

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan memakai pendekatan kualitatif untuk menilai kondisi alami dari suatu fenomena mengenai kejadian sebagai pengalaman yang aktual. Dan penelitian kualitatif juga bertujuan untuk menjabarkan temuan atau fenomena, menyajikannya apa adanya sesuai fakta dan temuan di lapangan (Sugiyono 2013)

Penelitian ini bersifat deskriptif yaitu penelitian yang harus mendeskripsikan suatu obyek atau fenomena, atau setting sosial dalam tulisan dan bersifat naratif. Dalam penulisannya berdasarkan data dan fakta yang dihimpun berbentuk kata atau gambar dan menginterpretasikan objek dengan apa adanya terkait dengan subjek penelitian berupa sikap, perilaku dan tindakan lainnya. Penelitian ini mendeskripsikan secara objektif dan apa adanya mengenai regulasi emosi mahasiswa menstruasi di Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang yang beralamat di Sungai Bangek, Balai Gadang, Kec. Koto Tangah, Kota Padang, Sumatera Barat, terhadap mahasiswa yang mengalami emosi berlebihan saat menstruasi. Alasan dari pemilihan

lokasi ini ialah dikarenakan banyak mahasiswi yang tidak dapat mengendalikan emosinya dengan baik disaat menastruasi.

C. Informan Penelitian

Informan atau sumber data yang benar benar dapat memberitahu dan menguasai masalah dan orang orang yang dapat memberikan informasi mengenai hal hal yang diperlukan dalam penelitian. Subjek peneliti yaitu subjek yang dituju untuk diteliti dan informan adalah orang yang memberikan informasi, maka yang menjadi subjek penelitian adalah tujuh mahasiswi Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang yang mengalami regulasi emosi yang mengalami *dismenore*.

Dalam menentukan subjek penelitian digunakan teknik *snowball sampling* yaitu teknik penentuan sampel yang mula mula jumlahnya kecil, lama kelamaan membesar. Hal ini dilakukan karena dari jumlah sumber data yang sedikit belum mampu memberikan data yang diinginkan dan memuaskan, maka membutuhkan orang lain lagi untuk dapat digunakan sebagai sumber data (Sugiyono 2013).

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan suatu hal yang penting dalam penelitian karena ini adalah cara yang dilakukan untuk mendapatkan data data untuk penelitian, karena merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data maka peneliti tidak akan

mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan (Sugiyono 2013). Untuk memperoleh data yang valid dalam pelaksanaan penelitian penulis menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut (Hardani 2020) :

1. Observasi

Observasi ialah pengamatan dengan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti. Dalam penggunaan teknik observasi yang paling terpenting ialah mengandalkan pengamatan dan ingatan peneliti. Observasi berarti melakukan pengamatan terhadap suatu objek melalui dua indra yang sangat vital dalam melakukan pengamatan yaitu mata yang melihat secara langsung dan telinga yang mendengarkan dan mengambil kesimpulan dari semua itu.

Dapat disimpulkan bahwa observasi ialah aktivitas yang dilakukan untuk mengamati secara langsung suatu objek dengan tujuan untuk memperoleh informasi terkait dengan regulasi emosi informan yang mengalami *dismenore* dengan mengamati bagaimana sikap dan perilaku dari informan.

2. Wawancara

Wawancara ialah tanya jawab lisan antara dua orang atau lebih secara langsung atau percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai (*interview*) yang

memberikan jawaban atas pertanyaan. Wawancara dilakukan dengan daftar pertanyaan yang diajukan kepada mahasiswi fakultas dakwah dan ilmu komunikasi yang bertujuan untuk memperoleh informasi dan memperkuat informasi.

Wawancara dilakukan secara mendalam agar peneliti mendapatkan data yang valid. Oleh karena itu yang diwawancara dalam penelitian ini adalah mahasiswi yang mengalami regulasi emosi saat mengalami *dismenore*. Untuk memperkuat informasi juga dilakukan wawancara kepada teman teman mahasiswi yang mengalami regulasi emosi saat *dismenore*.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami dan temuan dapat diinformasikan kepada orang lain. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik analisis data dari Miles dan Huberman yang dibagi dalam tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan. Teknik analisis data yang dipakai dalam penelitian ini adalah. (Sugiyono 2013)

1. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Reduksi data diartikan sebagai proses pengumpulan, pemilihan, perangkuman, memilih hal hal yang pokok, memfokuskan pada hal hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian

data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.

Menurut Riyanto bahwa reduksi data (*data reduction*) artinya, data harus dirampingkan, dipilih mana yang penting, disederhanakan, dan diabstraksikan. Dengan begitu dalam reduksi ini ada proses *living in* dan *living out*. Maksudnya, data yang terpilih adalah *living in* dan data yang terbuang (tidak terpakai) adalah *living out* (Hardani 2020).

2. Penyajian data (*Data Display*)

Data yang telah direduksi, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data dengan cara menarasikan dan uraian singkat data sesuai dengan tujuan penelitian yang peneliti lakukan. Dengan penyajian data maka akan mempermudah untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.

3. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan

mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

Kesimpulan dalam penelitian kualitatif adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang sebelumnya masih remang remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kausal atau interaktif, hipotesis atau teori.

