BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi fenomenologi. Menurut Moloeng, teknik penelitian kualitatif menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata verbatim atau tertulis dari subjek dan perilaku yang diamati dari fenomena yang diamati¹.

Penelitian kualitatif ini digunakan untuk menggali penjelasan, prosedur, dan deskripsi yang lebih mendalam dan menyeluruh tentang suatu subjek yang diminati peneliti. Selain itu, para akademisi percaya bahwa penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang terbaik karena dapat mencapai tujuan untuk menggambarkan aktivitas mental yang terkait dengan subjek yang sedang dibahas.

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi fenomenologi, Edmund Husserl mendefinisikan fenomenologi sebagai cara berpikir yang sangat menekankan pada pengalaman pribadi seseorang.² Dalam penelitian ini peneliti ingin mengidentifikasi dan mencari tahu bagaimana gambaran dan proses regulasi emosi pasca putus cinta yang dialami oleh wanita dewasa awal.

¹ Lexi J. Moelong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2009). hlm. 31

² Ibid, hlm. 14

B. Kehadiran Peneliti

Sesuai dengan pendekatan penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif, kehadiran penelitian di lapangan sangat penting dan diperlukan secara optimal.³ Peneliti sendiri yang melakukan pencarian dan pengumpulan data di lapangan, sehingga subjek penelitian atau informan serta sumber data pendukung seperti *signifikan other* mengetahui keberadaan, peran, dan status peneliti sebagai peneliti sekaligus pewawancara yang mencari data.

Dalam penelitian ini, peneliti bertindak sebagai instrument sekaligus pengumpul data. Dimana peneliti terjun langsung ke lapangan, penelitian ini dilakukan di rumah subjek penelitian dan beberapa ada juga yang dilakukan di kampus. Data yang diperlukan penelitian ini, yakni informasi mengenai gambaran emosi dan faktor yang mempengaruhi emosi pada wanita dewasa awal pasca putus cinta di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.

C. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat di mana suatu penelitian dilakukan. Penelitian ini berada di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN Kediri) yang terletak di JL Sunan Ampel No. 7, Ngronggo, Kota. Kediri. Peneliti memilih lokasi tersebut karena terdapat permasalahan yang menarik untuk diteliti yaitu proses regulasi emosi pasca putus cinta yang dialami oleh wanita dewasa awal.

³ Supandi, *Metodologi Penelitian Ekonomi dan Bisnis*, (Yogyakarta: UII Press, 2005), hlm. 78.

D. Data dan Sumber Data

Dalam penelitian ini, ada dua jenis partisipan penelitian yang digunakan sebagai sumber data: sumber primer dan sekunder. Sumber data primer adalah sumber yang memberi pengumpul data akses ke data secara langsung.⁴ Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data yaitu mahasiswi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri. Adapun kriteria subjek data primer dalam penelitian sebagai berikut :

1. Wanita berusia antara 18-25 tahun
2. Mengalami putus cinta kurang lebih 3 bulan
3. Sedang berkuliah di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri
4. Bersedia untuk di wawancarai

Sedangkan data sekunder atau data tangan kedua adalah data yang diperoleh lewat pihak lain. Dalam penelitian ini data sekunder di peroleh dari wawancara *significant other* atau orang-orang terdekat dari subyek seperti keluarga, sanak saudara, teman dan sahabat informan. Selain melalui wawancara *significant other*, peneliti juga memperoleh data sekunder melalui jurnal, artikel ilmiah dan *website*.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Observasi

⁴ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm 62.

Observasi adalah pencatatan maupun pengamatan yang dilakukan secara sistematis pada objek penelitian yang dituju.⁵ Untuk mengumpulkan data lapangan yang meliputi observasi partisipan dan non partisipan, peneliti melakukan observasi dengan cara berkeliling ke lokasi atau wilayah kajian. Kesimpulan yang ditarik dari pengamatan ini adalah bahwa beberapa emosi, termasuk sejumlah kecil orang yang menyakiti diri sendiri, tidak dapat dikendalikan pada awal putus cinta.

2. Wawancara

Wawancara didefinisikan sebagai proses yang digunakan untuk mengumpulkan informasi dari narasumber secara langsung dengan mengajukan pertanyaan kepada narasumber.⁶ Wawancara dilakukan dengan tatap muka dengan mengamati gerak dan mimik dari narasumber sebagai pola media yang merupakan gambaran secara verbal.

Metode wawancara ini merupakan metode yang efektif untuk mengumpulkan informasi seluas-luasnya dari narasumber tentang proses regulasi emosi pasca putus cinta. Data yang peneliti dapatkan dari penelitian ini adalah keterangan dari wanita dewasa awal pasca putus cinta yang kuliah di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.

⁵ S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2000), hlm. 158

⁶ Joko Subagyo, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2011), hlm. 19

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan metode pengumpulan data melalui objek tertulis seperti arsip, dalil hukum maupun teori yang berkaitan dengan masalah yang sedang diteliti.⁷ Dokumentasi yang peneliti dapatkan adalah berupa dokumentasi foto.

F. Pengecekan Keabsahan Data

Pengecekan keabsahan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara mencocokkan hasil data yang dikumpulkan pada saat penelitian. Untuk memenuhi keabsahan data, dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik triangulasi.

Lexy J. Moleong mendefinisikan triangulasi sebagai penggunaan beberapa sumber data, metode, atau peneliti untuk menguji kesesuaian dan keakuratan temuan penelitian. Triangulasi dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, membandingkan temuan dari beberapa peneliti, atau membandingkan temuan dengan data sekunder atau dokumentasi. Dalam penelitian kualitatif, triangulasi dianggap sebagai cara yang efektif untuk meningkatkan keandalan dan validitas temuan penelitian.⁸ Dalam hal ini peneliti juga mengambil data dan informasi dari orang terdekat subjek seperti kakak dan teman dekat subjek sebagai bahan perbandingan data dan validasi data.

G. Teknik Analisis Data

⁷ S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2000), hlm. 158

⁸ Lexy. J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya), hlm. 171

Analisis data dalam penelitian kualitatif adalah proses menganalisis data penelitian yang bersifat kualitatif (non-angka) seperti wawancara, observasi, dan dokumentasi dengan mengorganisasikannya ke dalam suatu pola, kategori, dan unit deskriptif mendasar sedemikian rupa sehingga dapat dipahami oleh diri sendiri atau orang lain.

Teknik analisis data penelitian kualitatif yang umum digunakan meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Berikut adalah penjelasan singkat mengenai ketiga teknik tersebut :

1. Reduksi data

Reduksi data adalah proses menyederhanakan data yang telah dikumpulkan dalam penelitian kualitatif. Langkah ini dilakukan untuk memudahkan pengolahan data dan analisis selanjutnya. Reduksi data dapat dilakukan dengan teknik seperti mengidentifikasi tema-tema utama, menghapus data yang tidak relevan, dan mempersempit fokus penelitian.⁹

2. Penyajian data

Penyajian data adalah proses memaparkan data yang telah diolah dan direduksi dalam bentuk naratif atau grafis. Hal ini dapat dilakukan dengan menggunakan teknik seperti membuat tabel, diagram, atau grafik. Penyajian data bertujuan untuk memudahkan pemahaman terhadap data yang telah diolah.

⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta), hlm. 338

3. Penarikan kesimpulan

Penarikan kesimpulan adalah tahap terakhir dari analisis data penelitian kualitatif. Pada tahap ini, peneliti melakukan sintesis data yang telah diolah dan membuat kesimpulan berdasarkan temuan yang ditemukan. Penarikan kesimpulan dapat dilakukan dengan teknik seperti mengidentifikasi pola atau temuan yang signifikan, membandingkan temuan dengan teori yang ada, dan memberikan interpretasi terhadap temuan yang ditemukan.¹⁰

H. Tahap - Tahap Penelitian

1. Tahap Pra Lapangan

Pada tahap ini, peneliti menyelesaikan tugas-tugas seperti mengajukan proposal dan judul penelitian, mendiskusikan proposal dengan dosen pembimbing, melakukan kajian literatur sesuai judul penelitian, menyusun metodologi penelitian, dan mengikuti ujian seminar proposal.

2. Tahap ke Lapangan

Pada tahap ini peneliti mengumpulkan data atau informasi yang terkait dengan fokus penelitian dan pencatatan data

3. Tahap Analisis Data

Meliputi kegiatan pengelompokan data, menelaah seluruh data lapangan dan pengecekan keabsahan data

¹⁰ Lexy. J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya), hlm. 288

4. Tahap Penulisan Laporan

Meliputi tugas-tugas seperti mengakumulasi temuan penelitian, mengkonsultasikan hasil penelitian dengan dosen pembimbing, meningkatkan hasil konsultasi, dan mengontrol temuan apakah persyaratan tes dipenuhi sepenuhnya sebelum ujian munaqosah.