

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### **Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Muhammadiyah Sawangan yang berlokasi di Jl. Abdul Wahab Raya No 76, Kelurahan Sawangan, Kecamatan Sawangan, Kota Depok, Jawa Barat.

##### **Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan dalam waktu tiga bulan, mulai dari bulan Maret 2024 sampai Juni 2024. Penulis melakukan riset berupa observasi, wawancara, serta dokumentasi di Panti Asuhan Muhammadiyah Sawangan.

#### **3.2 Jenis Penelitian**

Menurut Sugiyono dalam bukunya tahun (2019) metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi subjek yang alamiah, di mana peneliti adalah instrument kunci. Metode ini lebih menekankan pada makna, proses, dan penemuan daripada pengukuran. Penelitian kualitatif biasanya berfokus pada pemahaman fenomena sosial dari perspektif partisipan atau subjek penelitian, dan menggunakan teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan) seperti wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan analisis dokumen. Data yang dikumpulkan berbentuk deskriptif dan analisisnya cenderung bersifat induktif.

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian *action research* (penelitian tindakan). Menurut (Cormack, 1991) yang dikutip oleh (Moleong, 2017), penelitian tindakan adalah sebuah metode penelitian yang tidak hanya bertujuan untuk mengumpulkan data, tetapi juga untuk secara aktif berusaha memecahkan masalah yang ada selama proses penelitian berlangsung. Metode ini dirancang sedemikian rupa sehingga memungkinkan peneliti dan partisipan untuk berkolaborasi dalam menganalisis sistem sosial yang sedang diteliti,

dengan tujuan akhir untuk mengimplementasikan perubahan yang diinginkan. Penelitian tindakan menekankan pada pendekatan partisipatif, di mana peneliti dan peserta sama-sama terlibat dalam proses identifikasi masalah, perumusan hipotesis, dan penerapan solusi, sehingga hasil penelitian tidak hanya teoretis tetapi juga aplikatif dan berdampak langsung pada konteks sosial yang diteliti.

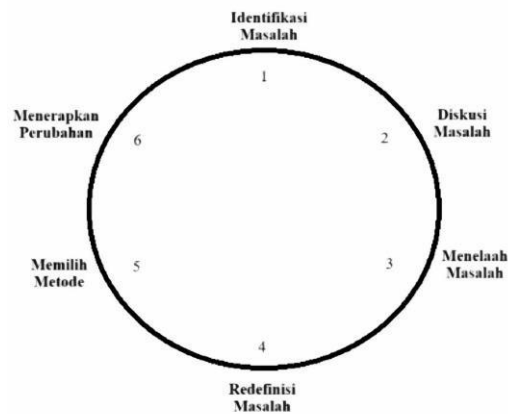
Sehingga melalui metode penelitian tersebut, peneliti dapat mengetahui seberapa efektif penerapan cognitive behavioral therapy melalui cognitive behavioral therapy dalam penelitian terkait adaptasi sosial. *Action research* (penelitian tindakan) dapat digunakan dalam pendekatan penerapan cognitive behavioral therapy peningkatan adaptasi sosial untuk menggali penyebab perilaku tersebut dan berusaha untuk mengubah melalui tindakan yang sudah di rencanakan.

Sebagaimana dinyatakan diatas, penelitian tindakan merupakan penelitian yang menggabungkan tindakan praktis dengan investigasi ilmiah, namun dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang dimana hal tersebut dapat membantu peneliti dalam menganalisis data sebelum dan sesudah penerapan cognitive behavioral therapy melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Proses ini terdiri dari langkah-langkah berikut :

1. Mengidentifikasi masalah dengan menganalisis fungsi sebagai langkah awal, melalui observasi dan wawancara dengan pekerja sosial di Panti Asuhan Muhammadiyah Sawangan.
2. Melakukan diskusi dan negoisasi dengan pekerja sosial di panti mengenai rangkaian kegiatan penerapan cognitive behavioral therapy.
3. Melakukan penelaahan kepustakaan dengan mengkaji 20 penelitian terdahulu yang relevan, terutama yang berkaitan dengan adaptasi sosial, penerapan cognitive behavioral therapy, serta metode CBT.
4. Meredefinisi masalah untuk menangani tantangan yang terjadi pada remaja dalam masa awal adaptasi kehidupan sosial panti, yang mempengaruhi pola interaksi, pola makan, dan pola tidur.
5. Memilih metode CBT yang dilakukan secara kelompok oleh subjek penelitian, dengan penerapan cognitive behavioral therapy melalui teknik

kognitif dan perilaku yang terarah serta terstruktur, seperti latihan relaksasi, restrukturisasi kognitif, dan tugas-tugas rumah.

6. Menerapkan perubahan, mengumpulkan data, dan memberikan umpan balik, dengan mengubah langkah-langkah sebelumnya menjadi suatu proses siklikal tentang penelitian dan perubahan. Penelitian ini melibatkan tiga tahap dalam CBT : tahap awal, tahap tengah, dan tahap akhir, dengan modifikasi dilakukan selama 18 hari sesuai dengan teori waktu penerapan cognitive behavioral therapy Plilippa Lally (2009).



**Gambar 3. 1 Proses Action Reseachr**

### **3.3 Pendekatan Penelitian**

Menurut Sugiyono (2019) pendekatan penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berfokus pada pemahaman mendalam terhadap fenomena yang diteliti melalui deskripsi detail, interpretasi, dan analisis konteks terlibat. Pendekatan ini menekankan pada pengumpulan data secara mendalam dari partisipan yang relevan dengan topik penelitian, dengan tujuan untuk mengungkapkan makna, pola, dan kompleksitas dari fenomena yang diamati. Metode kualitatif sering digunakan dalam penelitian sosial dan perilaku manusia, di mana penekanan utamanya adalah proses, konteks, dan interpretasi yang kompleks dari data.

### **3.4 Teknik Pengumpulan Data**

Menurut Sugiyono (2019) teknik pengumpulan data merupakan cara atau prosedur yang digunakan oleh peneliti untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam suatu penelitian. Sugiyono menyatakan bahwa teknik pengumpulan data dalam penelitian kualitatif seperti; wawancara mendalam, observasi, dokumentasi, serta triangulasi.

Dalam penelitian “Penerapan *Cognitive Behavioral Therapy* dalam Proses Adaptasi Sosial Remaja: Studi Kasus di Panti Asuhan Muhammadiyah Sawangan”, peneliti menggunakan metode pengumpulan data yang terdiri dari wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Penelitian ini melibatkan dua jenis informan: pertama, informan yang memberikan data melalui wawancara dan observasi; kedua, informan yang tidak hanya memberikan data tetapi juga menjadi subjek dalam intervensi *Cognitive Behavioral Therapy* yang diteliti. Informan yang menjadi subjek penelitian ini secara aktif terlibat dalam proses penerapan *cognitive behavioral therapy* untuk meningkatkan adaptasi sosial mereka di lingkungan panti asuhan.

#### **3.4.1 Wawancara**

Menurut Sugiyono (2019) wawancara adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui komunikasi langsung antara peneliti dan responden, dengan tujuan untuk mendapatkan informasi yang mendalam mengenai topik yang diteliti. Sugiyono menyatakan beberapa jenis wawancara seperti; wawancara terstruktur, wawancara semi terstruktur, dan wawancara tidak terstruktur.

Salah satu jenis wawancara yang digunakan peneliti adalah wawancara terstruktur. Wawancara ini menggunakan pedoman yang telah disusun sebelumnya dengan pertanyaan-pertanyaan yang spesifik dan urutan yang tetap.

Dalam penelitian ini, terdapat dua jenis informan yang terlibat: pertama, kelompok teman sebaya yang terdiri dari tiga subjek yang baru berusia tiga bulan di Panti Asuhan Muhammadiyah Sawangan, yang menjadi informan

dengan memberikan data melalui proses wawancara. Kedua, subjek tersebut juga sekaligus menjadi subjek dalam penelitian, di mana mereka akan menerima intervensi Cognitive Behavioral Therapy (CBT) sebagai bagian dari proses penelitian. Pendekatan wawancara akan disesuaikan agar sesuai dan mengedepankan kenyamanan bagi subjek, dengan tujuan untuk memfasilitasi pengumpulan data yang akurat dan relevan. Selain itu, wawancara juga akan dilakukan dengan pekerja sosial dan pengasuh panti tersebut sebagai informan tambahan, untuk mengumpulkan informasi yang diperlukan dan menjawab pertanyaan yang mendukung fokus penelitian.

### **3.4.2 Observasi**

Menurut (Sutrisno Hadi, 1986) yang dikutip oleh (Sugiyono, 2019) observasi adalah proses pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap fenomena yang diselidiki. Observasi digunakan untuk mengumpulkan data secara langsung dari sumber primer, dengan peneliti terlibat dalam pengamatan situasi yang alamiah tanpa mempengaruhi kondisi yang sedang diamati.

Metode observasi digunakan dalam CBT untuk membantu remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Sawangan dapat meningkatkan adaptasi sosialnya.

1. Pengamatan perilaku : Peneliti dapat melakukan pengamatan perilaku pada remaja di panti asuhan untuk mengidentifikasi perilaku yang dapat diinginkan dan perilaku yang perlu ditingkatkan. Pengamatan ini dapat dilakukan dalam berbagai situasi, seperti saat remaja berinteraksi dengan orang lain atau saat mereka sedang melakukan aktivitas tertentu.
2. Identifikasi masalah : Setelah melakukan pengamatan, peneliti dapat membantu remaja mengidentifikasi masalah yang mungkin menyebabkan kesulitan dalam beradaptasi. Misalnya, remaja-remaja mungkin mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan yang lain.
3. Penerapan CBT : Setelah masalah diidentifikasi, penerapan CBT diterapkan melalui psikoedukasi untuk membantu subjek memahami

hubungan antara pikiran, perasaan, dan perilaku. Dalam terapi kognitif, subjek diajak mengidentifikasi pikiran negatif yang menghambat adaptasi sosial mereka dan menggantinya dengan pola pikir yang lebih positif. Pendekatan ini dilakukan secara bertahap dengan fokus pada perubahan pola pikir untuk meningkatkan adaptasi sosial di panti asuhan.

4. Evaluasi : Setelah remaja mempraktikkan strategi baru dalam kehidupan sehari-hari, peneliti dapat melakukan evaluasi untuk melihat apakah strategi tersebut efektif dalam meningkatkan adaptasi sosial remaja di panti asuhan.
5. Dokumentasi : Menurut Sugiyono (2019) menjelaskan bahwa dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan mengumpulkan berbagai dokumen atau bahan tertulis yang relevan dengan penelitian atau studi yang sedang dilakukan. Dokumentasi ini meliputi dokumen resmi, catatan, arsip, dan materi lainnya yang dapat memberikan informasi dan dukungan terhadap analisis dalam penelitian.

### **3.5 Teknik Penentuan Informan**

Menurut (Creswell, J. W, 2002) menyatakan bahwa subjek adalah individu yang dipilih untuk menerima serangkaian tindakan dalam penelitian tindakan, di mana peneliti menempatkan subjek dalam kondisi perlakuan yang telah ditentukan prosedurnya.

Sedangkan informan adalah individu yang memberikan informasi penting dalam penelitian kualitatif. Mereka biasanya memiliki pengetahuan atau pengalaman khusus mengenai fenomena yang diteliti. Informan diharapkan dapat memberikan wawasan mendalam dan perspektif yang relevan terkait topik penelitian (Creswell, J. W, 2002).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* (sampel bertujuan) yang di mana peneliti memilih partisipan atau kasus berdasarkan kriteria tertentu yang dianggap penting untuk mencapai tujuan penelitian. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memilih sampel secara spesifik individu yang dianggap memiliki pengetahuan atau pengalaman

yang relevan dengan topik penelitian. Teknik ini sering digunakan dalam penelitian kualitatif di mana peneliti memerlukan sampel yang memiliki karakteristik tertentu yang relevan untuk tujuan penelitian (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, sesuai dengan judul penelitian, peneliti menunjuk pada remaja asuh yang ada di Panti Asuhan Muhammadiyah Sawangan berdasarkan data atau informasi yang diperoleh, peneliti dapat menetapkan sampel lainnya yang dipertimbangkan akan memberikan data lebih lengkap yaitu dari pekerja sosial di Panti Asuhan Muhammadiyah Sawangan.

**Tabel 3. 1 Teknik Penentuan Informan**

No	Informan	Purposive Sampling
1	Pekerja Sosial	Informan yang bertanggung jawab memantau perkembangan remaja- remaja di panti asuhan, termasuk program CBT.
2	Pengasuh Panti	Informan yang berinteraksi sehari- hari dengan remaja-remaja, serta membantu dalam pelaksanaan program CBT.
3	Subjek 1	Informan sekaligus subjek penelitian yang telah menjalani penerapan pendekatan CBT dalam upaya mengatasi masalah kemampuan adaptasi sosial.
4	Subjek 2	Informan sekaligus subjek penelitian yang telah menjalani penerapan pendekatan CBT dalam upaya mengatasi masalah kemampuan adaptasi sosial.

### 3.6 Validasi Data

Validasi data dalam meningkatkan adaptasi sosial pada remaja remaja Panti Asuhan Muhammadiyah Sawangan melalui penerapan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* adalah proses memastikan bahwa data yang dikumpulkan akurat dan dapat dipercaya. Penelitian ini menggunakan teknik triangulasi metode yaitu menggunakan beberapa metode pengumpulan data seperti wawancara, observasi dan analisis dokumen dapat membantu memverifikasi dan menginformasi penelitian ini.

### **3.7 Teknik Analisis Data**

Menurut Sugiyono (2019) teknik analisis data dalam penelitian kualitatif melibatkan proses yang sistematis untuk menelaah, mengorganisir, dan menafsirkan data yang telah dikumpulkan. Proses ini bertujuan untuk menemukan pola, tema, dan makna yang mendalam dari data tersebut.



