

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif fenomenologis. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam dan menyeluruh fenomena sosial-psikologis yang terjadi secara nyata di masyarakat, khususnya terkait kondisi kesehatan mental ibu rumah tangga pengguna Facebook Pro. Sesuai dengan pandangan Creswell, pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif, makna, dan perspektif asli dari partisipan dalam konteks kehidupan sehari-hari mereka. Kesehatan mental merupakan aspek psikologis yang kompleks dan tidak dapat diukur secara sederhana dengan angka atau statistik, melainkan harus dipahami melalui narasi pengalaman, kedalaman perasaan, serta persepsi personal individu.²⁵

²⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2020., n.d. hal. 1-10.

Adapun metode yang diterapkan adalah deskriptif kualitatif yang dikombinasikan dengan perspektif fenomenologi. Pendekatan fenomenologis berupaya untuk menelusuri, mengisolasi, dan memahami struktur kesadaran serta makna subjektif yang dirasakan langsung oleh individu atas pengalaman hidup mereka (*lived experience*). Alasan utama memilih pendekatan fenomenologis dalam penelitian ini adalah untuk mengungkap bagaimana pengalaman sehari-hari berinteraksi dengan fitur *Facebook Pro* baik untuk kebutuhan hiburan, komunikasi, maupun pemenuhan target monetisasi ekonomi membentuk persepsi, emosi, tekanan psikologis, dan tingkat kesejahteraan mental para ibu rumah tangga secara mendalam. Melalui metode deskriptif, peneliti dapat menyajikan deskripsi yang kaya, faktual, dan mendetail mengenai pola perilaku digital, dinamika emosional (seperti stres dan kecemasan), serta bentuk adaptasi psikologis informan tanpa melakukan manipulasi variabel atau menguji hipotesis tertentu.²⁶

²⁶ Ibid.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu penelitian direncanakan berlangsung selama 1 bulan, dimulai dari tanggal 12 maret 2026- 12 april 2026 penelitian ini akan dilaksanakan di Kelurahan Kembang Mumpo Kecamatan Semidang Alas Maras Kabupaten Seluma.²⁷

C. Subjek atau Informan Penelitian

Subjek penelitian adalah orang-orang yang menjadi sumber informasi yang dapat memberikan data sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti. Dalam penentuan informan, peneliti menggunakan teknik Purposive Sampling. Menurut Sugiyono, Purposive Sampling adalah teknik pengambilan sampling dengan berbagai pertimbangan dan melalui pertimbangan tertentu. Contohnya seperti adanya pertimbangan tertentu ini seperti pada saat melakukan sebuah wawancara, peneliti mengajukan wawancara pada orang tertentu dikarenakan individu tersebut dianggap paling memahami apa yang menjadi tujuan dari peneliti sehingga dapat memudahkan peneliti dalam

²⁷ Uhar Suharsaputra, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Tindakan*. Bandung: Refika Aditama, 2016., n.d. hal. 1-5.

meneliti objek yang ingin diteliti. Berdasarkan teknik *purposive sampling*. Adapun kriteria yang dimaksud adalah:

1. Wanita dengan status perkawinan sah sebagai ibu rumah tangga dan berdomisili tetap di Kelurahan Kembang Mumpo.
2. Menggunakan dan mengoperasikan aplikasi Facebook Pro secara aktif dalam durasi harian yang intensif dengan masa penggunaan minimal 6 bulan terakhir, sehingga telah melewati fase adaptasi fitur platform.
3. Memiliki variasi orientasi penggunaan, baik informan dengan orientasi aktif-produktif (tujuan ekonomi/monetisasi konten digital) maupun orientasi konsumtif-hiburan (*scrolling* dan interaksi sosial biasa).

Dari kriteria diatas, informan yang memenuhi syarat ada 8 orang. 4 orang sebagai informan utama, dan 4 orang informan pendukung sebagai teman, sahabat, ataupun keluarga. Berikut ini tabel informan utama dan informan pendukung penelitian.²⁶

Tabel 1.1

Informan utama

No	Nama	Usia	Lama pakai <i>facebook pro</i>
1.	Elisa putri	34	2tahun
2.	Amelia Kurniawati	28	3 tahun
3.	Siti Gapur	38	1 tahun
4.	SehYani	32	2 tahun

Tabel 1.2
Informan pendukung

No	Nama	Usia	Keterangan
1.	Wimi Susilaini	38 tahun	Teman
2.	Yeni Otong	33 tahun	Teman
3.	Yulia Fitri	50 tahun	Kakak ipar
4.	Eva Detasari	35 tahun	Teman

D. Sumber Data

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh melalui serangkaian kegiatan. Data primer pada penelitian ini

terdiri dari observasi dan wawancara. Penelitian akan melakukan observasi ke lapangan dan melakukan wawancara kepada informan penelitian.

2. Data Primer

Data sekunder adalah data yang diperoleh melalui pengumpulan atau pengelolaan data yang bersumber dari kajian dokumentasi atau analisis dokumen. Kajian ini mencakup pemeriksaan berbagai jenis dokumen, seperti dokumen pribadi, dokumen resmi institusi, referensi, atau peraturan yang relevan dengan topik penelitian, seperti literatur, laporan, tulisan, dan sebagainya.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data sangatlah berperan penting dalam membantu penelitian ini. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi.

1. Observasi

Peneliti melakukan observasi langsung terhadap subjek peneliti selama periode yang ditentukan, dengan

tujuan memverifikasi kesesuaian antara prosedur tertulis dan praktik yang sesungguhnya. Untuk menjaga objektivitas data, observasi terstruktur biasanya diterapkan menggunakan lembar ceklis dan panduan yang telah disiapkan. Setelah proses pengamatan selesai, peneliti mencatat hasil observasi secara detail dalam catatan lapangan, yang mencakup konteks, waktu, dan urutan kejadian. Akhirnya, data observasi ini kemudian akan dianalisis dan divalidasi silang dengan sumber data lain, seperti wawancara untuk memperkuat temuan penelitian.

2. Wawancara

Metode wawancara langkah penting yang bertujuan untuk menggali data kualitatif mendalam yang tidak dapat diperoleh melalui observasi atau dokumentasi. Sebelum pelaksanaan, peneliti menyusun panduan wawancara terstruktur atau semi terstruktur untuk memastikan semua pertanyaan penelitian tercakup. Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan informan kunci untuk mendapatkan perspektif subjektif dan kontekstual

mengenai isu yang diteliti. Setelah data terkumpul, transkripsi wawancara dilakukan untuk memfasilitasi proses koding dan analisis tematik, di mana hasil wawancara tersebut kemudian digunakan untuk memvalidasi atau memperkaya temuan dari metode pengumpulan data lainnya.

3. Dokumentasi

Dokumentasi proses esensial untuk menjaga akuntabilitas dan kesinambungan informan dalam sebuah proyek atau penelitian. Semua tahapan, keputusan, dan perubahan harus didokumentasikan secara sistematis untuk memudahkan pelacakan dan audit di kemudian hari. Peneliti perlu menyusun dokumentasi teknis atau prosedural yang jelas dan ringkas agar dapat dipahami. Selain itu, dokumentasi yang dikumpulkan selama penelitian (misalnya notulen rapat, laporan internal, atau arsip kebijakan) berfungsi sebagai data sekunder yang kuat untuk memvalidasi temuan dari observasi dan wawancara.

F. Teknik Keabsahan Data

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data itu. Adapun bentuk triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

2. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber adalah triangulasi pertama yang dibahas dalam menguji data dari beberapa informan yang akan menerima informasinya dengan cara melakukan pengecekan data yang diperoleh selama penelitian melalui berbagai sumber atau informan, dapat meningkatkan kredibilitas data.

3. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik adalah membandingkan data yang diperoleh dari berbagai teknik pengumpulan data yang berbeda seperti wawancara, observasi, dan studi dokumentasi.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan upaya mencari dan menata secara sistematis hasil observasi, wawancara, dan hasil lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya dalam temuan bagi orang lain Muhadjir. Menurut Ulber Silalahi kegiatan analisis terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan, yaitu.²⁸

1. Reduksi Data

Reduksi data bukanlah suatu hal yang terpisah dari analisis. Reduksi data diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstraksian, dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan mengorganisasi data sedemikian rupa sehingga kesimpulan akhirnya dapat ditarik dan diverifikasi.

²⁸ Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J., *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2019., n.d. hal. 5-7.

H. Penyajian Data

Miles & Huberman membatasi suatu penyajian sebagai sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan.

I. Menarik Kesimpulan

Menurut Miles dan Huberman, penarikan kesimpulan hanyalah sebagian dari satu kegiatan dari konfigurasi yang utuh. Selama kegiatan penelitian, kesimpulan-kesimpulan juga diverifikasi kebenarannya

