

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*). Pendekatan kualitatif deskriptif dipilih dengan tujuan untuk memahami serta menggambarkan secara mendalam mengenai peran regulasi diri siswa dalam menghadapi *Fear of Missing Out* (FoMO). Melalui metode penelitian kualitatif memungkinkan peneliti dalam memperoleh data yang lebih mendalam dan sesuai dengan kondisi yang dialami subjek penelitian, terutama terkait pengalaman dan pandangan individu maupun kelompok.<sup>39</sup>

Sementara itu, penelitian lapangan dipilih penulis karena dengan penelitian lapangan peneliti dapat berinteraksi langsung dengan subjek penelitian sehingga data yang diperoleh lebih mendalam, kontekstual, dan sesuai dengan kondisi nyata di lapangan. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi.<sup>40</sup>

#### B. Setting Penelitian

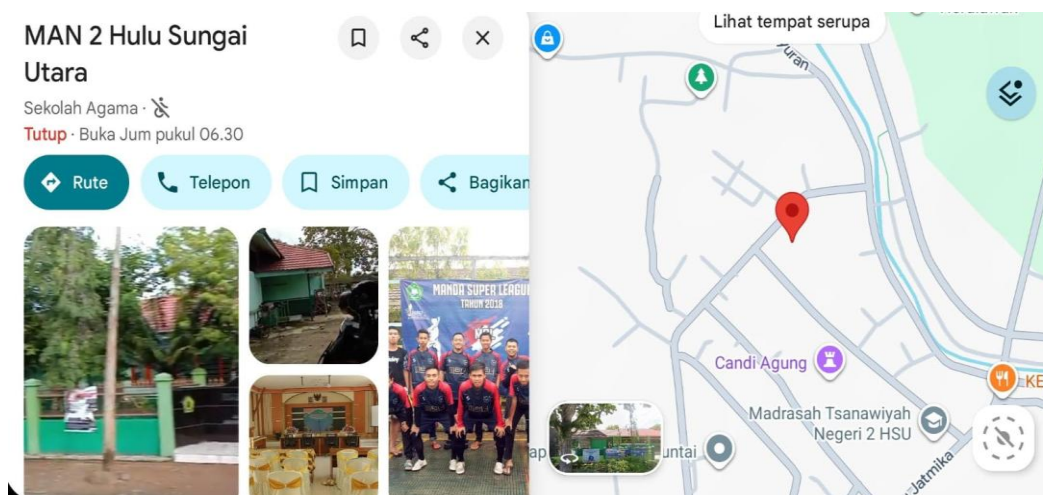
Penelitian ini dilaksanakan di MAN 2 Hulu Sungai Utara yang berlokasi di Sungai Malang, Kec. Amuntai Tengah, Kabupaten Hulu Sungai Utara, Kalimantan

---

<sup>39</sup> John W. Creswell, *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 4–5.

<sup>40</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2019), 26–27.

Selatan 71471.<sup>41</sup> MAN 2 Hulu Sungai Utara dipilih sebagai lokasi penelitian karena berdasarkan hasil observasi awal peneliti ditemukan adanya kecenderungan siswa untuk mengikuti tren yang berkembang di media sosial, khususnya Tiktok. Selain itu, sekolah juga memiliki kebijakan terkait pembatasan penggunaan *handphone* di lingkungan sekolah. Kondisi ini menunjukkan adanya fenomena yang relevan dengan fokus penelitian mengenai peran regulasi diri siswa dalam menghadapi *Fear of Missing Out* (FoMO).



Gambar 3. 1 Lokasi Penelitian

### C. Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian meliputi subjek dan objek penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah 9 orang siswa MAN 2 Hulu Sungai Utara yang dipilih secara *purposive* berdasarkan kriteria tertentu, yaitu aktif menggunakan media sosial dan aktif mengikuti kegiatan di sekolah. Pemilihan subjek tersebut didasarkan pada hasil observasi awal peneliti serta rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling

<sup>41</sup> <https://maps.app.goo.gl/vbuTHxdQzKBn4hWN6>

(BK). Kriteria aktif menggunakan media sosial dipilih karena siswa memiliki peluang yang lebih besar untuk terpapar berbagai informasi, aktivitas, dan interaksi sosial yang berkaitan dengan *Fear of Missing Out* (FoMO). Sementara itu, keterlibatan siswa dalam berbagai kegiatan sekolah memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai regulasi diri serta pengalaman FoMO yang dialami siswa dalam kehidupan sehari-hari. Adapun objek dalam penelitian ini adalah regulasi diri siswa dalam menghadapi *Fear of Missing Out* (FoMO).

#### **D. Data dan Sumber Data**

##### **1. Data**

Data dalam penelitian ini merupakan informasi yang dikumpulkan peneliti untuk menjawab fokus penelitian. Data yang diperoleh terdiri dari data utama dan data pendukung. Berdasarkan sumber perolehannya, data dalam penelitian ini diklasifikasikan menjadi data primer dan data sekunder.

##### **a. Data Primer**

Data primer adalah data utama yang diperoleh secara langsung dari subjek penelitian sesuai dengan fokus permasalahan yang diteliti. Data ini mencakup informasi mengenai bentuk regulasi diri siswa, bentuk *Fear of Missing Out* (FoMO) siswa, serta peran regulasi diri siswa dalam menghadapi *Fear of Missing Out* (FoMO). Data primer diperoleh melalui wawancara dan observasi terhadap subjek penelitian.

#### b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data pendukung yang digunakan untuk melengkapi serta memperkuat data primer. Data ini diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang telah tersedia. Seperti gambaran umum lokasi penelitian, tata tertib sekolah terkait penggunaan *handphone*, dokumentasi kegiatan penelitian, serta identitas informan utama meliputi nama, jenis kelamin dan kelas.

### 2. Sumber Data

Adapun sumber data dalam penelitian ini adalah:

- a. Sumber data primer, yaitu 9 orang siswa MAN 2 Hulu Sungai Utara yang aktif menggunakan media sosial dan aktif mengikuti kegiatan sekolah sebagai informan utama penelitian. Selain itu, guru Bimbingan dan Konseling (BK) serta kepala sekolah menjadi informan pendukung yang memberikan informasi untuk melengkapi dan memperkuat data yang diperoleh dari informan utama.
- b. Dokumentasi, yaitu data berupa catatan, arsip, dan foto yang berkaitan dengan proses penelitian dan mendukung hasil temuan di lapangan.

### E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam memperoleh data yang sesuai dengan tujuan penelitian, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi.

### 1. Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik utama untuk menggali data secara mendalam. Pada tahap ini, peneliti melakukan tanya jawab secara langsung dengan informan guna memperoleh informasi mengenai bentuk regulasi diri siswa, bentuk *Fear of Missing Out* (FoMO) yang di alami siswa, serta peran regulasi diri siswa dalam menghadapi *Fear of Missing Out* (FoMO). Proses wawancara dilakukan secara terstruktur dengan menggunakan pedoman pertanyaan yang telah disusun sebelumnya.

### 2. Observasi

Menurut Sugiyono observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati perilaku manusia, proses kerja, serta gejala-gejala yang terjadi di lingkungan. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengamatan secara langsung di lapangan untuk memperoleh data dan menemukan fakta yang sesuai dengan kondisi sebenarnya.<sup>42</sup>

### 3. Dokumentasi

Teknik dokumentasi digunakan sebagai pelengkap dari teknik wawancara dan observasi. Data dokumentasi yang diperoleh meliputi dokumen-dokumen yang berkaitan dengan gambaran umum lokasi penelitian, seperti profil sekolah, visi dan misi, tujuan dan motto madrasah, data tenaga pendidik dan kependidikan, serta data keadaan siswa. Selain itu, dokumentasi juga dapat berupa catatan, foto, atau arsip lain yang relevan dengan fokus penelitian.

---

<sup>42</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2019), 203.

Tabel 3. 1 Matriks Data, Sumber Data, dan Teknik Pengumpulan Data

No	Data	Sumber Data	TPD
1	<p>Data Primer (data pokok)</p> <p>a. Data mengenai Regulasi Diri siswa di MAN 2 Hulu Sungai Utara.</p> <p>b. Data mengenai <i>Fear of Missing Out (FoMO)</i> siswa di MAN 2 Hulu Sungai Utara.</p> <p>c. Data mengenai peran regulasi diri siswa MAN 2 Hulu Sungai Utara dalam menghadapi <i>FoMO</i>.</p>	<p>Siswa,</p> <p>Guru BK dan Plt.</p> <p>Kepala Madrasah (informan pendukung)</p>	<p>Wawancara,</p> <p>observasi,</p> <p>dokumentasi</p>
2	<p>Data Sekunder (Penunjang)</p> <p>a. Gambaran umum lokasi penelitian.</p> <p>b. Profil sekolah, visi, dan misi.</p> <p>c. Tata tertib sekolah yang berkaitan dengan penggunaan <i>handphone</i>.</p>	<p>Staf tata usaha</p>	<p>Dokumentasi</p>

## F. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kualitatif ini, peneliti berperan sebagai instrumen utama karena terlibat secara langsung dalam proses pengumpulan hingga analisis data di lapangan. Agar proses pengumpulan data dapat berjalan lebih terarah dan sistematis, peneliti menggunakan instrumen pendukung berupa pedoman observasi dan pedoman wawancara. Penyusunan pertanyaan wawancara mengacu pada konsep regulasi diri menurut Zimmerman serta konsep *Fear of Missing Out*

(FoMO) menurut Przybylski, sehingga data yang diperoleh sesuai dengan fokus dan tujuan penelitian.

## **G. Teknik Analisis Data**

Menurut Miles dan Huberman dalam Qomarudin menjelaskan bahwa proses analisis data dalam penelitian kualitatif terdiri atas tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan yang berlangsung secara terus-menerus selama proses penelitian.<sup>43</sup>

### **1. Reduksi Data**

Reduksi data merupakan proses menyeleksi dan memfokuskan data dengan cara memilih informasi yang relevan sesuai dengan fokus penelitian serta menyisihkan data yang tidak diperlukan. Proses ini dilakukan sejak awal pengumpulan data dan berlangsung secara berkelanjutan agar data menjadi lebih terarah dan mudah dipahami.

### **2. Penyajian Data**

Dalam penelitian kualitatif, penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian naratif yang disusun secara sistematis. Data yang telah direduksi disajikan melalui deskripsi mendalam untuk menggambarkan pengalaman, pandangan, dan strategi subjek penelitian. Penyajian data ini bertujuan membantu peneliti memahami pola dan makna yang muncul dari data yang diperoleh.

---

<sup>43</sup> Qomaruddin dan Halimah Sa'diyah, "Kajian Teoritis tentang Teknik Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles dan Huberman," *Journal of Management, Accounting, and Administration* 1, no. 2 (2024): 82–83, <https://doi.org/10.52620/jomaa.v1i2.93>.

### 3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan dilakukan dengan menafsirkan data yang telah disajikan guna memperoleh pemahaman terhadap fenomena yang diteliti. Kesimpulan disusun berdasarkan hasil temuan di lapangan dan terus diperiksa kembali selama proses penelitian berlangsung agar hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan.

## H. Teknik Validitas dan Keabsahan Data

Untuk menjamin keabsahan data, peneliti menerapkan teknik triangulasi. Triangulasi digunakan sebagai upaya pengecekan data dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber serta melalui teknik pengumpulan data yang berbeda. Cara ini dilakukan agar data yang diperoleh tidak hanya berasal dari satu sudut pandang, sehingga temuan penelitian menjadi lebih kuat dan dapat dipercaya.<sup>44</sup>

### 1. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari beberapa sumber menggunakan teknik pengumpulan data yang sama. Teknik ini bertujuan untuk melihat kesesuaian informasi yang diberikan sehingga data yang dihasilkan menjadi lebih akurat dan terpercaya.<sup>45</sup>

---

<sup>44</sup> Arnild Augina Mekarisce, "Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat* 12, no. 3 (2020): 145–151, <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.102>.

<sup>45</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta 2023), 191.

## 2. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik dilakukan dengan menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, seperti wawancara, observasi, dan dokumentasi, pada sumber data yang sama. Tujuannya adalah untuk menguji kebenaran data melalui sudut pandang yang berbeda.<sup>46</sup>

---

<sup>46</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, 192.