

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Untuk dapat memberikan gambaran serta bentuk Regulasi Emosi Pasangan Suami-Istri Pasca Perceraian, maka penelitian ini akan menggunakan metode kualitatif. Metode penelitian, menurut Sugiyono (2012:5) pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat kata kunci yang perlu ditekankan yakni cara ilmiah, data, tujuan dan kegunaan.

Bogdan dan Taylor mendefinisikan “metodologi kualitatif” sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Menurut mereka, pendekatan ini diarahkan pada latar belakang dari individu tersebut secara holistik (utuh). Jadi, dalam hal ini tidak boleh mengisolasi individu atau organisasi ke dalam variable atau hipotesis, tetapi perlu memandangnya sebagai bagian dari suatu keutuhan (Moleong, 2007:7).

Tipe penelitian dengan pendekatan kualitatif, menurut Sugiyono (2012:11) bertujuan untuk mengungkapkan informasi kualitatif sehingga lebih menekankan pada masalah proses dan makna dengan mendeskripsikan suatu masalah.

Secara khusus, metode yang diterapkan pada penelitian ini yaitu dengan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, karena dengan menggunakan metode ini peneliti dapat memperoleh pemahaman tentang bagaimana Regulasi

Emosi Pasangan Suami-Istri Pasca Perceraian. Selain itu, peneliti dalam pandangan fenomenologis berusaha memahami arti peristiwa dan kaitan-kaitannya terhadap orang-orang yang berada dalam situasi-situasi tertentu (Moleong, 2009:17).

Peneliti memilih pendekatan kualitatif karena memang sesuai dengan permasalahan penelitian, dan dengan pendekatan ini memungkinkan peneliti mempelajari pengalaman dan makna yang dihayati subjek secara lebih total mendalam karena datanya tidak dibatasi pada kategori tertentu saja (Poerwandari, 2007:28). Berdasarkan pencarian data yang dilakukan peneliti memerlukan penggalian lebih lanjut, karena itu peneliti memerlukan penggalian dengan melakukan wawancara pribadi dengan subjek.

3.2. Batasan Konsep

1. Perceraian adalah cerai hidup antara suami istri sebagai akibat dari kegagalan mereka menjalankan obligasi peran masing-masing. Dalam hal ini perceraian dilihat sebagai akhir dari suatu ketidakstabilan perkawinan dimana pasangan suami istri kemudian hidup terpisah dan secara resmi diakui oleh hukum yang berlaku.
2. Regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang

dirasakannya baik positif maupun negatif. Selain itu, seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik positif maupun negatif.

3. Regulasi emosi pasca perceraian dalam penelitian ini memasuki usia pernikahan 3-8 tahun yang mengalami kesulitan-kesulitan dan permasalahan yang dihadapi oleh pasangan pasca perceraian ini membuat peningkatan stress dan emosi negatif seperti perasaan marah, sedih, dan takut yang menyebabkan semakin buruknya kondisi mereka. Hal ini disebabkan karena kurangnya kemampuan dalam meregulasi emosi. Seperti halnya depresi, pemikiran negatif yang berkelanjutan dan terus-menerus akan memunculkan ketegangan fisik (seperti beban yang diluar kemampuannya) maupun ketegangan psikologis (seperti kesulitan atau emosi negatif yang dihasilkan dari konflik hubungan sosial).

3.3. Unit Analisis dan Subjek Penelitian

3.3.1. Unit Analisis

Dalam penelitian kualitatif, unit analisis berkaitan dengan apa yang dimaksud sebagai kasus, yaitu masalah yang membuat peneliti tertarik dalam melakukan penelitian dan berusaha mencari lebih dalam suatu kasus tersebut. Unit analisis dalam penelitian kualitatif secara fundamental berkaitan dengan masalah penentuan apa yang dimaksud dengan “kasus” dalam penelitian yang bersangkutan, suatu problema yang telah mengganggu banyak peneliti di awal studi kasusnya (Yin, 2014:30).

3.3.2. Subjek Penelitian

Subjek adalah pihak-pihak yang dijadikan sebagai contoh dalam suatu penelitian, dan kriteria subjek dari penelitian ini adalah

1. Suami atau istri yang telah menjalani perceraian.
2. Baru menjalani perceraian
3. Lama pernikahan 1 tahun

Selain itu, *significant other* yaitu orang terdekat yang berada dilingkungan sekitar subjek yang mengetahui secara langsung kehidupan sehari-hari subjek. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan saudara, sahabat dari masing-masing subjek penelitian.

3.4. Teknik Pengumpulan Data

1. Wawancara

Banister (1994) Wawancara adalah percakapan dan tanya jawab yang diarahkan untuk mencapai tujuan tertentu. Wawancara ini bertujuan memperoleh pengetahuan tentang makna-makna subjektif yang dipahami individu berkenaan dengan topic yang diteliti, dan bermaksud melakukan eksplorasi terhadap isutersebut, suatu hal yang tidak dapat dilakukan melalui pendekatan lain (Poerwandari, 2013:146).

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan wawancara terfokus, dimana responden diwawancarai dalam waktu yang pendek. Kasus semacam ini, wawancara tersebut bisa tetap open-ended dan mengasumsikan cara

percakapan namun pewawancara tak perlu mengikuti serangkaian pertanyaan tertentu yang diturunkan dari protokol studi kasusnya (Yin, 2014:109).

Pada penelitian ini, wawancara digunakan untuk menggali data mengenai bagaimana penerimaan diri subjek serta faktor-faktor apa saja yang membuat subjek menerima dirinya. Selain itu, wawancara juga di gunakan untuk menggali informasi mengenai subjek lebih mendalam melalui *significant others*.

2. Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data yang paling umum dilakukan oleh peneliti, terutama yang meneliti tentang perilaku manusia. Istilah observasi diturunkan dari bahasa latin yang berarti “melihat” dan “memperlihatkan”. Istilah observasi diarahkan pada kegiatan untuk mencatat fenomena yang muncul dan mempertimbangkan hubungan antar aspek dalam fenomena tersebut (Poerwandari, 2013 : 134).

Observasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah observasi langsung, observasi langsung dilakukan bersamaan dengan proses wawancara (Yin, 2006 : 112). Selain itu tujuan observasi adalah mendeskripsikan *setting* yang dipelajari, aktivitas-aktivitas yang berlangsung, orang-orang yang terlibat dalam aktivitas, dan makna kejadian dilihat dari perspektif mereka yang terlibat dalam kejadian yang dialami tersebut. Pada penelitian ini akan dilakukan observasi secara langsung yang mana peneliti akan turun lapangan, dan melihat secara langsung aktivitas yang dilakukan oleh subjek.

3. Dokumentasi

Pengumpulan data diperoleh dari rekam *Audio* dan Wawancara yang berhubungan dengan penelitian ini.

3.5. Teknik Analisis Data

Poerwandari (2013: 163) mengatakan, penelitian kualitatif tidak memiliki rumus atau aturan *absolute* untuk mengolah dan menganalisis data. Beberapa tahap dalam menganalisa data kualitatif yaitu:

1. Organisasi data

Pengolahan dan analisis sesungguhnya di mulai dengan mengorganisasikan data. Data kualitatif sangat beragam dan banyak, menjadi kewajiban peneliti untuk mengorganisasikan datanya dengan rapi, sistematis dan selengkap mungkin. Hal-hal yang penting untuk disimpan dan diorganisasikan adalah data mentah (catatan lapangan, kaset hasil rekaman), data yang sudah proses sebagainya (transkrip wawancara), data yang sudah ditandai/dibubuhi kode-kode dan dokumentasi umum yang kronologis mengenai pengumpulan data dan langkah analisis.

2. Koding dan analisa

Poerwandari (2013:171) menyatakan bahwa langkah penting pertama sebelum analisis dilakukan adalah membubuhkan kode-kode pada materi yang diperoleh. Koding dimaksudkan untuk dapat mengorganisasikan dan membuat sistematis data secara lengkap dan mendetail, sehingga data dapat memunculkan dengan lengkap gambaran tentang topik yang dipelajari. Dengan

demikian pada gilirannya peneliti dapat menemukan makna dari data yang dikumpulkannya. Semua peneliti kualitatif menganggap koding adalah tahap yang penting, meskipun peneliti yang satu dan yang lain memberikan usulan prosedur yang tidak sepenuhnya sama. Pada akhirnya penelitalah yang berhak dan bertanggung jawab memilih cara koding yang dianggapnya paling efektif bagi data yang diperolehnya.

Lebih lanjut sebelum kita melakukan teknik analisis data, peneliti melakukan koding untuk memudahkan peneliti dalam mengorganisasi dan mensistematisasi data secara lengkap dan mendetail sehingga data dapat memunculkan gambaran topik yang dipelajari.

Contoh pemberian koding:

1. WWC : Wawancara

ELS : Inisial Subjek

KNTR : Lokasi penelitian

08062018 : Tanggal wawancara dilakukan

Data wawancara subjek pertama ELS lokasi di Kantor pada 06062018

2. OBS : Observasi

ELS: Inisial subjek

KNTR : Tempat aktifitas subjek

09062018 : Tanggal observasi dilakukan

3.6. Teknik Kredibilitas Data

Kredibilitas data dimaksudkan sebagai pembuktian bahwa data yang diperoleh peneliti sesuai dengan apa yang sesungguhnya ada dalam kenyataan di lokasi penelitian. Untuk menguji kredibilitas data maka digunakan teknik triangulasi data atau sumber.

Menurut Sugiyono (2012:65) “triangulasi data atau sumber memanfaatkan jenis sumber data yang berbeda beda untuk menggali data yang sejenis”. Peneliti bisa memperoleh dari narasumber (manusia) yang berbeda-beda posisinya dengan teknik wawancara mendalam, sehingga informasi dari narasumber yang satu dibandingkan dengan informasi dari narasumber yang satu dibandingkan dengan informasi dari narasumber lainnya.

1. Prosedur Analisis Dan Interpretasi Data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan melakukan koding terhadap hasil transkrip wawancara yang telah diverbatim. Koding dimaksudkan untuk dapat mengorganisasi dan mensistematisasi data secara lengkap dan mendetail sehingga data dapat memunculkan gambaran tentang topic yang dipelajari Poerwandari (2005:150). Pada penelitian kualitatif, koding dilakukan terhadap semua data yang dikumpulkan.

Analisis data dilakukan secara terus-menerus dari awal hingga akhir penelitian dengan induktif dan mencari pola, model, tema, serta teori (Prastowo2012:241). Menurut Seiddel (1998 dalam Moleong 2009:248) proses analisis data kualitatif yaitu:

- a) Mencatat hasil catatan lapangan, dengan memberikan kode;

- b) Mengumpulkan dan mengklasifikasikan, dan membuat koding;
- c) Mencari dan menemukan pola dan hubungan-hubungan dengan lebih selektif.

Boyatzis (1998 dalam Poerwandari, 2005:173) Langkah-langkah awal koding dapat dilakukan melalui yaitu:

1. Peneliti menyusun transkripsi verbatim (kata demi kata) atau catatan lapangannya sedemikian rupa sehingga ada kolom kosong yang cukup besar disebelah kiri dan kanan transkrip. Hal ini akan memudahkannya membubuhkan kode-kode atau catatan-catatan tertentu di atas transkrip tersebut.
2. Peneliti secara urut dan kontinyu melakukan penomoran pada baris-baris transkrip dan atau catatan lapangan tersebut. Dalam hal ini dapat dilakukan dengan memberikan nomor secara urut dari satu baris ke baris lain atau dengan cara memberikan nomor baru untuk paragraf baru.
3. Peneliti memberikan nama untuk masing-masing berkas dengan kode tertentu. Kode yang dipilih haruslah kode yang mudah diingat dan dianggap paling tepat mewakili berkas tersebut. Jangan lupa untuk selalu membubuhkan tanggal di tiap berkas.

Setelah melakukan koding selanjutnya peneliti melakukan analisis tematik terhadap data yang diperoleh. Analisis tematik adalah proses yang memungkinkan penerjemah gejala atau informasi kualitatif menjadi data kualitatif sesuai dengan kebutuhan peneliti. Penggunaan analisis tematik memungkinkan peneliti menemukan pola yang pihak lain tidak melihatnya secara jelas. Setelah tema ditemukan (*seeing*), maka tahap selanjutnya mengklasifikasikan atau meng-

encode pola tersebut (*seeingas*) dengan cara memberikan label, definisi atau. Dengan menggunakan analisis tematik ini maka hasil penelitian berupa deskripsi dari pola-pola yang sudah didapatkan dari hasil mengkode data-data yang diperoleh dari hasil wawancara.

Sementara menurut Moleong (1998:197-207) penafsiran data atau interpretasi data dijabarkan dalam:

- 1) Tujuan, prosedur umum,
- 2) Peranan hubungan kunci,
- 3) Peranan interogasi data, dan
- 4) Langkah-langkah penafsiran data dengan menggunakan analisis komparatif.

3.7. Keabsahan Data

Untuk menetapkan keabsahan (*trustworthiness*) data diperlukan teknik pemeriksaan. Pelaksanaan teknik pemeriksaan didasarkan atas sejumlah kriteria tertentu. Ada empat kriteria yang digunakan, yaitu derajat kepercayaan (*creadibility*), keteralihan (*transferability*), kebergantungan (*dependability*), dan kepastian(*confirmability*) (Moleong, 2007:324).

Kredibilitas menjadi istilah paling banyak dipilih untuk mengganti konsep validitas, dimaksud untuk merangkum bahasan menyangkut kualitas penelitian kualitatif. Kredibilitas studi kualitatif terletak pada keberhasilannya mencapai maksud mengeksplorasi masalah atau mendeskripsikan setting, proses, kelompok sosial atau pola interaksi yang kompleks.

Deskripsi mendalam yang menjelaskan kemajemukan (kompleksitas) aspek-aspek yang terkait dan interaksi dari berbagai aspek menjadi salah satu ukuran kredibilitas penelitian kualitatif. Adapun untuk memperoleh keabsahan data, Moleong merumuskan beberapa cara, yaitu:

- 1) Perpanjangan keikutsertaan,
- 2) Ketekunan pengamatan,
- 3) Triangulasi data,
- 4) Pengecekan sejawat,
- 5) Kecukupan referensial,
- 6) Kajian kasus negatif, dan
- 7) Pengecekan anggota.

Peneliti hanya menggunakan teknik ketekunan, triangulasi data dan pengecekan sejawat. Pertama, menurut Moleong (2008) ketekunan pengamatan bermaksud menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari dan kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci. Jika perpanjangan keikutsertaan menyediakan lingkup, maka ketekunan pengamatan menyediakan kedalaman.

Kedua, triangulasi yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data dengan melakukan pengecekan atau perbandingan terhadap data yang diperoleh dengan sumber atau kriteria yang lain diluar data itu, untuk meningkatkan keabsahan data. Pada penelitian ini, triangulasi yang dilakukan adalah:

1. Triangulasi sumber, yaitu dengan cara membandingkan apa yang dikatakan oleh subjek dengan dikatakan informan dengan maksud agar data yang

diperoleh dapat dipercaya karena tidak hanya diperoleh dari satu sumber saja yaitu subjek penelitian, tetapi data juga diperoleh dari beberapa sumber lain seperti tetangga atau teman subjek,

2. Triangulasi metode, yaitu dengan cara membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara dan membandingkan data hasil pengamatan data hasil wawancara dengan isi dokumen yang berkaitan. Dalam hal ini peneliti berusaha mengecek kembali data yang diperoleh melalui wawancara.
3. Ketiga, teknik pengecekan sejawat dilakukan dengan cara mengekspos hasil sementara atau hasil akhir yang diperoleh peneliti dalam bentuk diskusi dengan rekan-rekan sejawat. Dalam penelitian ini triangulasi yang dilakukan adalah dengan mengumpulkan data dari *significant other* sebagai penguat dan penambah informasi yang telah didapatkan narasumber.

Data hasil analisis dari subjek penelitian ini akan dibandingkan dengan data keterangan *significant other* yang mana mengetahui kehidupan subjek sehari-hari ketika berada di komunitas tersebut. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan koherensi tentang data yang didapatkan di lapangan melalui wawancara maupun observasi dengan data yang berasal dari *significant other*.