

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian tentang Pengelolaan Stres Pada Lanjut usia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Weleri Kendal adalah metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Penulis menggunakan metode penelitian deskriptif dikarenakan penulis ingin menjelaskan, mendeskripsikan, dan memvalidasi fenomenas yang sedang dibahas. Penulis menggunakan pendekatan kualitatif dikarenakan data yang ada tidak dapat diukur, penulis ingin menggali informasi sedetail-detailnya, serta penulis mengdepankan proses komunikasi penulis dengan fenomena yang dibahas.

Sudjana dan Ibrahim menyatakan bahwa metode penelitian deskriptif adalah suatu penelitian yang di dalamnya mendeskripsikan suatu peristiwa, gejala, dan kejadian yang terjadi pada saat sekarang (Iyus dan Oka, 2020). Nugrahani mengemukakan bahwa metode kualitatif adalah suatu prosedur atau cara penelitian yang menghasilkan data secara deskriptif berupa kata-kata tertulis (lisan) dari orang-orang dan perilaku yang diamati” (Marinu Waruwu, 2023). Mukhtar mengemukakan bahwa penelitian deskriptif kualitatif adalah suatu penelitian yang bermaksud untuk mengungkap fakta empiris secara objektif ilmiah yang berlandaskan pada logika dan prosedur serta didukung oleh metodologi dan teoritis yang kuat sesuai disiplin keilmuan yang ditekuni (Wilinny, dkk, 2019).

3.2 Penjelasan Istilah

Penjelasan istilah dimaksudkan untuk membatasi ruang lingkup dan memperjelas pengertian konsep yang digunakan dalam penelitian ini maka penulis merumuskan penjelasan istilah adalah sebagai berikut.

1. Pengelolaan stres adalah melakukan tindakan, upaya, dan strategi untuk mencegah dan atau mengurangi efek negatif dari munculnya stres yang dialami oleh lanjut usia yang ada di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Weleri Kendal.
2. Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai umur 60 tahun ke atas bertempat tinggal dan terdaftar sebagai Penerima Manfaat (PM) di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Weleri Kendal.
3. Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Weleri Kendal adalah unit kerja dari Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Cepiring Kendal yang terletak di Kedayakan, Desa Penyangkringan, Kecamatan Weleri, Kabupaten Kendal, Provinsi Jawa Tengah 51355.

3.3 Penjelasan Latar Penelitian

Penelitian ini berlokasi di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Weleri Kendal. Adapun ruang lingkup data pada penelitian ini mencakup aspek-aspek stres pada lanjut usia, yaitu aspek biologis, aspek kognitif, aspek emosi, dan aspek perilaku sosial. Alasannya dikarenakan lanjut usia sangat rentan mengidap stres. Alasan penulis memilih lokasi di Rumpelsos Weleri Kendal adalah dikarenakan setelah penulis melakukan peninjauan diketahui bahwa lokasi tersebut memiliki

sasaran penelitian yang diinginkan penulis dimana terdapat 40 penerima manfaat disana, belum pernah ada penelitian mengenai pengelolaan stres lanjut usia yang dilakukan sebelumnya, serta lanjut usia disana dapat dikatakan kurang mampu mengelola stresnya hal ini dibuktikan dengan penulis yang melihat lanjut usia disana sering terlihat melamun. Latar belakang lanjut usia disana rentan terkena stres, yaitu disebabkan oleh kehilangan teman ngobrol, kehilangan barang, rasa kangen terhadap keluarga, dan kurangnya aktivitas. Akibat lainnya dari stres tersebut berdampak pada terjadinya perselisihan atau kesalahpahaman antar lanjut usia, lanjut usia merasa paling benar sendiri, dan susah bergaul dengan sesama lanjut usia.

3.4 Sumber Data dan Cara Menentukan Sumber Data

Terdapat dua jenis sumber data yang digunakan penulis, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder adalah sebagai berikut.

3.4.1 Sumber Data Primer

Umi Narimawati menyatakan bahwa data primer adalah data yang berasal dari sumber asli (pertama) dan tidak tersedia dalam bentuk kumpulan file sehingga data tersebut harus dicari melalui informan atau responden (Nuning Indah, 2017). Sumber data primer penelitian ini diperoleh penulis melalui wawancara mendalam dan observasi dengan 3 lanjut usia, 2 pengasuh lanjut usia, dan 1 pekerja sosial di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Weleri Kendal. Alasan terdapat pengasuh dan pekerja sosial dalam informannya adalah

dikarenakan pengelolaan stres dilakukan oleh lanjut usia sendiri namun dibantu pengasuh dan pekerja sosial dalam pengelolaannya serta untuk triangulasi sumber.

3.4.2 Sumber Data Sekunder

Hasan menyatakan bahwa data sekunder adalah data yang dikumpulkan atau diperoleh melalui sumber yang telah ada sebelumnya untuk mendukung informasi primer yang telah diperoleh peneliti sebelumnya (Syafnidawati, 2020). Sumber data sekunder dari penelitian ini berasal dari studi dokumentasi, seperti jurnal, buku, makalah, laporan, dokumen, dan literatur lainnya yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan, yaitu pengelolaan stres pada lanjut usia.

3.4.3 Cara Menentukan Sumber Data

Penulis menentukan sumber data dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Sugiyono mengemukakan bahwa teknik *purposive sampling* adalah teknik menentukan sampel melalui syarat atau pertimbangan tertentu (Jilhansyah, dkk, 2021). *Purposive sampling* juga berdasarkan sampel homogen, yaitu fokus pada kelompok yang memiliki karakteristik sama. Di dalam melakukan penelitian ini, penulis memilih lanjut usia, pengasuh, dan pekerja sosial untuk dijadikan informan yang memiliki beberapa karakteristik.

1. Lanjut usia, pengasuh, dan pekerja sosial yang bertempat tinggal atau bekerja di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Weleri Kendal selama lebih dari 6 bulan.

2. Lanjut usia, pengasuh, dan pekerja sosial yang bersedia menjadi informan penelitian.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini penulis menggunakan teknik pengumpulan data adalah sebagai berikut.

3.5.1 Wawancara Mendalam

Nilai dan Suliswaningsih (2023) menyatakan bahwa wawancara mendalam adalah kegiatan memperoleh informasi yang dilakukan secara langsung oleh penulis dengan informan atau orang yang diwawancarai. Penulis menggunakan jenis wawancara terstruktur dimana penulis telah menyiapkan pedoman wawancara berisi pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan. Wawancara dilakukan dengan 3 lanjut usia, 2 pengasuh lanjut usia, dan 1 pekerja sosial di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Weleri Kendal.

3.5.2 Observasi

Observasi adalah salah satu teknik pengumpulan data dengan melakukan pengamatan secara langsung ke lokasi penelitian terhadap subjek atau objek yang akan diteliti (Yoki Apriyanti, dkk, 2019). Penulis mengobservasi lokasi penelitian, lanjut usia berdasarkan empat aspek yang diteliti, penulis juga mengobservasi beberapa kegiatan pereda stres, seperti kegiatan kesehatan fisik dan rekreasi yang ada di Rumpelsos Weleri Kendal.

3.5.3 Studi Dokumentasi

Studi dokumentasi adalah salah satu teknik pengumpulan data melalui sumber dan bahan tertulis yang telah diterbitkan oleh lembaga dari objek penelitian (Zhahara Yusra, dkk, 2021). Studi dokumentasi penulis dapatkan melalui buku, transkrip, literatur, notulen, dan dokumen lainnya yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan, yaitu mengenai pengelolaan stres pada lanjut usia.

3.6 Pemeriksaan Keabsahan Data

3.6.1 Kepercayaan (*Credibility*)

Hasil penelitian ini penulis peroleh melalui upaya pengklarifikasian hasil-hasil temuan dari informan di lapangan. Pada penelitian ini, penulis melakukan dengan cara merekam hasil wawancara dan mendengarkannya secara berulang-ulang. Hasil rekaman merupakan bukti keabsahan data dan bukan merupakan hasil rekayasa penulis. Cara pengujian kredibilitas atau kepercayaan data penulis lakukan melalui :

1. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber dilakukan dengan cara mengecek ulang data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber dimana dalam penentuannya berdasarkan keterkaitannya dengan penelitian, seperti mengkonfirmasi ulang data yang diperoleh dari informan (lanjut usia) kepada orang-orang terdekat informan (pengasuh dan pekerja sosial).

2. Menggunakan Bahan Referensi

Bahan referensi adalah salah satu pendukung untuk membuktikan data yang ditemukan oleh peneliti secara orisinal dan autentik (Arnild Augina, 2020). Bukti pendukung bahwa penulis telah benar-benar melakukan sebuah penelitian, seperti hasil rekaman wawancara.

3.6.2 Keteralihan (Transferability)

Hasil penelitian diperiksa apakah menunjukkan ketepatan atau dapat diterapkannya hasil penelitian ke masyarakat secara luas. Agar pembaca dapat memahami hasil penelitian ini, penulis membuat laporan yang memberikan uraian secara jelas, sistematis, rinci, dan dapat dipercaya. Sehingga, dapat menentukan dapat atau tidaknya pengaplikasian hasil penelitian ini di lokasi lain.

3.6.3 Ketergantungan (Dependability)

Dalam melakukan uji *dependability* penulis bekerja sama dengan dosen pembimbing untuk memeriksa keseluruhan proses penelitian, penulis bertugas untuk menunjukkan dan mempertanggungjawabkan seluruh rangkaian penelitian di lokasi penelitian mulai dari menentukan masalah atau fokus, memasuki lapangan, menentukan sumber data, melakukan analisis data, melakukan keabsahan data, hingga membuat simpulan.

3.6.4 Kepastian (*Confirmability*)

Confirmability adalah menguji hasil penelitian lalu dikaitkan dengan proses yang telah dilakukan. Penulis menguji hasil penelitian secara bersama-sama dan disepakati banyak orang. Hal ini perlu dilakukan dikarenakan jika suatu penelitian terdapat datanya tetapi tidak ada proses di dalamnya maka penelitian tersebut akan diragukan kepastiannya.

3.7 Teknik Analisa Data

Setelah penulis melakukan pengumpulan data, selanjutnya penulis melakukan analisa data adalah sebagai berikut.

3.7.1 Reduksi Data

Reduksi data adalah proses pemilihan, penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data-data “kasar” yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan (Zhahara Yusra, dkk, 2021). Dalam penelitian ini, penulis mengumpulkan data-data hasil wawancara mendalam dengan para informan.

3.7.2 Penyajian Data

Penyajian data adalah suatu proses pembuatan laporan berdasarkan hasil penelitian dan dari data serta informasi yang telah ditemukan oleh peneliti (Zhahara Yusra, dkk, 2021). Setelah dilakukan penelitian, penulis menyajikan data dari hasil wawancara penulis dengan informan.

3.7.3 Verifikasi dan Penarikan Kesimpulan

Penulis melakukan verifikasi dan penarikan simpulan atas data-data yang telah diperoleh setelah melakukan wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi.

3.8 Jadwal dan Langkah-langkah Penelitian

Adapun jadwal dan langkah-langkah penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 3.1 Jadwal dan Langkah-langkah Penelitian

No.	Kegiatan	Tahun 2024					
		Feb	Maret	April	Mei	Juni	Juli
1.	Studi Literatur						
2.	Penjajakan						
3.	Bimbingan dan Penyusunan Proposal Penelitian						
4.	Seminar Proposal						
5.	Bimbingan skripsi Bab I-III						
6.	Penyusunan Instrumen						
7.	Pengumpulan Data						
8.	Pengolahan Data						
9.	Bimbingan Skripsi Bab IV-VI						
10.	Sidang Skripsi						
11.	Pengesahan Hasil Skripsi						