

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan, mengevaluasi, dan melaporkan informasi dikenal sebagai jenis penelitian. Baik *positivisme*, *interpretasi*, dan ilmu sosial kritis adalah jenis ilmu sosial. Namun, jenis penelitian yang paling umum digunakan oleh para peneliti, terutama akademisi di Indonesia, adalah etnografi, fenomenologi, studi kasus, teori dasar (*grounded theory*), studi partisipatoris, dan studi kepustakaan.¹

Pada penelitian ini, menggunakan jenis penelitian lapangan (*field research*), yakni penelitian yang dilakukan dalam kehidupan yang sebenarnya agar mendapatkan hasil secara spesifik dan realitas mengenai apa yang terjadi di tengah-tengah masyarakat.² Penelitian ini dilakukan oleh peneliti dengan melakukan studi langsung agar memperoleh data yang konkret tentang peran *Instagram @Riliv* sebagai media *self care* usia dewasa awal pada fase *quarter life crisis* (perspektif bimbingan konseling Islam).

2. Pendekatan Penelitian

Studi dibagi menjadi kategori kualitatif dan kuantitatif berdasarkan metode analisis yang digunakan. Dilihat dari kedalaman analisisnya, penelitian dibagi menjadi studi deskriptif dan inferensial. Menurut kategori fungsionalnya, penelitian diklasifikasikan menjadi penelitian deskriptif, penelitian perkembangan, studi kasus dan lapangan, penelitian korelasional, penelitian kausal-komparatif, penelitian eksperimental murni, dan penelitian eksperimental semu.³ Jenis-jenis penelitian diantaranya yaitu penelitian murni atau dasar, penelitian terapan, penelitian evaluasi, penelitian orientasi tindakan, penelitian partisipatif, penelitian dampak sosial, penelitian deskriptif, penelitian eksplanatori, studi kasus, penelitian *cross-sectional*,

¹ Amir Hamzah, *Metode Penelitian Kualitatif Rekonstruksi Pemikiran Dasar serta Contoh Penerapan pada Ilmu Pendidikan, Sosial & Humaniora* (Batu: Literasi Nusantara), 40.

² Afifudin dan Beni Ahmad Saebani, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Kedua (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2012), 56.

³ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, Cetakan 9 (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 5-9.

penelitian longitudinal, studi deret waktu (*time series*), studi panel, studi kohort, studi kepustakaan, penelitian eksperimen, survei, penelitian non-reaktif, dan penelitian histogrami.⁴

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Hal tersebut dipilih karena pada penelitian ini dirasa mampu memberikan gambaran dengan kata-kata dan angka atau menyajikan profil persoalan, klasifikasi jenis atau garis besar tahapan-tahapan guna menjawab pertanyaan, siapa, kapan, di mana, dan bagaimana, tentang rincian yang lebih kompleks mengenai suatu fenomena atau peristiwa.

B. *Setting* Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, menetapkan fokus penelitian sangat penting. *Setting* penelitian menunjukkan komunitas yang akan diteliti, serta kondisi fisik dan sosialnya. Dalam penelitian kualitatif, *setting* penelitian menunjukkan tempat penelitian yang langsung terkait dengan fokus penelitian. *Setting* penelitian tidak dapat diubah kecuali fokusnya. *Setting* penelitian adalah tempat, lokasi, atau area yang dimaksudkan untuk dijadikan objek penelitian.

Pada penelitian ini, peneliti menentukan lokasi penelitian yang berlangsung pada media sosial akun *Instagram @Riliv*. Adapun yang menjadi dasar peneliti memilih lokasi tersebut karena menurut peneliti *@Riliv* merupakan sebuah akun yang banyak digunakan sebagai tempat melakukan *self care* usia dewasa awal yang sedang mengalami fase *quarter life crisis* di bulan Mei 2023. Selain itu, dalam akun *@Riliv* terdapat sesi diskusi melalui tanya jawab lewat *instastory Instagram*, serta memberikan motivasi melalui kolom komentar.

C. Subjek Penelitian

Selama proses penelitian, subjek penelitian akan bertindak sebagai informan yang akan memberikan berbagai informasi yang diperlukan. Informan kunci adalah informan yang mengetahui dan memiliki berbagai informasi penting yang diperlukan penelitian. Selanjutnya, informan utama adalah orang yang terlihat secara langsung dalam interaksi sosial yang diteliti. Selanjutnya, informan tambahan yaitu individu yang memiliki kemampuan untuk memberikan informasi meskipun mereka tidak langsung terlibat

⁴ Amir Hamzah, *Metode Penelitian Kualitatif Rekonstruksi Pemikiran Dasar serta Contoh Penerapan pada Ilmu Pendidikan, Sosial & Humaniora* (Batu: Literasi Nusantara, 2019), 29-33.

dalam interaksi sosial yang diteliti. Data yang diperoleh dari penelitian berasal dari subjek penelitian. Teknik pengambilan subyek menggunakan teknik *snowball sampling*, hal ini dilakukan saat pengambilan data yang awalnya sedikit lama-lama menjadi besar. Hal ini dikarenakan jumlah data yang sedikit dan belum mampu memberikan data yang lengkap dengan mencari orang lain lagi yang dapat digunakan sebagai sumber data.

Berdasarkan hal tersebut, subjek dalam penelitian ini dipilih dengan kriteria individu usia 20-30 tahun yang sedang di fase *quarter life crisis* dan mengikuti akun *Instagram @Riliv* di bulan Mei 2023.

D. Sumber Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua sumber data, yakni sumber data primer dan sekunder. Berikut penjelasannya.

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data yang menghasilkan informasi spesifik tentang data seseorang tentang masalah yang sedang diteliti oleh seorang peneliti. Peneliti melakukan observasi dan wawancara dengan manajer sosial media *@Riliv* serta pengikut media sosial akun *Instagram @Riliv* sebagai sumber data primer.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan data tambahan atau data pelengkap yang bersifat sebagai pelengkap data yang sudah ada, seperti buku-buku, referensi, jurnal, majalah, koran, serta internet maupun situs-situs yang bisa mendukung penelitian ini. Peneliti menggunakan buku-buku referensi, jurnal, artikel, serta dokumen yang diperoleh dari akun *@Riliv*.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan fase terpenting dalam penelitian, sebab dalam pengumpulan data ini sangat menentukan tingkat keberhasilan suatu penelitian, hal tersebut disebabkan validitas nilai suatu penelitian sangat ditentukan oleh data.

Dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan data yang dibutuhkan dan diperoleh dengan cara sebagai berikut.

1. Observasi/Pengamatan

Observasi merupakan pengamatan secara sistematis terhadap unsur-unsur yang terlibat dalam gejala pada objek

penelitian.⁵ Observasi memiliki tujuan untuk mendeskripsikan *setting* yang dipelajari, aktivitas-aktivitas yang berlangsung, orang-orang yang terlibat dalam aktivitas, dan makna kejadian yang diamati. Dalam hal ini, peneliti melakukan pengamatan dan penelusuran melihat *Instagram* dan mengamati postingan serta komentar yang ada pada media sosial akun *Instagram @Riliv*. Dalam melakukan hal ini, peneliti dibantu dengan alat-alat observasi seperti *handphone*, buku catatan, dan alat tulis.

2. Wawancara

Wawancara adalah teknik pengumpulan data di mana peneliti mengajukan pertanyaan kepada orang yang diwawancarai.⁶ Wawancara dilakukan oleh dua pihak, yakni pewawancara sebagai yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai sebagai yang memberikan jawaban atas pertanyaan yang diajukan oleh penanya.⁷ Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara berinteraksi secara langsung atau melalui media pendukung. Wawancara ini dilakukan untuk memperoleh data mengenai peran *Instagram @Riliv* sebagai media *self care* usia dewasa awal pada fase *quarter life crisis* (perspektif bimbingan konseling Islam) di Bulan Mei 2023.

Dalam penelitian ini wawancara yang digunakan oleh peneliti merupakan wawancara terstruktur, yaitu peneliti terpaku terhadap pertanyaan yang ada pada *draft* (naskah) wawancara yang telah disiapkan dengan sasaran subjek wawancara kepada responden pengikut dan manajer sosial media *@Riliv*.

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah dokumentasi sejarah. Bisa berupa tulisan (catatan harian, biografi, peraturan, kebijakan, dan sejarah kehidupan), gambar (foto, gambar hidup, sketsa), atau karya monumental seseorang.⁸ Dokumentasi juga digunakan sebagai metode pengambilan data mengenai suatu hal atau variabel yang berbentuk buku, jurnal, catatan, gambar, dan lain-lain. Dokumentasi dalam penelitian ini merujuk pada ojek observasi yakni pada saat penggunaan media sosial akun *Instagram @Riliv*.

⁵ Afifudin dan Beni Ahmad Saebani, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Kedua (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2012), 134.

⁶ Galang Surya Gumilang, "Metode Penelitian Kualitatif dalam Bidang Bimbingan dan Konseling," *Jurnal Fokus Konseling* 2, No. 2 (2016), 145.

⁷ Hardani dkk, *Metode Penelitian Kualitatif&Penelitian Kuantitatif* (Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu, 2020), 138.

⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2015), 329.

Peneliti meninjau kembali untuk mendokumentasi konten yang diunggah di jejaring media sosial *Instagram @Riliv* dalam kurun waktu yang telah ditentukan dalam penelitian.

F. Pengujian Keabsahan Data

Ketika semua data telah dikumpulkan, dapat dilakukan pengujian keabsahan data untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan adalah valid dan objektif. Dalam penelitian kualitatif, data diuji dengan berbagai cara, termasuk uji kredibilitas, *transferability*, *dependability*, dan *confirmability*. Untuk alasan ini, peneliti menggunakan uji kredibilitas untuk menguji keabsahan data dalam penelitian ini. Berikut ini merupakan uji kredibilitas yang dilakukan oleh peneliti, yaitu.⁹

1. Perpanjangan Pengamatan

Dalam penelitian ini, pengamatan telah diperpanjang, peneliti kembali ke lapangan, melakukan pengamatan, atau melakukan wawancara kembali dengan sumber data, baik yang sudah ada maupun yang baru. Dengan memperluas pengamatan ini, diharapkan data yang tepat tentang informasi yang diterima akan terbentuk untuk mencegah kesalahan data selama penelitian.

Jumlah waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti bergantung pada kedalaman, keluasan, dan kepastian data yang diperoleh. Waktu perpanjangan pengamatan dapat dihentikan jika data yang diperoleh sudah dapat diandalkan.

2. Meningkatkan Ketekunan

Meningkatkan ketekunan berarti melakukan pengamatan lebih sering dan lebih cermat. Dengan cara ini, kepastian data dan rangkaian peristiwa dapat direkam secara sistematis dan pasti.

Pengujian kredibilitas data dengan meningkatkan ketekunan dilakukan dengan mengecek dan membaca catatan hasil penelitian secara menyeluruh. Ini dilakukan untuk membiarkan peneliti mengidentifikasi titik-titik kesalahan dan kelemahan. Dengan cara yang sama, peneliti juga dapat memberikan deskripsi data yang akurat dan sistematis tentang apa yang mereka amati.

Peneliti menerima bekal untuk meningkatkan ketekunan mereka dengan membaca berbagai referensi buku, hasil penelitian, dan dokumentasi yang terkait dengan temuan

⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*, 369.

penelitian. Ini memungkinkan peneliti untuk memiliki wawasan yang luas dan tajam dalam memeriksa apakah informasi yang mereka temukan dapat dipercaya atau tidak.

3. Triangulasi

Dalam pengujian kredibilitas, triangulasi didefinisikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai metode dan pada berbagai waktu. Berikut ini adalah jenis-jenis triangulasi, yaitu.

a. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber dilakukan dengan metode memberikan pertanyaan yang sama melalui sumber yang berbeda.

b. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik dilakukan dengan menggunakan metode yang sama untuk pertanyaan yang berbeda, seperti wawancara, observasi, dan dokumentasi. Oleh karena itu, data yang dikumpulkan peneliti berasal dari wawancara dengan berbagai sumber sampai mereka dapat mengumpulkan data yang dianggap paling akurat.

c. Triangulasi Waktu

Triangulasi waktu dilakukan dengan metode memberikan pertanyaan yang sama namun dengan waktu yang berbeda, yaitu pagi, siang, dan malam. Jadi data yang diperoleh peneliti bisa didapat dari berbagai waktu. Apabila data yang diperoleh peneliti berbeda, maka peneliti akan melakukan kembali hingga memperoleh kepastian data.

Triangulasi yang digunakan oleh peneliti, yaitu triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Hal ini dilakukan untuk membandingkan hasil wawancara mengenai analisis bimbingan konseling Islam terhadap peran *Instagram @Riliv* sebagai media *self care* usia dewasa awal pada fase *quarter life crisis* di Bulan Mei 2023.

4. Menggunakan Bahan Referensi

Bahan referensi yang dimaksud adalah bahan yang digunakan untuk mendukung temuan peneliti. Penggunaan kamera, *tape recorder*, dan *handphone* untuk merekam wawancara adalah contohnya. Dokumen asli yang berkaitan dengan data penelitian, seperti foto dan gambar menjadi lebih akurat dan dipercaya.

5. Member Check (Pengecekan Anggota)

Untuk menguji kredibilitas, informan yang memberikan data diminta untuk membahas temuan penelitian. Selanjutnya,

data yang diperoleh dari wawancara dan dokumentasi diperiksa untuk memastikan apakah hasilnya sama atau berbeda. Ditanyakan kepada informan data mana yang paling tepat jika ada perbedaan.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari catatan lapangan, wawancara, dan dokumentasi. Proses ini mencakup mengumpulkan data dalam bentuk kategori, menjabarkan ke dalam satuan, menyusun ke dalam pola, sintesa, memilih mana yang perlu dipelajari, dan membuat simpulan agar data menjadi mudah dipahami oleh orang lain dan diri sendiri.¹⁰ Proses analisis data dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut.¹¹

1. Reduksi Data

Analisis yang dikenal sebagai reduksi data yaitu menajamkan, menggolongkan, membuang yang tidak perlu, dan mengorganisasikan data untuk menghasilkan simpulan yang diverifikasi. Mereduksi data berarti mencari tema dan pola serta merangkum, memilih, dan memilah informasi penting.

Dengan demikian, reduksi data mempunyai tujuan untuk menyederhanakan data yang telah diperoleh selama pencarian data di lapangan. Dalam hal ini, pada saat peneliti mendapat data di lapangan dengan jumlah yang banyak, maka diperlukan segera dilakukan analisis data melalui reduksi data dengan fokus peran *Instagram @Riliv* sebagai media *self care* usia dewasa awal pada fase *quarter life crisis* (perspektif bimbingan konseling Islam).

2. Menyajikan Data

Setelah reduksi data, tahap berikutnya adalah menyajikan data. Akan menjadi lebih mudah untuk memahami apa yang sudah dipahami dengan menyajikan data tersebut. Pada titik ini, langkah-langkah yang diambil untuk mengumpulkan data dan menampilkan ke dalam bentuk tulisan naratif, sehingga akan jauh lebih mudah untuk dipahami. Penyajian data dilakukan dengan tujuan melihat gambaran sebagian atau keseluruhan tentang peran *Instagram @Riliv* sebagai media *self care* usia dewasa awal pada fase *quarter life crisis* (perspektif bimbingan konseling Islam)

¹⁰ Hardani dkk, *Metode Penelitian Kualitatif & Penelitian Kuantitatif* (Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu, 2020), 162.

¹¹ Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 122-124.

yang disajikan ke dalam bentuk naratif dari sekumpulan informasi yang berasal dari hasil reduksi data.

3. Menyimpulkan Data dan Verifikasi

Langkah terakhir adalah membuat simpulan berdasarkan data-data yang diperoleh. Dalam hal ini, peneliti berusaha dan berharap simpulan yang dikemukakan mampu menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sejak awal, yaitu.

- a. Bagaimanakah kontribusi @Riliv terhadap *self care* usia dewasa awal yang mengalami fase *quarter life crisis* di media sosial *Instagram @Riliv*?
- b. Bagaimanakah peran *Instagram @Riliv* terhadap *self care* usia dewasa awal yang mengalami fase *quarter life crisis* dalam pandangan bimbingan konseling Islam?

