

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Pada penelitian ini menggunakan judul yang membahas tentang permasalahan pribadi, penelitian ini akan mengkaji dan mendeskripsikan tentang *cognitive behavior therapy* untuk mengurangi penggunaan *youtube* pada siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan Kecamatan Tamanan Bondowoso. Adapun fokus penelitian ini adalah bagaimana implementasi *cognitive behavior therapy* dalam mengurangi penggunaan *youtube* pada siswa, maka dalam pelaksanaannya penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus sehingga bisa mengetahui lebih mendalam dan terperinci tentang suatu permasalahan atau fenomena yang hendak diteliti dan menggunakan penelitian kualitatif sehingga laporan hasil penelitian diungkapkan secara deskriptif yang berbentuk kata-kata tertulis dari orang-orang yang diamati.<sup>1</sup>

#### **B. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian merupakan tempat di mana penelitian akan dilakukan dan juga dapat diartikan lokasi ini sebagai objek dan tujuan yang ditetapkan sehingga mempermudah penulis dalam melakukan penelitian. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan, karena sebagian siswanya memiliki ketergantungan pada *youtube* dan sedikit banyak siswanya menirukan karakter yang dia tonton.

---

<sup>1</sup> Lexi J Moloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012), 11.

### C. Subjek Penelitian

Subyek penelitian ini berasal dari orang-orang yang terlibat langsung dalam proses implementasi *cognitive behavior therapy* dalam mengurangi penggunaan *youtube*. Penentuan subjek penelitian yang digunakan adalah *Purposive* yaitu teknik penentuan informan yang dipilih dengan pertimbangan dan tujuan tertentu atau seleksi khusus. Sehingga dalam penelitian ini hanya dipilih informan yang dipandang mengetahui betul tentang aspek yang akan dikaji dalam penelitian ini.<sup>2</sup> Adapun yang menjadi subyek dalam penelitian ini adalah kepala sekolah, Waka Kurikulum, guru BK dan siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan.

### D. Jenis dan Sumber Data

#### 1. Jenis data

Jenis data adalah hasil pencatatan penelitian baik yang berupa fakta ataupun angka, dengan kata lain segala fakta dan angka yang dijadikan bahan untuk menyusun informasi. Penelitian akan kurang valid jika tidak ditemukan jenis data atau sumber datanya. Adapun jenis data penelitian ini adalah:

- a. Data primer adalah data inti dari penelitian ini, yaitu proses dalam upaya mengurangi penggunaan *youtube* pada siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan. Yang diambil dari observasi dilapangan, tingkah laku, kegiatan keseharian dan latar belakang, serta respon dari remaja. Konseli merupakan remaja yang sangat

---

<sup>2</sup> Hendri Purbo Wasesa dan Muhtar Sofwan Hidayat, *Mengaplikasikan Kurikulum Berbasis KKNI (Pengalaman di Prodi PGMI UNSIQ Jawa Tengah)* (Jawa Tengah: Mangku Bumi Media, 2016), 32.

peduli terhadap *handphonenya*. Bahkan dimanapun konseli berada selalu ada *handphone*. Konseli selalu membawa *handphone* hanya untuk menonton *youtube*, sehingga hal tersebut membuat konseli kurang kontrol diri terhadap lingkungannya. Dalam proses konseling yang akan dilakukan ini konseli ingin berubah agar konseli dapat mengontrol diri. Konselor memberikan *cognitive behavior therapy* agar konseli dapat mengontrol dalam penggunaan *handphone*. Karena konselor percaya bahwa kognitif merubah perilaku dengan 7 kali pertemuan. Meskipun tidak berubah secara signifikan dan masuk dalam kategori cukup berhasil namun konseli telah berusaha untuk dapat mengendalikan diri.

- b. Data sekunder adalah data yang diambil dari sumber kedua atau berbagai sumber guna melengkapi data primer.<sup>3</sup> Diperoleh dari keadaan lingkungan sekolah, keluarga dan lingkungan rumahnya. Lokasi penelitian berada di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan. Lingkungan rumah konseli masih pedesaan akan tetapi rumah konseli tertutup oleh pagar yang tinggi, hal tersebut membuat konseli malas untuk keluar rumah sekedar bersosialisasi dengan tetangga. Keseharian konseli adalah sebagai pelajar SMP yang tidak memiliki kontrol diri dalam menonton *youtube*, sehingga konseli selalu tergesa- gesa dalam mengerjakan tugas, konseli marah- marah jika keinginannya tidak terpenuhi.

---

<sup>3</sup> Berhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format- Format Kuantitatif dan Kualitatif*, (Surabaya: Universitas Airlangga, 2001), 128.

## 2. Sumber data

Untuk mendapat keterangan dan informasi, peneliti mendapatkan informasi dari sumber data, yang di maksud sumber data adalah subjek dari mana data di peroleh<sup>4</sup>. Adapun yang akan dijadikan sumber data adalah:

- a. Sumber data primer, yaitu sumber data yang diperoleh langsung dari konseli serta didapat dari konselor. Data diambil saat proses konseling, seperti apa saja yang konseli lakukan saat menonton *youtube*.
- b. Sumber data sekunder, yaitu data- data yang diperoleh dari kepala sekolah, wakil kepala sekolah yang digunakan sebagai acuan dan pelengkap data primer.<sup>5</sup> Data ini diperoleh dari orang lain guna melengkapi data peneliti, bisa diperoleh melalui keluarga, tetangga dan teman dekat konseli. Dari data yang konselor dapatkan, konselor mengetahui bahwa tidak hanya orang tua konseli saja yang merasakan jika konseli adiktif terhadap *youtube*.

### E. Teknik Pengumpulan data

Teknik- teknik yang dilakukan oleh peneliti dalam mengumpulkan data adalah sebagai berikut:

#### 1. Wawancara

Wawancara adalah dialog melalui pertanyaan Tanya jawab secara lisan yang dilakukan oleh pewawancara kepada narasumber untuk

---

<sup>4</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 129.

<sup>5</sup> Hartono Boy Soedarmaji, *Psikologi Konseling*, (Surabaya: Press UNIPA, 2006), 58.

memperoleh informasi yang ada<sup>6</sup>. Dalam teknik ini peneliti menggunakan jenis wawancara semi terstruktur. Dimana yang dimaksud wawancara semi terstruktur disini adalah wawancara yang lebih bebas dari pada wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diwawancarai dimintai pendapat dan ide-idenya. Adapun data-data yang ingin diperoleh dari metode wawancara ini antara lain:

- a. Implementasi *cognitive behavior therapy* untuk mengurangi penggunaan *youtube* pada siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan Kecamatan Tamanan Kabupaten Bondowoso.
- b. Hambatan dari implementasi *cognitive behavior therapy* pada siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan Kecamatan Tamanan Kabupaten Bondowoso.
- c. Tingkat keberhasilan implementasi *cognitive behavior therapy* dalam mengurangi penggunaan *youtube* pada siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan Kecamatan Tamanan Kabupaten Bondowoso.

## 2. Observasi

Teknik observasi ini diklarifikasikan menurut tiga cara yaitu pertama, pengamat bertindak sebagai partisipan atau observasi partisipatif yaitu peneliti terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber penelitian. Sambil

---

<sup>6</sup> Arikunto, *Prosedur Penelitian*, 145.

melakukan pengamatan, peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data dan ikut merasakan suka dukanya, dengan observasi partisipan ini maka data yang diperoleh akan lebih lengkap, tajam, dan sampai mengetahui pada tingkat makna dari setiap perilaku yang nampak. Kedua, observasi dapat dilakukan secara terus terang yaitu peneliti dalam melakukan pengumpulan data menyatakan terus terang kepada sumber data, bahwa ia sedang melakukan penelitian. Jadi, mereka yang diteliti mengetahui sejak awal sampai akhir tentang aktivitas peneliti. Ketiga, observasi yang menyangkut latar penelitian dan dalam penelitian ini digunakan teknik observasi yang mana pengamat bertindak sebagai nonpartisipan.

Jenis observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi partisipan. Adapun data yang ingin diperoleh peneliti dari teknik observasi partisipan adalah sebagai berikut:

- a. Kondisi objektif Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan Kecamatan Tamanan Kabupaten Bondowoso.
- b. Letak Geografis penelitian.
- c. Implementasi *cognitive behavior therapy* untuk mengurangi penggunaan *youtube*.
- d. Data-data lain yang terkait dengan penelitian.

### 3. Dokumentasi

Setelah penelitian menggunakan teknik observasi dan teknik wawancara, peneliti juga memakai teknik dokumentasi. Dokumentasi

adalah catatan peristiwa yang telah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar atau moment dari seseorang.<sup>7</sup> Adapun dokumentasi yang akan di kajian ini adalah:

- a. Profil Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan Kecamatan Tamanan Kabupaten Bondowoso.
- b. Data jumlah siswa dan siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan Kecamatan Tamanan Kabupaten Bondowoso.
- c. Data guru di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan Kecamatan Tamanan Kabupaten Bondowoso.
- d. Perangkat kegiatan *active knowledge sharing*
- e. Foto-foto kegiatan penelitian di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tamanan Kecamatan Tamanan Kabupaten Bondowoso.

#### **F. Teknik Analisis Data**

Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milah menjadi satuan yang dapat dikelola, mensinteksiskannya, mencari dan menemukannya pola, dan menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.<sup>8</sup> Analisis data dari hasil pengumpulan data adalah tahapan yang penting dalam suatu kegiatan ilmiah. Analisis data yang digunakan adalah analisis interaktif. Menurut Miles, Huberman dan Saldana, bahwa terdapat beberapa tahapan dalam analisis data,

---

<sup>7</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuntitatif dan R dan D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), 240.

<sup>8</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2005), 248.

yaitu :<sup>9</sup>

a. Kondensasi Data

Kondensasi data merujuk pada proses memilih, menyederhanakan, mengabstrakkan, dan atau mentransformasikan data yang mendekati keseluruhan bagian dari catatan-catatan lapangan secara tertulis, transkrip wawancara, dokumen-dokumen, dan materi-materi empiris lainnya.

b. Penyajian data (*data display*)

Langkah selanjutnya setelah reduksi data ialah penyajian data yang dapat dilakukan dengan membuat uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Dalam model teknik analisis data ini yang paling digunakan untuk menyajikan data adalah dengan teks yang bersifat naratif. Penyajian data memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.

c. Penarikan kesimpulan

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak dikemukakan bukti-bukti yang kuat dan mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan dapat berkembang setelah peneliti berada di lapangan.

---

<sup>9</sup> M.B Miles, Huberman A.M, dan Saldana J, *Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook, Edition 3*, Terj. Tjetjep Rohindi Rohidi, (Jakarta: UI Press, 2014), 31.



## G. Keabsahan data

Dalam penelitian kualitatif tidak menjamin pelaksanaan penelitian akan mendapatkan hasil yang optimal. Kesalahan pada peneliti juga besar kemungkinan terjadi, dalam hal ini, peneliti menganalisa data langsung di lapangan untuk menghindari kesalahan pada data-data tersebut. Maka dari itu, untuk mendapatkan hasil yang optimal peneliti perlu memikirkan keabsahan data. Peneliti dalam melakukan pemeriksaan keabsahan data menggunakan teknik sebagai berikut:

1. Ketekunan pengamat

Melakukan pengamatan secara berkesinambungan dengan cara tersebut maka kepastian data dan urutan peristiwa akan dapat direkam secara pasti dan sistematis.

2. Observasi yang diperdalam

Menemukan ciri-ciri dan unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari dan kemudian memutuskan diri pada hal-hal tersebut secara rinci.

3. Triangulasi

Triangulasi adalah penggunaan beberapa metode dan sumber data dalam pengumpulan data untuk menganalisis suatu fenomena yang saling berkaitan dari perspektif yang berbeda.<sup>10</sup> Dan juga teknik pemeriksaan yang memanfaatkan penggunaan sumber, metode, penyidik, dan teori serta untuk mengetahui data yang diperoleh *convergent* (meluas), tidak

---

<sup>10</sup> Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), 164.

konsisten atau kontradiksi. Oleh karena itu dengan menggunakan teknik triangulasi dalam mengumpulkan data maka data yang diperoleh akan lebih konsisten, tuntas, dan pasti.

Dalam penelitian ini, penelitian akan melakukan triangulasi dengan perbandingan sumber dan teori, melakukan pengecekan antar data-data yang didapat dari observasi, wawancara dan juga dokumentasi yang ada.

## **H. Tahap-Tahap Penelitian**

### **1. Tahap pra-lapangan**

Peneliti melakukan observasi sebagai pendahuluan melalui pengamatan dan mencari suatu informasi dari salah satu atau sebagian sumber, yang akan dijadikan tempat untuk memperoleh judul, dan yang sesuai gambaran umum keadaan dilapangan serta memperoleh kepastian antara judul dengan kenyataan yang ada di lapangan.

### **2. Tahap pekerjaan lapangan**

Peneliti berusaha menerapkan *cognitive behavior therapy* untuk upaya mengurangi penggunaan *youtube*.

### **3. Tahap penyelesaian**

Pada tahap selanjutnya yaitu tahap analisis data, data yang telah dikumpulkan selama kegiatan lapangan.