudian diputuskan dengan peneliti untuk lebih dipelajari dan menarik suatu kesimpulan. Pada penelitian ini terdapat 2 variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

Variabel X : Intensitas Puasa Sunnah Senin Kamis

Variabel Y : Kecerdasan Spiritual

¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2018), Hal. 8

² Amir Hamzah & Lidia Susanti, *Metode Penelitian Kuantitatif Kajian Teoritik Dan Praktik Di Lengkapi Desain, Proses Dan Hasil Penelitian*, (1 Ed.), (Malang: Literasi Nusantara, 2020), Hal. 103

C. Definisi Oprasional Variabel

1. Intensitas Puasa Sunnah Senin Kamis

Intensitas merupakan keadaan tingkatan atau ukuran intensitasnya.³ intensitas juga dikatakan ukuran keseringan seseorang dalam melaksanakan suatu aktivitas tertentu yang didasari dengan motivasi yang baik untuk melakukannya sehingga mampu untuk mendorongnya melakukan aktivitas itu secara terus menerus.⁴ Disimpulkan bahwa intensitas puasa sunnah senin kamis adalah keseringan atau rutinitas seseorang dalam melaksanakan puasa sunnah diiringi dengan motivasi dan semangat dalam menjalankannya. Adapun indikator dalam intensitas puasa sunnah senin kamis adalah :

- a. Frekuensi atau keseringan dalam berpuasa
- b. Kesungguhan dalam berpuasa
- c. Motivasi dalam berpuasa.⁵

2. Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual merupakan inti dari kesejahteraan manusia secara keseluruhan.⁶ Kecerdasan spiritual ialah kecerdasan dalam diri manusia untuk mengatasi persoalan terkait makna dan nilai berupa menempatkan pilihan, perilaku dalam kehidupan kedalam makna yang lebih luas.⁷ Kecerdasan

³ Tim Redaksi, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2016), Hal. 438

⁴ Fishbein, & Ajzen, *Intention And Behavior: An Introduction To Theory And Research, Reading*, (Amherst: Ma: Addison-Wesley, 1975), Hal. 283

⁵ Nailul Muna, Skripsi: “*Pengaruh Intensitas Puasa Senin Kamis Terhadap Akhlak Sabar Santri Darul Falah Be-Songo Semarang*”, (Ilmu Tarbiah dan Keguruan, UIN Walisongo Semarang, Semarang), Hal 12-13

⁶ Marsha Sinetar, *Spiritual Intelegence*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2001), Hal.8

⁷ Danah Zohar & Ian Marshall, *SQ: Kecerdasan Spiritual*, (1 Ed.), (Great Britain: Mizan Media Utama, 2000), Hal. 10

spiritual seseorang dapat menampilkan bagaimana gambaran tingkat perilaku dan seberapa besar seseorang mampu memaknahi dan nilai ibadah kepada setiap perilaku dan tindakannya dalam kehidupan. Indikator kecerdasan spiritual sebagaimana dikemukakan Danah Zohar dan Ian Marshal meliputi :

- a. Kemampuan bersikap fleksibel
- b. Adanya tingkat kesadaran yang tinggi
- c. Kemampuan dalam menghadapi dan memanfaatkan penderitaan
- d. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit dan takut
- e. Kualitas hidup dengan visi dan nilai-nilai.
- f. Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu
- g. Kecenderungan untuk berpandangan holistik
- h. Memiliki rasa ingin tahu yang mendalam terhadap makna hidup
- i. Memiliki kemudahan untuk berkerja melawan konvensi.⁸

D. Waktu dan Lokasi Penelitian

Waktu yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah selama satu bulan dimulai dari tanggal dikeluarkan SK penelitian dari pihak Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Jurusan Dakwah, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu dimulai dari tanggal 6 Maret - 17 April 2025. Adapun lokasi penelitian ini dilakukan di sekolah MAS

⁸ Akhmad Muhaimin, *Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Bagi Anak*, (Jogjakarta: Kata Hati, 2010), Hal 43-46

Hidayatul Qomariyah Kota Bengkulu yang beralamat di Jln. Sukamaju Kel. Padang Serai Kec. Kampung Melayu Kota Bengkulu.

E. Sumber Data Penelitian

Sumber data penelitian merupakan asal usul data yang ditemukan selama proses penelitian sedang berlangsung. Peneliti memakai dua jenis sumber data di dalam penelitian ini, yaitu:

1. Sumber Data Primer

Data primer merupakan data atau informasi yang diterima secara langsung melalui subjek penelitian. Dalam hal ini, yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah pengajar dan seluruh siswi MAS Hidayatul Qomariyah.

2. Sumber Data Sekunder

Data sekunder merupakan informasi yang didapatkan melalui pihak lain menggunakan metode pengumpulan data secara tidak langsung dan bersifat dokumentasi. Adapun bentuk datanya mencakup dokumen pribadi, laporan, dan dokumen lainnya yang tentunya terdapat keterkaitan dengan variabel yang sedang diteliti dalam sebuah penelitian.

F. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek yang didalamnya ada karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari lebih lanjut dan ditarik kesimpulannya.⁹ maka disimpulkan populasi

⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2018), Hal. 80

dalam penelitian ini meliputi seluruh siswi MAS Hidayatul Qomariyah Kota Bengkulu.

2. Sampel dan Teknik Sampling

Sampel merupakan sebagian dari jumlah keseluruhan populasi yang dijadikan sebagai subjek penelitian. Jikalau dikarenakan populasi yang cukup besar dan sulit untuk diteliti secara menyeluruh dikarenakan keterbatasannya waktu, biaya dan tenaga yang ada, maka peneliti dapat mengambil sampel yang benar-benar *representatif* (mewakili) agar dapat menggambarkan populasi secara menyeluruh.¹⁰ Pada penelitian ini peneliti menggunakan rumus slovin dengan tingkat kesalahan 5% untuk menentukan jumlah sampel yang harus digunakan. Adapun rumus solvin dengan perhitungan sebagai berikut:

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

n: Jumlah Sampel

N: Jumlah Populasi

e: Batas Toleransi eror

Dimana N = 136 dan e = 0,05:

$$n = \frac{136}{1 + 136(0,05)^2}$$

$$n = \frac{136}{1 + 136(0,0025)}$$

$$n = \frac{136}{1 + 0,34} = \frac{136}{1,34} = 101,492$$

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2018), Hal. 81

Kemudian dibulatkan menjadi 101 sampel.

Penelitian ini menggunakan metode probability sampling, yaitu teknik pengambilan sampel dimana setiap elemen dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih dalam bagian dari sampel penelitian. Teknik ini mencakup, simple random sampling. Dinamakan simple dikarenakan dalam pengambilan responden dari sebuah populasi yang sudah ditetapkan dilaksanakan secara random tanpa memperhatikan tingkatan yang ada.¹¹ Dengan demikian, setiap populasi mempunyai peluang yang setara untuk menjadi responden. Adapun yang terpilih menjadi sampel adalah beberapa siswi mas hidayatul qomariah kota bengkulu.

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah tahap penting dalam proses penelitian untuk memperoleh data atau hasil penelitian yang dibutuhkan.¹² dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik kuesioner tertutup dengan skala likert sebagai instrumen utama, dimana nanti penulis akan memberikan sejumlah pernyataan tertulis yang sudah disiapkan untuk memperoleh informasi dari siswi MAS Hidayatul Qomariyah yang melaksanakan puasa sunnah Senin Kamis secara rutin. Jawaban yang diberikan responden akan dibagi dalam skala yang bersifat positif (mendukung) atau negatif (tidak menguntungkan). Nilai dari pernyataan akan diolah sebagai data penelitian.

¹¹ Toto Syatori Nasehudin & Nanag Cozali, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (2 Ed.), (Bandung: Pustaka Setia, 2015), Hal. 63

¹² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2018), Hal. 224

H. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipakai untuk mengukur suatu fenomena alami maupun sosial. Dalam metode kuantitatif, instrumentasi yang digunakan dalam penelitian harus memenuhi syarat dalam uji validitas dan reliabilitas. Namun, meskipun instrumen telah terbukti valid dan andal juga belum tentu bisa mendapatkan hasil data yang berguna dan sesuai jika instrumen diproses secara tepat dan benar sesuai prosedurnya.¹³ adapun instrumentasi kuantitatif dapat berupa tes, pedoman wawancara kepada responden, pedoman observasi lapangan, dan angket.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan angket dengan model skala likert, merupakan jenis angket tertutup yang biasanya disajikan sesuai dengan alternatif jawaban yang tersedia. Teknik ini diterapkan kepada siswi MAS Hidayatul Qomariah. Skala likert memungkinkan peneliti dalam mengukur variabel secara lebih terinci melalui indikator yang mencerminkan aspek positif dan negatif. Angket pada variabel intensitas puasa sunnah Senin Kamis pada penelitian ini mengadopsi dari angket penelitian Nailul Muna. Sedangkan angket pada variabel kecerdasan spiritual dalam penelitian ini mengadopsi dari angket penelitian yang dilakukan oleh Miftahul Amili.

¹³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta. 2018), Hal. 222

Tabel 3.1

Kisi- Kisi Instrumen Intensitas Puasa Sunnah Senin Kamis

No	Indikator	No. item		Jumlah
		F	UF	
1	Frekuensi	1, 2, 3, 4, 5		5
2	Kesungguhan	6, 7,	8	3
3	Motivasi	11, 12, 13, 14	9, 10	6
Total		11	3	14

Tabel 3.2

Kisi- Kisi Instrumen Kecerdasan Spiritual

No	Indikator	No. item		Jumlah
		F	UF	
1	Kemampuan bersikap fleksibel	1, 2		2
2	Kemampuan menghadapi dan memanfaatkan penderitaan	3, 4, 5, 6		4
3	Menghadapi dan melampaui rasa sakit dan takut	7, 8, 9		3
4	Kesadaran diri yang tinggi	10, 11, 12		3
5	Kualitas hidup dengan visi dan nilai	13, 14		2
6	Keengganan menyebabkan kerugian yang tidak perlu	15, 16, 17, 18		4
7	Kecenderungan bersifat holistik	19, 20, 21		3
8	Kecenderungan untuk bertanya “mengapa” dan “bagaimana” serta mencari jawaban yang mendasar	22, 23, 24, 25		4

No	Indikator	No. item		Jumlah
9	Kemudahan belajar diluar konvensi	26, 27, 28		3
Total		28		28

I. Validitas dan Realibilitas Data

1. Uji Validitas

Uji validitas merupakan prosedur yang digunakan untuk menilai keabsahan setiap item dalam instrumen kuesioner. Tujuan dari uji ini adalah untuk memastikan bahwa setiap pernyataan yang disusun benar-benar mengukur aspek yang dimaksud. Pengujian validitas ini umumnya dilakukan dengan menggunakan skala Likert sebagai alat ukur. Instrumen angket yang valid akan digunakan sebagai soal instrumen sedangkan yang tidak valid akan dibuang jika pertanyaan masih memiliki perwakilan pertanyaan dalam indikatornya. Syarat kevaliditasan suatu item ialah apabila $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$ dengan taraf signifikan 5%, sebaliknya apabila $r_{\text{hitung}} < r_{\text{tabel}}$ maka item dinyatakan tidak valid. Perhitungan validitas pernyataan instrumen angket dilakukan dengan bantuan Software Spss 20.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas bertujuan untuk mengukur tingkat konsistensi suatu instrumen angket yang digunakan dalam penelitian. Dengan demikian, instrumen tersebut dapat digunakan secara berulang untuk mengukur variabel yang sama tanpa menghasilkan perbedaan yang signifikan. Dalam pengujian ini, peneliti menerapkan teknik Cronbach's Alpha dengan bantuan

perangkat lunak SPSS versi 20. Nilai reliabilitas ditentukan berdasarkan hasil output Cronbach's Alpha pada SPSS. Adapun pedoman dalam pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

- a. Jika nilai Cronbach's Alpha $> 0,60$ maka instrumen dinyatakan reliabel atau konsisten.
- b. Jika nilai Cronbach's Alpha $< 0,60$ maka instrumen dinyatakan tidak reliabel atau tidak konsisten.

J. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan metode yang digunakan untuk mengolah data mentah yang diperoleh dari hasil penelitian menjadi informasi yang bermakna. Proses ini melibatkan berbagai langkah sistematis untuk memperoleh interpretasi yang dapat digunakan sebagai dasar penarikan kesimpulan penelitian. Mengetahui jumlah presentase pengaruh intensitas puasa sunnah senin kamis dan kecerdasan spiritual siswi MAS Hidayatul Qomariyah Kota Bengkulu, peneliti menggunakan rumus kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 3.3

Rumus Kategorisasi

Kategori	Rumus
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \geq X$

1. Uji Prasyarat Analisis Data

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dalam model regresi memiliki sebaran normal antara variabel terikat dengan variabel bebas. Pengujian ini dilakukan untuk masing-masing variabel, yaitu intensitas puasa sunnah dan kecerdasan spiritual dengan menggunakan bantuan Software Spss 20. Jika data berdistribusi normal atau mendekati normal maka model regresi dianggap layak. Pengujian normalitas ini menggunakan uji statistik yakni uji One-Sampel Kolmogrov Smirnov melalui Software Spss 20. Dengan dasar pengambilan keputusannya sebagai berikut:

- a. Jika nilai Signifikan $> 0,05$ maka data berdistribusi normal.
- b. Jika nilai Signifikan $< 0,05$ maka data dianggap tidak berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mencari apakah spesifikasi model yang dipakai sudah benar atau belum dan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear antara variabel bebas dan variabel terikat. Pengujian ini dilakukan karena analisis yang digunakan mengasumsikan adanya hubungan linier antara variabel-variabel yang diteliti. Hubungan tersebut dikatakan linier jika nilai signifikansi $\geq 0,05$. Sebaliknya, jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka hubungan antar variabel dinyatakan tidak linier. Dalam

proses pengujiannya, peneliti menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS versi 20.

2. Uji Hipotesis Penelitian

a. Uji Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi merupakan teknik statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis guna mengetahui ada atau tidaknya pengaruh suatu variabel terhadap variabel lainnya. Dalam penelitian ini, digunakan regresi linier sederhana yang bertujuan untuk menganalisis hubungan fungsional antara satu variabel bebas (independen) dengan satu variabel terikat (dependen) melalui bentuk persamaan regresi. Persamaan umum regresi linear sederhana adalah :

$$\hat{Y} = a + b x , \text{ Dimana:}$$

$\hat{Y}$ = subyek dalam variabel dependen yang diprediksikan

a = harga Y bila $X = 0$ (harga konstan)

b = Koefesien Regresi (nilai peningkatan atau penurunan)

X = Variabel Independen

Berdasarkan persamaan tersebut, maka dapat diketahui nilai a dan b melalui rumus least square yaitu:

rumus untuk mengetahui besar nilai a :

$$a = \frac{(\sum y)(\sum x^2) - (\sum y)(\sum xy)}{n(\sum x^2) - (\sum x^2)}$$

rumus untuk mengetahui besar nilai b :

$$b = \frac{n(\sum xy) - (\sum x)(\sum y)}{n(\sum x^2) - (\sum x^2)}$$

Dimana:

n = jumlah data sampel

b. Uji t (parsial)

Uji t merupakan metode statistik yang secara umum digunakan dalam penelitian kuantitatif dengan model regresi. Bertujuan untuk menentukan seberapa besar pengaruh variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) dalam suatu penelitian. Pengujian dilakukan dengan 2 arah dengan tingkat keyakinan sebesar 95% dan dilakukan uji tingkat signifikan pengaruh hubungan variabel independen secara individual terhadap variabel dependen, dimana dengan tingkat signifikansi ditentukan sebesar 5% dan *degree of freedom* (df) = $n - k$. Adapun kriteria pengambilan keputusan yang digunakan dalam pengujian ini ialah sebagai berikut:

- 1) Apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $Sig < 0,05$, maka terdapat pengaruh variabel X terhadap variabel Y
- 2) Apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau $Sig > 0,05$, maka tidak terdapat pengaruh variabel X terhadap variabel Y.

c. Uji Product Moment

Teknik korelasi product moment merupakan salah satu teknik statistik yang digunakan untuk menilai tingkat keeratan suatu hubungan antara dua variabel atau lebih dengan memperkalikan momen-momen (unsur penting) dari masing-masing variabel. Teknik ini dikenal juga sebagai korelasi pearson, karena dikembangkan oleh karl pearson. Rumus yang digunkana dalam analisis uji product moment adalah:

$$r = \frac{-b \pm \sqrt{b^2 - 4ac}}{2a}$$

R_{xy} : Koefisiensi korelasi antara variabel X dan Y

$\sum XY$: Jumlah variabel X dikali variabel Y

$\sum X$: Hasil variabel X

$\sum Y$: Hasil variabel Y

N : Jumlah responden

D. Hipotesis Penelitian

Secara bahasa, kata hipotesis berasal dari dua kata dalam bahasa Yunani, yaitu kata *Hypo* yang berarti kurang dan *thesis* yang berarti pendapat. dalam konteks penelitian, hipotesis merupakan kesimpulan sementara yang membutuhkan adanya pembuktian lebih lanjut melalui proses penelitian.¹⁴ hipotesis ini baru dapat diuji kebenarannya setelah melalui pengumpulan dan analisis data. Berdasarkan teori tersebut, maka dapat dipahami sebagai sebuah jawaban sementara terhadap rumusan masalah dalam penelitian, yang nantinya akan dilakukan melalui data yang ada di lapangan. Adapun hipotesis yang penulis ajukan dirumuskan sebagai berikut:

1. *Hipotesis alternatif* (H_a) : "ada pengaruh antara intensitas puasa sunnah Senin Kamis terhadap kecerdasan spiritual pada siswi MAS Hidayatul Qomariyah Kota Bengkulu".
2. *Hipotesis nol* (H_o) : "tidak adanya pengaruh antara intensitas puasa sunnah Senin Kamis terhadap kecerdasan spiritual pada siswi MAS Hidayatul Qomariyah Kota Bengkulu".

¹⁴ Cholid Narbuko & Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta Timur: Bumi Aksara, 2021), Hal. 29