

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini memakai pendekatan kualitatif dengan tujuan mendapatkan pemahaman utuh mengenai suatu fenomena berdasarkan pengalaman perspektif individu yang menjadi subjek penelitian. Berfokus pada gagasan, persepsi, dan sudut pandang subjek individu, yang tidak dapat diukur dengan angka. Selain itu, penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi interpretatif yang cocok untuk mengeksplorasi bagaimana individu (mahasiswa) memaknai pengalaman intrapersonal terkait mengelola *fear of missing out* (FoMO), serta bagaimana pengalaman tersebut terkonstruksi dan terinterpretasi dalam kesadaran masing-masing individu.

Pendekatan penelitian fenomenologi interpretatif (*Interpretative Phenomenological Analysis-IPA*) menurut Smith & Osborn adalah metode penelitian yang berfokus pada pemahaman individu dengan menginterpretasikan dan memberikan makna pada pengalaman hidup yang mereka alami. Menginterpretasikan makna subjektif yang terkandung di dalamnya, dengan memperhatikan interaksi antar peneliti dan partisipan serta kesadaran bahwa peneliti memiliki perspektif yang ikut mempengaruhi proses interpretasi.⁴² Singkatnya, penelitian *fenomenologi interpretative* bertujuan untuk menggali makna mendalam dari pengalaman hidup individu dan bagaimana mereka memahami fenomena tersebut dalam konteks kehidupan mereka sendiri, dengan peran aktif peneliti dalam menafsirkan data secara

⁴² Smith, J. A., & Osborn, M. *Interpretative phenomenological analysis as a useful methodology for research on the lived experience of pain*. (British journal of pain vol. 9 no. 1, 2015); h. 41-42.

reflektif dan kritis.

Dengan pendekatan ini, peneliti serta pembaca diharapkan benar-benar memahami hakikat atau esensi dari setiap pengalaman intrapersonal yang dialami individu (subjek).

B. Kehadiran Peneliti

Dalam penelitian kualitatif, kehadiran peneliti di lapangan sangat diperlukan. Hal ini menyangkut penjelasan oleh Lexy J. Moleong bahwa “kedudukan peneliti dalam penelitian kualitatif cukup kompleks. Ia sekaligus merupakan perencana, pelaksanaan pengumpulan data analisis, penafsiran data, dan pada akhirnya ia menjadi pelapor hasil penelitiannya”. Berdasarkan pernyataan tersebut, peneliti menjadi faktor penting dalam seluruh kegiatan penelitian.⁴³

Peneliti merupakan perangkat utama dalam mengungkapkan makna dan sekaligus berperan sebagai alat pengumpul data. Oleh karena itu, kehadiran peneliti sangat krusial karena proses pengumpulan dan eksplorasi data memerlukan intervensi langsung di lokasi dimana variabel yang diteliti berada. Dengan melakukan wawancara dan observasi langsung terhadap responden yang terlibat, peneliti dapat memastikan bahwa data yang diperoleh memiliki orisinalitas atau keaslian yang tinggi.⁴⁴

C. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di UIN Syekh Wasil Kediri. Alasan peneliti memilih tempat tersebut sebagai tempat penelitian adalah karena menurut

⁴³ Lexy J. Moloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2007), hal. 87

⁴⁴ Ibid, hal. 88-89

studi pendahuluan yang sudah dilakukan menyatakan bahwa untuk mengeksplorasi bagaimana pengalaman intrapersonal mahasiswa psikologi Islam UIN Syekh Wasil dalam mengelola *fear of missing out* (FoMO) di instagram, khususnya pada mahasiswa aktif tahun angkatan 2023. Spesifikasi lokasi penelitian ini akan dilakukan di sekitar lingkup kampus UIN SEWA Kediri, seperti tempat warung kopi atau ruang kelas atau yang dimana akan dilakukan sesuai keinginan narasumber.

D. Data dan Sumber Data

Sumber data menjadi faktor penting dalam penelitian, dan kesalahan dalam penggunaan atau pemahaman terhadap sumber data dapat menyebabkan hasil data melenceng dari yang diharapkan.⁴⁵ Nasution menyebutkan bahwa teknik pemilihan partisipan dalam penelitian kualitatif adalah menggunakan teknik purposive, yaitu informan dipilih berdasarkan kepada tujuan penelitian yang benar-benar mengalami fenomenologi.⁴⁶ Bahwasanya data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data kualitatif yang bersifat subjektif, naratif, dan deskriptif. Sumber data ini berupa transkrip verbatim dari hasil wawancara partisipan.

Dengan demikian, peneliti menetapkan kriteria pengambilan informan guna kesesuaian dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria penelitian ini adalah:

1. Mahasiswa UIN Syekh Wasil Kediri Progam Studi Psikologi Islam
2. Mahasiswa semester akhir 7-14

⁴⁵ Bungin Burhan, *Metodologi Penelitian Sosial*, (Surabaya: Airlangga University Press, 2001), hal 129

⁴⁶ Ibid.

3. Pengguna sosial media instagram (minimal 2 tahun menggunakan instagram)
4. Pengguna aktif sosial media instagram (minimal 3-5 jam/hari)
5. Memiliki kesadaran mandiri
6. Mengalami gejala FoMO
7. Laki-laki atau wanita
8. Bersedia menjadi informan penelitian
9. Komunikatif dan terbuka

Penelitian data tambahan digunakan seperti dokumen via tertulis dan sumber informasi lainnya, serta pentingnya dua sumber data, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder, menjadi relevan dalam melengkapi data penelitian.

Berkaitan dengan hal tersebut, pada penelitian ini menggunakan dua jenis data yang mendukung penelitian, yaitu:

1. Sumber Data Primer

Data primer merujuk pada informasi yang dikumpulkan langsung dari sumbernya melalui instrumen wawancara, catatan lapangan, observasi, serta pemanfaatan dokumen. Sumber data primer sendiri adalah sumber data yang memberikan informasi secara langsung kepada peneliti melalui teknik wawancara dengan informan atau sumber data utama. Dengan kata lain, sumber primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data.⁴⁷ Adapun sumber data primer

⁴⁷ Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D*, (Bandung, alfabeta: 2015), h.

dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Program Studi Psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri yang memenuhi kriteria inklusi yang telah ditetapkan.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data untuk mendukung data primer melalui literasi ilmiah. Berbagai literatur, jurnal, buku atau majalah, dan hasil penelitian sebelumnya yang relevan dengan *fear of missing out*, pengalaman intrapersonal, psikologi Islam, dan penggunaan media sosial “khususnya instagram”. Sumber sekunder pada penelitian ini merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya dokumen (via suara maupun via tertulis) yang berkaitan dengan penelitian. Sumber data sekunder ini, dapat mempermudah peneliti untuk mengumpulkan data-data dan menganalisis hasil dari penelitian ini, yang nantinya dapat memperkuat temuan eksploratif dan menghasilkan tingkat validitas yang tinggi.⁴⁸ Sumber-sumber ini akan digunakan untuk membangun kerangka teoretis, membandingkan temuan, dan mendukung interpretasi data primer.

E. Teknik Pengumpulan Data

Tahap pengumpulan data menjadi elemen penting dalam penelitian, mengingat bahwa tujuannya ialah memperoleh informasi yang relevan. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini melibatkan wawancara dan observasi.

187.

⁴⁸ Ibid, h. 187

1. Wawancara

Wawancara ialah suatu bentuk komunikasi yang berupa percakapan di antara dua orang atau lebih, di mana subjek penelitian mengajukan pertanyaan kepada informan dengan tujuan memperoleh jawaban dari mereka. Pendekatan ini dilakukan dengan dialog antara informan dan peneliti, di mana informan memberikan respons terhadap pertanyaan yang sudah disusun. Metode ini bertujuan untuk mengumpulkan data secara mendalam dan kontekstual dengan cara berinteraksi langsung dengan informan, memungkinkan peneliti untuk memahami pandangan, pengalaman, atau perspektif subjek penelitian secara lebih detail.⁴⁹

Dalam penelitian ini dilakukan wawancara terstruktur dan semiterstruktur. Wawancara terstruktur akan menanyakan terkait dimensi *fear of missing out*. Bagaimana kondisi psikologis mahasiswa serta strategi mahasiswa dalam mengelola FoMO di instagram dengan pertanyaan yang telah dibuat sebelumnya oleh peneliti, sedangkan wawancara semi terstruktur untuk menggali lebih dalam mengenai hal apa saja yang dialami oleh mahasiswa psikologi Islam.

2. Observasi

Adler & Adler menekankan bahwa observasi merupakan salah satu landasan mendasar dari semua metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif, terutama ketika berhubungan dengan ilmu-ilmu sosial dan perilaku manusia.⁵⁰ Menurut Limas Dodi, observasi merupakan metode

⁴⁹ Alfia Solikah, *Strategi Peningkatan Mutu Pembelajaran Pada Sekolah Unggulan*, (Deepublish, Sleman: 2015), 25.

⁵⁰ Adler, P. A., & Adler, P. *Membership roles in field research*. (Newbury Park, CA: Sage, 1987).

pengumpulan data yang menggunakan pengamatan terhadap objek penelitian yang dapat dilaksanakan secara langsung maupun tidak langsung.⁵¹

Dalam penelitian ini, observasi yang digunakan adalah menggunakan observasi non-partisipan, dimana observer tidak ikut di dalam kegiatan-kegiatan atau kehidupan yang dilakukan subjek, tetapi observasi dilakukan pada saat wawancara.

3. Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data dianggap sebagai aspek krusial dalam penelitian kualitatif. Pengumpulan data berfungsi sebagai pedoman atau alat bantu bagi peneliti, seperti dalam pelaksanaan wawancara mendalam, observasi, dokumentasi maupun kehadiran. Selain itu, proses pengumpulan data juga berperan sebagai sarana pencatatan setelah mendapatkan informasi dari responden atau informan yang terlibat.⁵²

4. Pengecekan Keabsahan Data

Bagian ini berisi tentang usaha-usaha peneliti dalam memperoleh keabsahan datanya. Keabsahan data diperlukan untuk memastikan bahwa sebuah penelitian benar-benar ilmiah dan untuk menguji data yang telah dikumpulkan. Dalam penelitian kualitatif, terdapat empat aspek utama yang diperiksa untuk menilai keabsahan data, yaitu kredibilitas (*credibility*), transferabilitas (*transferability*), dependabilitas (*dependability*), dan konfirmabilitas (*confirmability*). Untuk memastikan

⁵¹ Dodi Limas, *Metodologi Penelitian: Science Methods, Metode Tradisional dan Natural Setting, Berikut Teknik Penulisannya* (Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2015), h. 216

⁵² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014), 317.

kevalidan penelitian kualitatif dan menjadikannya sebagai penelitian ilmiah yang dapat dipertanggungjawabkan, adapun uji keabsahan data yang dapat dilakukan yaitu dengan uji *credibility*. Uji *credibility* bertujuan untuk menilai sejauh mana kepercayaan dapat diberikan terhadap data hasil penelitian. Hal ini dilakukan agar hasil penelitian memiliki integritas dan tidak di ragukan sebagai karya ilmiah. Dalam *credibility* ada beberapa faktor di dalamnya seperti:⁵³

a. Perpanjangan Pengamatan

Peningkatan kredibilitas dapat dicapai melalui perpanjangan pengamatan, yang mencakup kegiatan peneliti untuk kembali ke lapangan, melakukan pengamatan ulang, dan melakukan wawancara tambahan dengan sumber data yang sebelumnya telah diidentifikasi, serta dengan sumber data yang mungkin baru muncul.⁵⁴ Perpanjangan pengamatan mengindikasikan bahwa keterlibatan peneliti dengan sumber data semakin terjalin, meningkatkan kedekatan, memperluas keterbukaan, dan saling membangun kepercayaan. Akibatnya, informasi di lapangan yang berkaitan dengan pengalaman intrapersonal mahasiswa psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri dalam mengelola FoMO di instagram menjadi lebih lengkap.

b. Triangulasi

Triangulasi dalam menguji kredibilitas data mengacu pada pemeriksaan data melalui berbagai sumber dengan rentang waktu

⁵³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 241–242

⁵⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Aditya Mahasatya, 2006), h. 156.

yang berbeda. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber, teknik pengumpulan data, dan waktu.⁵⁵ Peneliti melakukan verifikasi data secara berulang, melibatkan sumber data yang beragam, berbagai teknik pengumpulan data, dan waktu yang berbeda, sehingga memastikan bahwa hasil penelitian menjadi akurat dan valid.

F. Teknik Analisi Data

Teknik analisis data merupakan langkah dalam menyusun urutan data, mengorganisirnya ke dalam pola, kategori, dan unit dasar uraian. Proses analisis data dalam penelitian kualitatif dimulai sebelum peneliti memasuki lapangan. Menurut Bogdan dan Biklen, analisis data kualitatif merupakan upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja bersama data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensistensiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.⁵⁶

Teknik pengumpulan data *interpretative phenomenological analysis* (IPA) mengutamakan narasi pengalaman subjektif melalui wawancara mendalam, bukan survei maupun instrumen kuantitatif.⁵⁷ Berikut teknik yang digunakan:

1. Wawancara Mendalam Semi-Terstruktur

Wawancara menggunakan pertanyaan terbuka yang bersifat fleksibel dan dilakukan secara tatap muka (*daring*). Partisipan bebas

⁵⁵ Sugiono, Metode Penelitian Manajemen, (Bandung: Alfabeta, 2016), hal. 439-441

⁵⁶ Robert Bogdan dan Sari Knopp Biklen, *Qualitative Research for Education: An Introduction to Theory and Methods*, ed. 1 (Boston: Allyn and Bacon, 1982), h. 145

⁵⁷ “Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)”, delvetoool.com; Simply Psychology, 2023.

bercerita dan mengekspresikan pengalaman intrapersonal mereka terkait pengalaman intrapersonal mahasiswa psikologi UIN Syeh Wasil dalam mengelola *fear of missing out* (FoMO)

Peneliti bertindak sebagai pendengar aktif dan fasilitator dengan menggali lebih dalam setiap aspek pengalaman yang dianggap penting oleh mahasiswa, termasuk kesadaran diri, refleksi, pemaknaan, serta perubahan perilaku.

2. Menarik Kesimpulan

Pada tahap ini, Pada tahap ini, peneliti perlu mencapai kesimpulan dan melakukan verifikasi, baik dalam hal makna maupun kebenaran kesimpulan yang disetujui oleh lingkungan penelitian. Makna kesimpulan yang disusun oleh peneliti dari data yang diperoleh harus diuji terkait kebenaran, kesesuaian, dan kekokohnya. Dalam mencari makna, peneliti harus menyadari bahwa pendekatannya harus bersifat emik, yaitu melihat dari perspektif informan utama, dan bukan menafsirkan makna berdasarkan pandangan peneliti (pandangan etik).⁵⁸

⁵⁸ Nurul Zuriah, *Metode Penelitian Sosial dan Pendidikan*, (Jakarta, Bumi Aksara: 2005), h. 92