

BAB III METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah teknik-teknik spesifik dalam penelitian. Hal tersebut menjelaskan bahwa metode penelitian merupakan langkah-langkah yang harus ditempuh dalam melakukan suatu penelitian, antara lain menentukan pendekatan yang digunakan, sumber data yang diperoleh, menentukan lokasi penelitian, memilih teknik dalam mengumpulkan data, melakukan uji keabsahan data, dan melakukan analisa dari data yang telah diperoleh dari lapangan. Langkah-langkah dalam metode penelitian tersebut antara lain:

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam tesis ini adalah pendekatan konseling Islam. adapun jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang berusaha mengeksplorasi dan memahami makna dari individu atau sekelompok orang yang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan.¹ Penggunaan pendekatan konseling Islam dalam penelitian ini untuk mengeksplorasi kondisi kepercayaan diri perempuan dewasa awal yang mengalami ketidakpuasan tubuh. Selanjutnya, untuk memperoleh data di lapangan, peneliti terjun langsung ke lapangan bertemu dengan objek yaitu di Desa Tahunan Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan.

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif adalah suatu metode penelitian yang bergerak pada pendekatan kualitatif sederhana dengan alur induktif. Alur induktif ini maksudnya penelitian deskriptif kualitatif diawali dengan proses atau peristiwa penjas yang akhirnya dapat diratit suatu generalisasi yang merupakan sebuah kesimpulan dari proses atau peristiwa tersebut.² Pendekatan kualitatif berasumsi bahwa manusia adalah makhluk sosial yang mempunyai kebebasan kemauan, perilakunya dapat dipahami dalam konteks budaya, dan tidak didasarkan pada hukum sebab akibat. Oleh sebab itu, penelitian yang menggunakan pendekatan kualitatif bertujuan untuk memahami subyek penelitian, tidak untuk menemukan hukum-hukum, tidak untuk membuat

¹ Deddy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), 10.

² Wiwin Yuliani, "Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling," *Quanta* 2, No. 2 (2018): 83–91.

generalisasi, melainkan membuat ekstrapolasi.³ Jadi pada penelitian ini, peneliti ingin melakukan penelitian secara mendalam mengenai Makna Diri Perempuan Dewasa Awal Desa Tahunan Gabus Grobogan terhadap *Body Dissatisfaction* Perspektif Konseling Islam..

B. Setting Penelitian

Lokasi penelitian berlangsung di Desa Tahunan Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan. Peneliti memilih lokasi tersebut karena situasi dan kondisi lingkungan yang sesuai dengan latar belakang penelitian yaitu banyak perempuan dewasa awal yang mengalami *body dissatisfaction*. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Oktober-November 2023.

C. Sumber Data

Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah perempuan dewasa awal di Desa Tahunan Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan yang mengalami *body dissatisfaction* dalam dirinya di lingkungan sosial. Perempuan dewasa awal menghadapi tekanan dari berbagai arah, termasuk dalam hal penampilan fisik. Pada lingkungan masyarakat yang seringkali memberikan nilai tinggi terhadap standar kecantikan yang sempit, perempuan dewasa awal merasa terbebani oleh ekspektasi tersebut. Problematika tersebut mengakibatkan banyak perempuan dewasa awal yang akhirnya kurang percaya diri dengan tubuh yang dimilikinya lalu mereka mempercantik diri dengan berbagai macam cara. Seperti sulam alis, suntik putih, menggunakan cream pemutih yang berbahaya, diet ketat dan lainnya.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling purposive*, yaitu pengambilan sampel dengan mendasar pada usaha pencapaian tujuan penelitian.⁴ Dalam penentuan informan yang awalnya terdiri dari 25 perempuan dewasa awal dan 14 perempuan dewasa awal yang menetap di lokasi penelitian. Lalu, peneliti menggunakan *sampling purposive* untuk menentukan informan melalui pertimbangan yang memenuhi kriteria. Peneliti mendapatkan 10 perempuan dewasa awal dari sampel yang memenuhi kriteria sebagai informan. Adapun kriteria tersebut adalah perempuan dewasa awal bertempat tinggal di

³ Masrukhin, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Kudus: Mibarda Publishing dan Media Ilmu Press, 2016), 13.

⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014), 58.

Desa Tahunan Gabus Grobogan, yang mengalami *body dissatisfaction*, usia 19-25 tahun, belum menikah dan aktif menggunakan media sosial.

Sumber data adalah subjek utama dalam proses penelitian masalah yang diteliti, adapun sumber data dari penelitian ini adalah sumber data primer yang diperoleh langsung dari informan perempuan dewasa awal yang mengalami *body dissatisfaction* dengan melalui wawancara. Sedangkan sumber data sekunder diperoleh dari data dokumentasi Desa Tahunan, dokumentasi bersama informan, sosial media informan, buku literatur (makna diri, *body dissatisfaction*, konseling Islam) dan artikel yang memiliki relevansi terhadap penelitian ini.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah dalam suatu penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan data. Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai *setting*, sumber, dan berbagai cara. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan berbagai macam teknik untuk mengumpulkan data, di antaranya:

1. Observasi

Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik, yaitu dilakukan melalui pengamatan langsung dan observasi partisipan. Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan apabila penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan jika responden yang diamati tidak terlalu besar.

2. Wawancara

Wawancara dapat dilakukan apabila peneliti menggali informasi awal sebagai pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya kecil atau sedikit.

Penelitian ini menggunakan teknik wawancara semi terstruktur, observasi dan dokumentasi. Wawancara semi terstruktur adalah wawancara yang berlangsung mengacu pada satu rangkaian mengacu pada satu rangkaian pertanyaan terbuka. Metode wawancara ini digunakan oleh peneliti terhadap para narasumber perempuan dewasa awal berusia 19-25 yang belum menikah dan mengalami *body dissatisfaction*.

3. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data yang ketiga adalah dokumentasi. Pada dasarnya dokumen merupakan catatan atau bukti peristiwa

yang sudah berlalu. Dokumen dapat berupa tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan, dan biografi. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain. Sedangkan dokumen yang berbentuk karya misalnya gambar, patung, film dan sebagainya. Tetapi perlu dicermati bahwa tidak semua dokumen memiliki kredibilitas yang tinggi. Sebagai contoh banyak foto yang tidak mencerminkan keadaan aslinya, karena foto dibuat untuk kepentingan tertentu. Demikian juga autobiografi misalnya, yang ditulis hanya untuk diri sendiri dan bersifat subjektif.⁵

Penelitian ini menggunakan teknik dokumentasi digunakan peneliti untuk memperoleh data-data seperti foto bersama dengan narasumber dan semua aktifitas yang berhubungan dengan kegiatan penelitian. Sehingga data yang diperoleh akan lebih valid dan bisa di pertanggungjawabkan. Serta mendukung keyakinan bahwa peneliti memang benar-benar melakukan penelitian terkait “Makna Diri pada Perempuan Dewasa Awal terhadap *Body Dissatisfaction* dalam Perspektif Konseling di Desa Tahunan Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan.

E. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, analisis sudah dilakukan sejak pengumpulan data. Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceriterakan kepada orang lain.⁶

Setelah semua data terkumpul, maka langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti adalah menyusun data secara sistematis dan menganalisisnya. Teknik yang digunakan sebagai berikut:

Teknik analisis data yang digunakan peneliti sebagai berikut:

1. Data Collecting (Pengumpulan Data)

Data collecting adalah proses pengumpulan data, pengukuran dan analisis dengan berbagai tipe informasi menggunakan teknik berstandar. Melalui proses collecting data

⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014), 12.

⁶ Lexy J Moeloeng, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Revisi (Bandung: Remaja Rosdakarya Offset, 2014), 15.

bertujuan untuk mengumpulkan informasi dan data terpercaya sebanyak-banyaknya yang kemudian dilakukan peneliti adalah menyusun data secara sistematis dan menganalisisnya.

2. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Reduksi data merupakan sebuah kegiatan merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, serta dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi dapat memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan langkah pengumpulan data selanjutnya. Reduksi data merupakan proses berfikir sensitif yang memerlukan kecerdasan dan wawasan yang luas. Pada teknik analisis data ini, peneliti mereduksi data yang diperoleh dari hasil penelitian sebelumnya yang berhubungan dengan tema penelitian yaitu “Makna Diri Perempuan Dewasa Awal Desa Tahunan Gabus Grobogan terhadap *Body Dissatisfaction* Perspektif Konseling Islam.

3. *Data Display* (Penyajian Data)

Penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk tabel, grafik, dan lain sebagainya. Melalui penyajian data tersebut maka data akan lebih terorganisir, tersusun dalam pola hubungan, sehingga akan semakin mudah dipahami. Menurut Miles dan Huberman yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks berbentuk naratif. Selanjutnya, baru menggunakan grafik, matrik, *chart* dan sebagainya. Intinya adalah dengan digunakannya data display diharapkan para pembaca lebih mudah memahami apa yang ingin peneliti sampaikan.

4. *Conclusion Drawing/Verification*

Miles dan Huberman mengatakan bahwa kesimpulan awal yang telah dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.⁷ Kesimpulan dalam penelitian kualitatif merupakan temuan baru yang dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang belum jelas sehingga setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kausal atau interaktif, maupun hipotesis atau teori.

Setelah melakukan reduksi data, menyajikan data, selanjutnya adalah mengambil kesimpulan. Semua data yang diperoleh dan ada hubungannya dengan penelitian ini akan

⁷ Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya*, 12.

disimpulkan bahwa dengan adanya permasalahan terhadap *Body Dissatisfaction* pada perempuan dewasa awal dalam Perspektif Konseling Islam.⁸

F. Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data mempunyai arti data yang telah terhimpun mengkonsepkan kenyataan yang dikemukakan oleh penulis. Dalam hal ini peneliti mengimplementasikan beberapa tahapan, meliputi:

1. Triangulasi

Triangulasi merupakan pengecekan data dari berbagai sumber melalui berbagai cara dan waktu. Triangulasi yang digunakan peneliti sebagai berikut:⁹

a. Triangulasi Teknik

Triangulasi ini digunakan peneliti untuk mengetes keabsahan atas yang dilaksanakan dengan metode menguji data kepada sumber yang sama dengan teknik berbeda. Data hasil penelitian yang diperoleh dengan teknik wawancara lalu dicek dengan data observasi dan dokumentasi agar dapat menghasilkan data yang benar.

b. Triangulasi Waktu

Triangulasi ini peneliti mempertimbangkan waktu atau situasi pengumpulan data bisa jam, hari, pagi, siang maupun malam. Untuk mencari kevalidan data agar data lebih kredibel.

c. Triangulasi Sumber

Triangulasi ini dilakukan dengan cara mengecek data yang diperoleh dari beberapa sumber. Dari 10 sumber data yang diperoleh dari perempuan dewasa awal Desa Tahunan Gabus Grobogan yang merasakan *body dissatisfaction*, peneliti melakukan kroscek pada data, data mana yang harus diambil dan mana yang tidak perlu diambil.

2. Menggunakan Bahan Referensi

Referensi merupakan sebuah bukti untuk mendukung kebenaran data yang didapatkan peneliti. Misalnya rekaman wawancara, foto wawancara untuk mendukung kebenaran data.

⁸ Milles dan Huberman, *Analisis Data Kuantitatif*, (Jakarta: Universitas Indonesia Pres, 1992), 16.

⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 13.

Alat yang digunakan untuk membantu peneliti guna mendukung kredibilitas data, misalnya perekam suara dan kamera.

3. *Member Check*

Member Check merupakan proses pengecekan data yang didapatkan peneliti kepada narasumber. Dengan melakukan *member check* akan mengetahui seberapa jauh kesesuaian data yang diperoleh peneliti dari narasumber. Apabila data tersebut sesuai dengan narasumber maka dapat dikatakan valid, sehingga data menjadi lebih kredibel.

