

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Metode Penelitian Kualitatif

Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, dan peneliti merupakan instrument kunci dengan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara triangulasi serta analisis data yang bersifat induktif sehingga hasil penelitiannya lebih ditekankan pada makna daripada generalisasi. Metode ini juga sering disebut sebagai metode naturalistic karena objeknya yang alamiah atau *natural setting* (Sugiyono, 2015, hal. 1-2). Ciri dari penelitian kualitatif adalah menghasilkan dan mengolah data yang sifatnya deskriptif, seperti transkripsi, wawancara, catatan lapangan, gambar, foto, rekaman video dan lain sebagainya. Penelitian kualitatif memberi penekanan pada dinamika dan proses (Poerwandari, 1998, hal. 29-31).

Pada penelitian ini desain penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Metode studi kasus sendiri adalah fenomena khusus yang hadir dalam suatu konteks yang terbatas yang dapat berupa individu, kelompok kecil, organisasi, maupun komunitas bahkan suatu bangsa. Selain itu studi kasus intrinsik sendiri dipilih karena ketertarikan atau kepedulian pada suatu kasus khusus, sehingga metode ini digunakan untuk memahami secara utuh kasus tersebut, tanpa harus dimaksudkan untuk

menghasilkan konsep/teori serta tanpa upaya untuk menggeneralisasi (Poerwandari, 2001, hal. 65). Berdasarkan pemahaman tersebut, peneliti ingin memperoleh informasi secara utuh serta mendalam mengenai dinamika gangguan afektif musiman pada wanita dewasa muda.

## B. Subjek Penelitian

### 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Teknik pengambilan subjek dalam penelitian ini dilakukan secara *purposive sampling*, yakni diambil sesuai dengan karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti. Menurut Moleong (dalam Setiawan, 2013) pada penelitian kualitatif tidak ada sampel acak, tetapi sampel bertujuan untuk mengambil data yang sesuai dengan apa yang sedang diteliti. Berikut karakteristik subjek penelitian :

- a. Berusia antara 21-30 tahun
- b. Jenis kelamin wanita
- c. Mengalami simtom-simtom terkait depresi dan *atypical symptoms SAD* dalam kurun waktu minimal dua tahun terakhir.
- d. Sudah mendapatkan diagnosa dari psikolog.

### 2. Subjek Penelitian

Penelitian studi kasus kualitatif terletak pada kedalaman proses (Poerwandari, 2001). Selain itu fokus spesifikasi kasus dalam suatu kejadian baik itu yang mencakup individu, kelompok budaya ataupun suatu potret kehidupan dengan kajian rinci tentang latar belakang,

atau subjek tunggal atau suatu peristiwa tertentu (Kusmarni, 2014). Pada penelitian ini peneliti menggunakan studi kasus tunggal dengan pendekatan psikoanalisa. Subjek penelitian adalah satu orang wanita dewasa muda yang mengalami depresi dengan gangguan afektif musiman.

### C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Selanjutnya bila dilihat dari cara maka pengumpulan data dapat dilakukan dengan berbagai teknik yakni wawancara, observasi, kuesioner, dokumentasi, dan gabungan keempatnya (Sugiyono, 2015, hal.63). Poerwandari (1998) juga menyatakan sesuai dengan sifat penelitian kualitatif yang terbuka dan luwes, metode dan tipe pengumpulan data dalam penelitian kualitatif juga beragam, disesuaikan dengan masalah, tujuan penelitian serta sifat objek yang diteliti. Adapun teknik dalam penelitian ini adalah melalui metode wawancara, observasi untuk mengkaji lebih mendalam gangguan depresi yang ada pada subjek sebagai berikut :

#### 1. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu, percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara

(interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu (Moleong, 2004, hal. 186). Kegunaan dari wawancara adalah sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam. Wawancara memiliki beberapa macam dan pada penelitian ini peneliti menggunakan wawancara semi terstruktur.

Wawancara studi kasus yang diambil adalah dengan wawancara terfokus serta sifatnya mendalam (Yin, 2018). Menurut Sugiyono (2015) jenis wawancara ini termasuk dalam kategori *dept-interview*, di mana dalam pelaksanaannya lebih bebas bila dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diwawancara diminta pendapat dan ide-idenya.

Wawancara dilakukan secara langsung dan tempatnya menyesuaikan informan yang bersangkutan. Pada saat proses wawancara berlangsung, peneliti perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang dikemukakan oleh informan. Selain itu peneliti juga akan memanfaatkan alat telekomunikasi lain, seperti telepon, pesan, internet maupun lainnya. Semua bentuk tanya jawab melalui media apapun peneliti anggap sebagai data wawancara.

## 2. Observasi

Menurut Marshall "*through observation, the researcher learn about behavior and the meaning attached to those behaviour*". Melalui observasi, peneliti belajar tentang perilaku, dan makna dari perilaku tersebut . Jenis observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi partisipasi moderat, yakni peneliti hanya mengikuti beberapa kegiatan informan untuk mengumpulkan data (Sugiyono, 2015).

Pada observasi partisipan pengamatan yang dilakukan dengan menjadi anggota dari kelompok yang di amati, dengan demikian dapat memperoleh apa saja yang dibutuhkan, termasuk yang dirahasiakan sekalipun". (Moleong, 2004, hal. 176). Di dalam penelitian kualitatif, sering menggabungkan teknik observasi partisipatif dengan wawancara mendalam, sehingga selama melakukan observasi peneliti juga melakukan wawancara kepada informan yang bersangkutan.

Hal-hal yang diamati oleh peneliti dalam kehidupan informan penelitian ini antara lain adalah : a). kondisi umum informan (penampilan fisik dan kondisi lingkungan tempat hidup atau lokasi kegiatan), b). aktivitas informan, c). interaksi sosial informan.

#### D. Pengukuran

Pengukuran pada penelitian ini tujuannya adalah untuk mengetahui tingkat keparahan depresi yang dialami informan menggunakan BDI-II sedangkan *Seasonal Affective Disorder* (SPAQ) merupakan kuesioner yang di khususkan untuk mengetahui serta memastikan simtom-simtom musiman pada individu yang mengalami depresi. Untuk penggunaan SPAQ sendiri digunakan pada saat awal *preliminary*. Berikut penjelasannya:

##### 1. *The Beck Depression Inventory* (BDI)

Alat ukur untuk depresi yang paling sering digunakan adalah BDI. BDI sendiri mewakili setidaknya hampir 30 tahun penelitian dan lebih dari 1000 kajian. Beberapa ulasan komprehensif tentang sifat psikometriknya telah dipublikasikan di luar kelompok Beck sendiri (Berndt, 2015, hal.13). Pada tahun 1996 BDI direvisi dengan tujuan untuk menjadi lebih konsisten dengan kriteria DSM-IV. Beck, Steer & Brown memberi nama hasil revisi tersebut dengan BDI-II (Sorayah, 2015).

*Beck Depression Inventory* (BDI) adalah instrumen pengukuran tingkat depresi yang dibuat oleh Dr. Aaron T. Beck. BDI pertama kali diterbitkan pada tahun 1961 terdiri dari dua puluh satu pertanyaan tentang bagaimana perasaan klien pada minggu terakhir terkait tanda dan gejala depresi (Maulida, 2012). Pada tahun 1996 BDI direvisi dengan tujuan untuk menjadi lebih konsisten dengan kriteria DSM-IV,

selanjutnya Beck, Steer & Brown memberi nama hasil revisi tersebut dengan BDI-II (Sorayah, 2015). Oleh karena itu jika pada BDI responden diminta untuk merespon pertanyaan berdasarkan perasaannya selama satu minggu terakhir, maka pada BDI-II responden diminta untuk merespon pertanyaan berdasarkan perasaannya selama dua minggu terakhir. Alat ukur ini digunakan pada individu usia 13 tahun ke atas.

Instrumen BDI-II terdiri dari 21 item pernyataan yang akan mengidentifikasi tingkat keparahan depresi. Gejala depresi yang teridentifikasi dari 21 item pernyataan modifikasi BDI-II ialah kesedihan, pesimis, kegagalan masa lalu, kehilangan kesenangan, perasaan bersalah, perasaan dihukum, ketidaksukaan terhadap diri, kritikan terhadap diri, keinginan bunuh diri, menangis, gelisah, kehilangan ketertarikan, sulit mengambil keputusan, perasaan tidak berharga, kehilangan energi, perubahan pola tidur, sensitifitas (kemarahan), perubahan pola makan, sulit konsentrasi, kelelahan, dan kehilangan ketertarikan terhadap seks (Cooper dalam Maulida, 2012).

Salah satu alasan BDI dijadikan acuan di seluruh negara karena merupakan alat ukur mandiri pertama dengan reliabilitas yang bagus dengan jarak konsistensi internal terendah 0,73-0,95 dalam populasi non klinis pada dua studi Coleman, dkk (dalam Berndt, 2015). Penelitian Segal dkk (2008) juga menguji reliabilitas dan validitas alat ukur BDI-II pada komunitas usia dewasa laki-laki dan perempuan (17-

90 tahun). Khususnya validitas faktorial BDI-II dengan menggunakan CFA. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada usia dewasa awal dan menengah BDI-II memiliki reliabilitas internal yang bagus, yaitu 0,90 (Sorayah, 2015).

Skor depresi berdasarkan manual BDI-II dikategorikan menjadi empat, yaitu skor 0-13 yang mengindikasikan depresi minimal, skor 14-19 yang mengindikasikan depresi ringan, skor 20-28 yang mengindikasikan depresi sedang dan skor 29-63 yang mengindikasikan depresi berat Beck, Steer & Brown (Sorayah, 2015). Beberapa penjelasan di atas menunjukkan bahwa BDI merupakan alat ukur penelitian yang bisa digunakan untuk mendeteksi depresi pada orang dewasa.

## 2. *Seasonal Pattern Assessment Questionnaire (SPAQ)*

*Seasonal Pattern Assessment Questionnaire (SPAQ)* pertama kali dikembangkan oleh Rosenthal dan koleganya pada tahun 1984 dan kemudian secara luas digunakan. SPAQ adalah sebuah retrospektif, alat pemeriksaan diri untuk mengetahui adanya SAD. Tidak perlu pelatihan khusus untuk menggunakan alat ini. SPAQ telah dibuktikan dapat diandalkan karena mengukur secara konsisten dan valid dalam mengukur apa yang dirancang untuk diukur. Di lain pihak SPAQ mendapatkan kritikan karena memiliki kekhususan yang rendah bagi orang-orang yang mengalami depresi non musiman (Melrose, 2015).

SPAQ berisi item-item pertanyaan yang berhubungan dengan simtom-simtom atipikal yang ada pada SAD. Pada penelitian ini peneliti menerjemahkan kuesioner secara manual dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia dan kemudian menjadi kelemahan dalam penelitian ini karena belum dilakukan uji coba sebelumnya pada individu dengan gangguan afektif musiman yang bisa menjadi pertimbangan untuk peneliti selanjutnya.

### 3. Diagnosis Psikolog

Hasil pemeriksaan psikologis serta diagnosis psikolog yang menunjukkan bahwa subjek mengalami depresi diperlukan agar subjek yang digunakan dalam penelitian ini dianggap valid.

### E. Keterandalan Data

Istilah yang pertama dan paling sering digunakan peneliti kualitatif adalah kredibilitas. Kredibilitas menjadi istilah yang paling banyak dipilih untuk mengganti konsep validitas, dimaksudkan untuk merangkum bahasan menyangkut kualitas penelitian kualitatif (Jorgensen dalam Poerwandari,2001). Adapun teknik pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian ini adalah :

#### 1. Ketekunan Pengamat

Menurut (Moleong dalam Setiawan, 2013) ketekunan pengamat dilakukan dengan tujuan untuk menemukan ciri-ciri dan unsur yang sangat relevan dengan topik yang sedang diteliti. Peneliti harus mendalami faktor-faktor yang menonjol dan menelaah secara rinci.

## 2. Perpanjangan Keikutsertaan

Perpanjangan keikutsertaan bertujuan untuk mendeteksi kembali data yang mungkin terdistorsi, khususnya distorsi pribadi. Selain itu, membangun kepercayaan pada subjek penelitian juga adalah bagian terpenting dalam perpanjangan keikutsertaan. Ketika peneliti telah mendapat kepercayaan atau *trust* dari subjek, maka bias atau distorsi data dapat di atasi dan dihindari (Herdiansyah, 2010, hal. 200).

## 3. Triangulasi

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu (Patton dalam Setiawan, 2013). Triangulasi menurut Sugiyono (2015, hal. 127) terdiri dari berbagai macam diantaranya :

- a. Triangulasi sumber digunakan untuk menguji kredibilitas data yang diperoleh dengan mengecek ulang melalui beberapa sumber.
- b. Triangulasi teknik yaitu dengan cara mengecek kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Misalnya apabila pengecekan melalui observasi, wawancara dokumentasi berbeda maka peneliti bisa mendiskusikan kepada informan mana data yang dianggap benar.
- c. Triangulasi waktu digunakan untuk validitas data yang berkaitan dengan perubahan suatu proses dan perilaku informan sehingga peneliti perlu mengadakan pengecekan melalui wawancara maupun observasi pada waktu yang berbeda sampai ditemukan data yang pasti.

#### 4. Diskusi teman sejawat

Diskusi teman sejawat dilakukan dengan melakukan diskusi hasil sementara atau hasil akhir yang diperoleh dalam bentuk diskusi analitik dengan rekan-rekan sejawat. Adapun tujuannya adalah untuk mempertahankan sikap terbuka dan kejujuran dari peneliti serta memberikan kesempatan awal yang baik untuk menjajaki dan menguji hipotesis yang muncul dari pemikiran peneliti.

#### F. Analisis Data

Data penelitian kualitatif tidak berbentuk angka, tetapi lebih banyak berupa narasi, deskripsi, cerita, dokumen tertulis, dan tidak tertulis (gambar, foto) ataupun bentuk-bentuk non angka lain. Untuk mengukur validitas, reliabilitas atau signifikansi perbedaan (Poerwandari, 2001). Tidak seperti penelitian kuantitatif yang memiliki teknik dan cara yang jelas untuk mengukur validitas, reliabilitas atau signifikansi perbedaan, peneliti wajib memonitor dan melaporkan proses dan prosedur-prosedur analisisnya sejujur dan selengkap mungkin Patton (dalam Poerwandari, 2001).

Analisis dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan. Nasution (dalam Sugiyono, 2015) menyatakan “analisis telah mulai sejak merumuskan dan menjelaskan masalah, sebelum terjun ke lapangan, dan berlangsung terus sampai penulisan hasil penelitian. Singkatnya analisis

data kualitatif lebih difokuskan selama proses di lapangan bersamaan dengan pengumpulan sebagai berikut :

#### 1. Analisis Sebelum di Lapangan

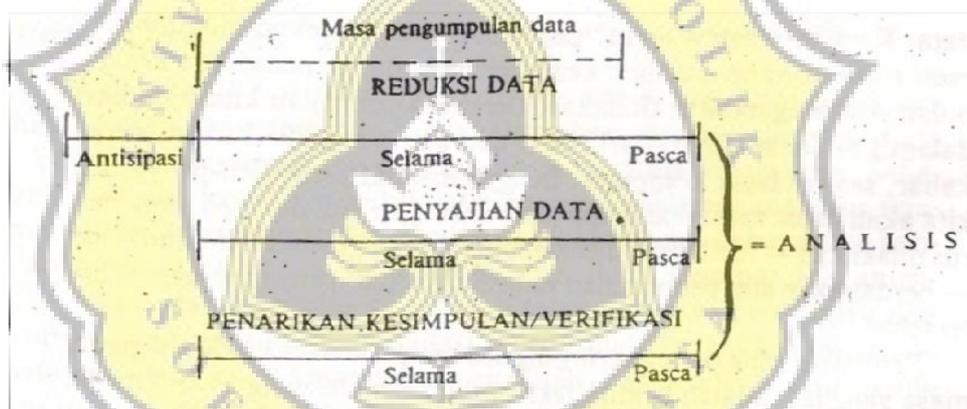
Penelitian kualitatif telah melakukan analisis data sebelum peneliti memasuki lapangan. Analisis dilakukan terhadap data hasil studi pendahuluan, atau data sekunder, yang akan digunakan untuk menentukan fokus penelitian. Akan tetapi fokus penelitian ini sifatnya sementara, dan akan berkembang setelah peneliti masuk dan selama di lapangan. Bagi peneliti kualitatif ketika fokus penelitian yang dirumuskan pada proposal tidak ada di lapangan, maka peneliti akan merubah fokusnya (Sugiyono, 2015, hal. 90). Berkaitan dengan penjelasan di atas peneliti sebelumnya sudah melakukan analisis mengenai gangguan afektif musiman, dimana dari beberapa sumber gangguan ini memiliki simtom yang khas daripada depresi pada umumnya serta dari hasil penelitian terdahulu dikatakan bahwa penderita depresi musiman mengalami gejala yang lebih parah daripada depresi pada umumnya dan masih belum jelas mengenai penyebab serta bagaimana gambaran secara detail mengenai gangguan ini terutama di Indonesia. Peneliti belum menemukan penelitian khusus mengenai gangguan ini.

Fokus dari penelitian ini adalah mengungkap serangkaian tema yang menggambarkan depresi dengan gangguan afektif musiman pada dewasa awal. Gambaran tersebut diperoleh dari tema-tema yang

muncul dari proses terbentuknya depresi dengan gangguan afektif musiman sehingga memunculkan suatu gangguan psikologis yang menetap sesuai dengan perspektif teori yang dipakai dalam penelitian ini yaitu psikoanalisa.

## 2. Analisis Selama di Lapangan Model Miles and Hubberman

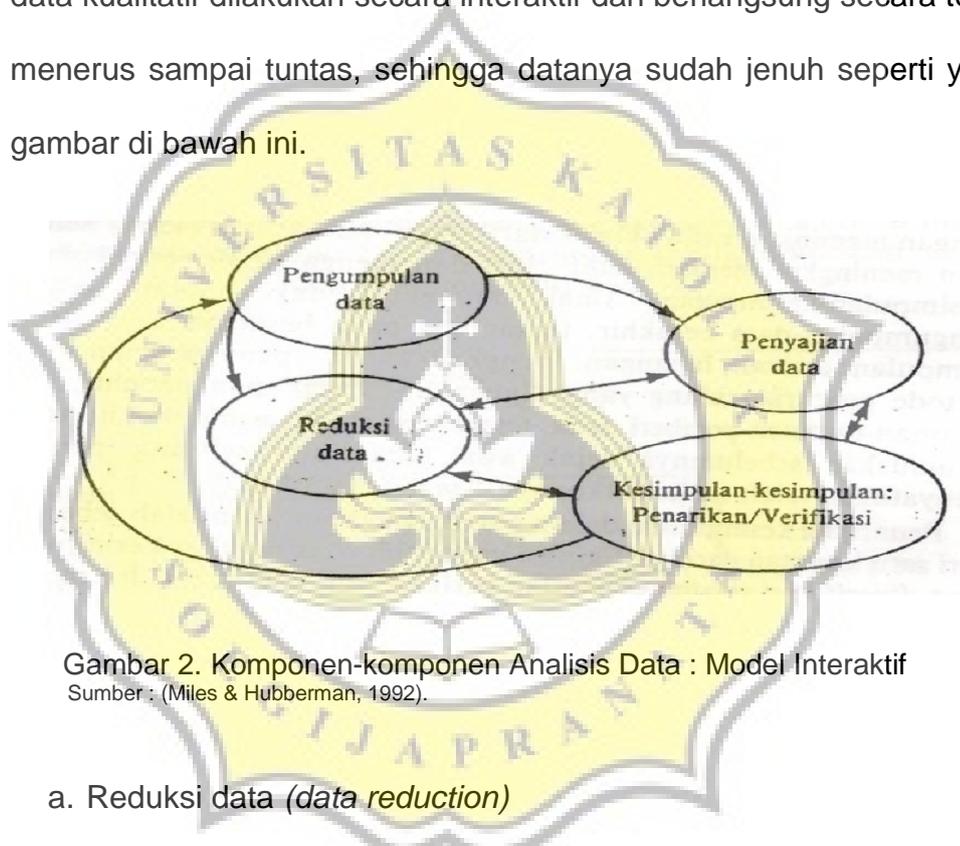
Menurut Miles dan Hubberman (1992) aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya jenuh .



Gambar 1. Komponen-komponen Analisis Data : Model Air  
Sumber : (Miles & Hubberman, 1992).

Analisis terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan. Berdasarkan gambar tersebut di atas, setelah peneliti melakukan pengumpulan data maka peneliti melakukan *antisipatory* (*wich conceptual frame work, wich sites, wich research question, wich data cillection approaches to choose*).

Pada saat wawancara, peneliti sudah melakukan analisis terhadap jawaban yang diwawancarai. Bila jawaban tersebut belum memuaskan, maka peneliti akan melanjutkan pertanyaan lagi, sampai tahap tertentu, diperoleh data yang dianggap kredibel. Miles and Hubberman (1992), mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh seperti yang gambar di bawah ini.



Gambar 2. Komponen-komponen Analisis Data : Model Interaktif  
Sumber : (Miles & Hubberman, 1992).

a. Reduksi data (*data reduction*)

Reduksi data diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data “kasar” yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Reduksi data, berlangsung terus-menerus selama proyek yang berorientasi kualitatif berlangsung. Selama pengumpulan data berlangsung, terjadilah tahapan reduksi

selanjutnya (membuat ringkasan, mengkode, menelusur tema, menulis memo). Reduksi data/proses-transformasi ini berlanjut terus sesudah penelitian lapangan, sampai laporan akhir lengkap tersusun.

b. Penyajian data (*data display*)

Alur penting yang kedua dan kegiatan analisis adalah penyajian data. Miles dan Huberman membatasi suatu “penyajian” sebagai sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Miles and Huberman (dalam Sugiyono, 2015) juga menyatakan yang paling sering digunakan untuk penyajian data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Selanjutnya disarankan melakukan *display* data lain berupa grafik, matriks, dan *chart*. *Display* akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan pemahaman data tersebut.

c. Penarikan kesimpulan/verifikasi (*conclusion drawing / verification*)

Kegiatan analisis ketiga yang penting adalah menarik kesimpulan dan verifikasi. Dari permulaan pengumpulan data, seorang penganalisis kualitatif mulai mencari arti benda-benda, mencatat keteraturan, penjelasan, konfigurasi-konfigurasi yang mungkin, alur sebab-akibat, dan proposisi. Dilakukan secara bertahap, sejalan proses penelitian. Terakhir dilakukan verifikasi.

Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin saja tidak, karena seperti telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bersifat sementara dan akan berkembang setelah peneliti di lapangan.

