

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini yaitu jenis penelitian lapangan (*field research*) dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode ini sebagai metode ilmiah / *scientific* karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit / empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis.<sup>1</sup> Metode ini juga disebut metode *discovery*, karena dengan metode ini dapat ditemukan dan dikembangkan berbagai iptek baru. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.

#### **B. Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel Penelitian**

##### **1. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>2</sup>

Dalam penelitian sosial dan psikologi, satu variabel tidak mungkin hanya berkaitan dengan satu variabel lain saja, melainkan selalu saling memengaruhi dengan beberapa variabel lainnya. Oleh karena itu, perlu dilakukan identifikasi terlebih dahulu terhadap variabel penelitiannya. Identifikasi variabel merupakan langkah penetapan variabel-variabel utama dalam sebuah penelitian dan penentuan fungsinya masing-masing.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Alfabeta, Bandung, Cet. 13, 2011, hlm. 7.

<sup>2</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, Alfabeta, Bandung, 2007, hlm. 3.

<sup>3</sup> Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 1998, hlm. 60-61.

Adapun variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- a. Variabel Independen (X) adalah variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat).<sup>4</sup> Dalam penelitian ini variabel independennya adalah puasa Senin Kamis.
- b. Variabel Dependen (Y) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel independen.<sup>5</sup> Dalam penelitian ini variabel dependennya adalah tekanan darah.

## 2. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel penelitian adalah definisi menurut peneliti tentang variabel yang dimaksud dalam penelitian ini. Namun demikian, terdapat kemungkinan yang sama antara definisi operasional variabel dalam penelitian ini dengan definisi pada umumnya (konseptual) yang terdapat dalam beberapa literatur tentang variabel-variabel yang ada. Definisi operasional juga bisa dipahami sebagai definisi yang dibuat oleh peneliti sesuai dengan tujuan dalam penelitian agar lebih mudah menentukan alat ukur yang digunakan dalam penelitian.

Variabel harus didefinisikan secara operasional agar lebih mudah dicari hubungannya antara satu variabel dengan lainnya dan pengukurannya. Selanjutnya Jonathan juga menyebutkan bahwa operasionalisasi variabel bermanfaat untuk : 1) mengidentifikasi kriteria yang dapat diobservasi yang sedang didefinisikan ; 2) menunjukkan bahwa suatu konsep atau objek mungkin mempunyai lebih dari satu definisi operasional ; 3) mengetahui bahwa definisi operasional bersifat unik dalam situasi dimana definisi tersebut harus digunakan.<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*,... hlm. 39.

<sup>5</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, hlm. 4.

<sup>6</sup> Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, hlm. 67.

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Tekanan Darah

Tekanan darah adalah berbedanya batasan akhir yang disalurkan darah ke dinding pembuluh darah (arteri). Ada dua jenis tekanan darah. *Pertama*, tekanan darah *sistole* (tekanan pada masa reaksi jantung), yaitu 100-150 mmHg. *Kedua*, tekanan darah *diastole* (tekanan pada masa relaksasi jantung), yaitu 60-90 mmHg.<sup>7</sup>

Pengukuran variabel tekanan darah ini diungkap melalui alat ukur tekanan darah yaitu *sphygmomanometer* tipe elektronik, atau lebih dikenal dengan sebutan tensimeter elektronik.

b. Puasa Senin Kamis

Puasa Senin Kamis merupakan salah satu puasa yang dilaksanakan di luar bulan Ramadhan (dilaksanakan pada hari Senin dan Kamis). Hukum mengerjakannya adalah sunnah dan sebagai puasa tambahan yang dianjurkan.

Pengukuran variabel puasa Senin Kamis ini diungkap melalui wawancara (*interview*) berstruktur.

## C. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>8</sup>

Jika dilihat dari penentuan sumber data, populasi dibedakan menjadi dua yaitu populasi terbatas dan populasi tak terhingga.<sup>9</sup> *Populasi*

---

<sup>7</sup> Rasyad Fuad As-Sayyid, *Puasa Sebagai Terapi Penyembuhan Berbagai Penyakit*, hlm. 179-180.

<sup>8</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Alfabeta, Bandung, 2011, hlm. 80.

<sup>9</sup> Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif : Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-ilmu Sosial Lainnya*, Kencana, Jakarta, 2008, hlm. 99.

*terbatas*, yaitu populasi yang memiliki sumber data yang jelas batas-batasnya secara kuantitatif. *Populasi tak terhingga*, yaitu populasi yang tidak dapat ditentukan batas-batasnya secara kuantitatif. Oleh karenanya, luas populasi bersifat tak terhingga dan hanya dapat dijelaskan secara kualitatif.

Sesuai dengan penjelasan di atas maka jenis populasi dalam penelitian ini adalah populasi terbatas, yakni seluruh santri Pesantren Mahasiswa Qolbun Salim Walisongo Semarang yang berjumlah 110 santri, terdiri dari 50 santri putra dan 60 santri putri.

**Tabel 2. Data jumlah santri Pesantren Mahasiswa Qolbun Salim Walisongo Semarang (tahun 2014)**

No.	Nama Wisma	Keterangan	Jumlah Santri
1.	Al – Hamra	Wisma Putri	14
2.	Al Kautsar	Wisma Putri	9
3.	Al – Izzah	Wisma Putri	14
4.	Al – Ma’wa	Wisma Putri	12
5.	Al – Husna	Wisma Putri	11
6.	Ar - Royyan	Wisma Putra	9
7.	Al – Adn	Wisma Putra	10
8.	Al – Mafaza	Wisma Putra	6
9.	Al – Firdaus	Wisma Putra	9
10.	Darussalam	Wisma Putra	7
11.	Ar – Raihan	Wisma Putra	9
<b>TOTAL</b>			<b>110</b>

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.<sup>10</sup> Sampel yang digunakan dalam sebuah penelitian harus representatif (mewakili) dari populasi karena kesimpulan yang akan

<sup>10</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif..* hlm. 81.

dirumuskan pada sampel juga berlaku untuk populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian santri yang diambil dari keseluruhan santri putra maupun putri Pesantren Mahasiswa Qolbun Salim Walisongo Semarang.

Secara garis besar desain sampel terbagi menjadi dua, yaitu sampel probabilitas (*probability sampling*) dan sampel nonprobabilitas (*nonprobability sampling*). Penelitian ini menggunakan desain sampel nonprobabilitas dengan metode *sampling jenuh* karena jumlah sampel dalam populasi yakni 110 responden. Dimana dalam penelitian sampel akan terbagi lagi dalam dua kelompok. Dengan demikian, sampel dalam masing-masing kelompok kurang dari 100 responden.

Metode *sampling jenuh* adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Umumnya teknik sampel ini sering dilakukan pada penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Istilah lain sampel jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel.<sup>11</sup>

Berdasarkan metode sampling yang digunakan dalam penelitian ini seperti yang telah dijelaskan di atas, maka dengan 110 responden diperoleh sebanyak 54 orang santri Pesantren Mahasiswa Qolbun Salim Walisongo Semarang yang terbiasa berpuasa Senin Kamis, dan sebanyak 56 orang santri yang tidak terbiasa berpuasa Senin Kamis. Dimana seluruh santri mendapatkan kesempatan yang sama untuk dilakukan pengukuran tekanan darahnya. Rincian dapat dilihat dalam tabel di bawah ini.

**Tabel 3. Distribusi Sampling**

No.	Nama Wisma	Kebiasaan Berpuasa Senin Kamis		Jumlah Santri (/wisma)
		Terbiasa	Tidak Terbiasa	
1.	Al – Hamra	4	10	14
2.	Al – Kautsar	4	5	9
3.	Al – Izzah	6	8	14

<sup>11</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian...*, hlm. 68.

4.	Al – Ma'wa	8	4	12
5.	Al – Husna	5	6	11
6.	Ar – Royyan	4	5	9
7.	Al – Adn	7	3	10
8.	Al – Mafaza	2	4	6
9.	Al – Firdaus	6	3	9
10.	Darussalam	4	3	7
11.	Ar – Raihan	4	5	9
<b>TOTAL</b>		<b>54</b>	<b>56</b>	<b>110</b>

#### D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan dalam suatu penelitian.<sup>12</sup> Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode menggunakan alat ukur tekanan darah berupa *sphygmomanometer* (lebih dikenal dengan istilah tensimeter) dan wawancara berstruktur. Sebagai alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini, *sphygmomanometer* yang digunakan tentunya telah memenuhi standar (terstandarisasi).

Wawancara adalah teknik pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan langsung oleh pewawancara kepada responden, dan jawaban-jawaban responden dicatat atau direkam.<sup>13</sup>

Menurut M. Iqbal Hasan teknik wawancara dibedakan atas dua, yaitu wawancara berstruktur dan wawancara tidak berstruktur. Penelitian ini menggunakan teknik wawancara berstruktur

Sesuai dengan metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu melakukan wawancara berstruktur untuk mengetahui kebiasaan berpuasa Senin Kamis (variabel X) dan melakukan pengukuran tekanan darah (variabel

<sup>12</sup> Syofian Siregar, *Statistika Deskriptif Untuk Penelitian : Dilengkapi Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17*, Rajawali Press, Jakarta, 2011, hlm. 130.

<sup>13</sup> M. Iqbal Hasan, *Pokok-pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*, Ed. M. S Khadafi, Lolita, Penerbit Ghalia Indonesia, Jakarta, 2002, hlm. 85.

Y) dengan menggunakan *Sphygmomanometer elektronik*, maka diperoleh hasil sebagai berikut.

**Tabel 4. Hasil Pengukuran Tekanan Darah dan Puasa Senin Kamis**

Kebiasaan Berpuasa Senin Kamis	Tekanan Darah	
	Normal	Tidak Normal
Terbiasa	39	17
Tidak Terbiasa	15	39
Total santri (110)	54	56

#### E. Metode Analisis Data

Metode analisa data merupakan langkah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dan uji hipotesis dalam penelitian. Tujuannya adalah untuk mendapatkan kesimpulan dari hasil penelitian.

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk memberikan gambaran bentuk pengaruh dari variabel X (puasa Senin Kamis) terhadap variabel Y (tekanan darah) dan sebagai peramalan (prediktif) ada tidaknya pengaruh antara variabel X terhadap Y, maka teknik analisa data yang digunakan adalah *Mann-Whitney U-Test*. Analisis data dilakukan menggunakan program komputer *SPSS (Statistical Product and Service Solutions) versi 16.0 for Windows*.