

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metodologi Penelitian

a. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Menurut Mertha Jaya penelitian kualitatif adalah penelitian yang berfokus pada aspek pemahaman yang menggambarkan suatu fenomena yang terjadi dengan mengutamakan komunikasi mendalam antara penelitian dan informan.⁷⁰

Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi, yaitu jenis penelitian kualitatif yang bertujuan menggali dan memahami secara mendalam makna dari pengalaman yang dialami oleh informan. Dalam penelitian fenomenologi, peneliti terlibat langsung dalam dunia informan untuk memahami apa dan bagaimana pemahaman atau makna dibentuk oleh informan terkait peristiwa tertentu. Penelitian ini dilaksanakan dalam lingkungan yang alami.⁷¹

1. Kehadiran Peneliti

Dalam penelitian kualitatif, diperlukan mutlak kehadiran peneliti, hal ini disebabkan peneliti berperan sebagai instrumen dan

⁷⁰ I Made Laut Mertha Jaya, “*Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Teori, Penerapan, dan Riset Nyata*”, (Yogyakarta: Quadrant, 2020) Hal 112.

⁷¹ Endah Marendah Ratnaningtyas dkk, “*Metodologi Penelitian Kualitatif*”, (Aceh: Yayasan Penerbit Zaini, 2023) Hal 143.

juga pengumpul data serta sebagai perencana, pelaksana pengumpulan data, analisis, penafsiran data dan menjadi pelopor hasil penelitiannya. Dalam penelitian kehadiran peneliti adalah pengamat yang berperan serta, yang berarti ketika penelitian berlangsung peneliti mendengarkan dengan cermat dan melakukan pengamatan⁷²

b. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di pusat kebugaran Perkasa Gym sebagai tempat informan untuk berlatih angkat beban. Tempat tersebut berlokasi di Jalan Dewi Sartika No. 32, Singonegaran Ngronggo, Kecamatan Pesantren, Kota Kediri, Jawa Timur, 64123.

c. Sumber Data

Lexy J. Moleong menyatakan bahwa sumber data kualitatif merupakan tampilan data berupa kata-kata, baik lisan maupun tertulis, yang diamati oleh peneliti dan objek-objek yang dipelajari secara mendalam untuk memahami makna tersirat dalam dokumen atau objek yang diteliti. Idealnya sumber data ini harus berupa dokumen asli, namun jika sulit diperoleh, salinan atau tiruannya dapat digunakan, asalkan disertai dengan bukti autentikasi yang memiliki keabsahan kuat. Menurut Saryono terdapat dua jenis sumber data dalam melakukan pengumpulan data penelitian, yaitu

⁷² Lexy J. Moleong, "*Metode Penelitian Kualitatif: Edisi Revisi*", (Bangung: Remaha Rasdakarya, 2015) Hal 164-168.

data primer dan data sekunder. Data primer merupakan data yang didapatkan secara langsung dari informan dengan menggunakan pengambilan data. Data sekunder merupakan data yang didapatkan melalui pihak lain dan tidak diperoleh langsung dari informan.⁷³

d. Informan Penelitian

Pemilihan informan penelitian dilakukan untuk mendapatkan data yang dibutuhkan untuk penelitian agar mencapai tujuan penelitian. Jumlah keseluruhan informan pada penelitian ini yaitu empat orang dengan kriteria sebagai berikut:

- a. anggota perkasa gym
- b. berjenis kelamin laki-laki
- c. berusia 20 – 50 tahun

e. Teknik Pengumpulan Data

Terdapat tiga teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini, yaitu.

a. Wawancara

Wawancara adalah metode teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan menyampaikan sejumlah pertanyaan secara langsung kepada informan untuk memperoleh informasi. Terdapat beberapa klasifikasi jenis wawancara, yaitu wawancara terstruktur (structured interview), wawancara tidak terstruktur (unstructured interviewed), wawancara individual,

⁷³ Endah Marendah Ratnaningtyas dkk, “*Metodologi Penelitian Kualitatif*”, 16 - 17.

dan wawancara kelompok. Pada penelitian ini wawancara yang digunakan adalah wawancara terstruktur. Wawancara dilakukan dengan cara terencana berdasarkan daftar pertanyaan yang telah dipersiapkan sebelum wawancara berlangsung.⁷⁴

b. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan mengamati objek penelitian, menganalisisnya, dan mencatat hasil pengamatan langsung di lokasi penelitian.⁷⁵ Sanafiah Faisal mengklasifikasikan observasi menjadi tiga jenis, yaitu observasi berpartisipasi (*participant observation*), Observasi secara terang-terangan dan tersamar (*overt observation and covert observation*), dan observasi tak terstruktur (*unstructured observation*).⁷⁶

Dalam penelitian ini, observasi yang digunakan adalah observasi berpartisipasi. Observasi ini dilakukan dengan cara peneliti terlibat aktif dalam mengamati objek yang diteliti.

f. Teknik Analisis Data

Proses analisis data dimulai sejak peneliti merumuskan dan menjabarkan masalah penelitian, bahkan sebelum memasuki lapangan, dan berlangsung hingga tahap penulisan hasil penelitian. Data yang dianalisis sebelum pengumpulan data di lapangan berasal

⁷⁴ I Made Laut Mertha Jaya, “*Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*”, Hal 154.

⁷⁵ I Made Laut Mertha Jaya, “*Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*”, Hal 150.

⁷⁶ Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*”, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013) Hal 226.

dari studi pustaka, seperti buku, artikel jurnal, dan sumber lainnya yang kemudian digunakan untuk menetapkan fokus penelitian yang bersifat dinamis. Fokus penelitian ini dapat berkembang seiring dengan ditemukannya data atau temuan baru selama penelitian di lapangan.⁷⁷ Menurut Miles dan Huberman mengemukakan bahwa analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara berkesinambungan hingga mencapai tahap akhir, di mana data telah mencapai kejenuhan. Dalam melakukan analisis data terdapat tiga aktivitas yang dilakukan.⁷⁸

a. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Reduksi data dilakukan dengan menyaring, menyederhanakan, dan memusatkan perhatian pada data yang diperoleh di lapangan berdasarkan catatan hasil wawancara peneliti dengan informan.⁷⁹

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Penyajian data penelitian kualitatif dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, diagram, tabel, grafik, dan sebagainya. Melalui penyajian data tersebut data akan tersusun sehingga data dapat dipahami dengan lebih mudah.⁸⁰

⁷⁷ I Made Laut Mertha Jaya, “*Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*”, Hal 165.

⁷⁸ Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif*”, 246.

⁷⁹ I Made Laut Mertha Jaya, “*Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*”, Hal 167.

⁸⁰ Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif*”, 249.

c. Penarikan Kesimpulan (*Conclusion*)

Menurut Miles dan Huberman langkah ke tiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dihasilkan bersifat sementara dan dapat berubah jika tidak ditemukan bukti-bukti kuat pada tahap pengumpulan data selanjutnya. Namun, jika kesimpulan awal tersebut didukung oleh bukti valid dan konsisten ketika peneliti kembali mengumpulkan data di lapangan, maka kesimpulan tersebut dianggap kredibel.⁸¹

g. Uji Keabsahan Data

Pengujian keabsahan data diperlukan untuk memastikan standar kebenaran dari hasil penelitian. Secara umum, proses ini dilakukan untuk menilai sejauh mana tingkat kepercayaan terhadap hasil penelitian. Dengan demikian, peneliti dapat mempertahankan hasil penelitiannya jika dianggap tidak ilmiah. Dalam penelitian kualitatif terdapat empat uji keabsahan data.⁸²

a. Uji Kredibilitas (Credibility)

Uji kredibilitas merupakan uji kepercayaan terhadap data hasil penelitian yang telah diolah. Uji kredibilitas dilakukan dengan cara memperpanjang waktu, menerapkan triangulasi, menggunakan bahan pendukung (referensi), serta memeriksa data.

⁸¹ Sugiyono, "*Metode Penelitian Kuantitatif*", 252.

⁸² I Made Laut Mertha Jaya, "*Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*", 173-177.

b. Uji Transferability

Pengujian ini dilakukan dengan untuk mengukur derajat kepercayaan dari hasil penelitian yang dilakukan.

c. Uji Dependability

Pengujian ini dilakukan dengan cara melakukan audit terhadap keseluruhan proses penelitian.

d. Uji Confirmability

Pengujian ini dilakukan untuk menguji seberapa banyak pihak yang menerima hasil penelitian yang telah dilakukan.

h. Tahap-tahap Penelitian

Menurut Moleong ada beberapa identifikasi tahapan dalam penelitian kualitatif adalah sebagai berikut.⁸³

1. Tahap Pralangan

Pada tahap ini peneliti akan melakukan pemilihan informan, pembuatan agenda penelitian, melaksanakan perizinan, menyiapkan perlengkapan penelitian, pemilihan tempat penelitian, dan persoalan etika penelitian.

2. Tahap Pekerjaan Lapangan

Pada tahap ini peneliti akan melakukan hal-hal yang berkaitan dengan pemahaman latar penelitian, persiapan diri, memasuki lapangan, dan berperan serta dengan mengumpulkan data.

⁸³ Lexy J. Moleong, "*Metode Penelitian Kualitatif*", Hal 127.

3. Tahap Analisis Data

Pada tahap ini peneliti melakukan analisis data yang telah didapatkan dari beragam sumber data.