BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang berfokus pada kualitas atau aspek terpenting suatu produk atau layanan. Aspek terpenting tersebut meliputi peristiwa, fenomena, dan isu sosial, yang melibatkan pemahaman makna di balik kejadian-kejadian tersebut. Makna ini dapat menawarkan pelajaran berharga yang membantu mengembangkan konsep-konsep teoretis. Penting untuk tidak membiarkan wawasan berharga ini memudar seiring waktu tanpa meninggalkan dampak yang bermanfaat. Penelitian kualitatif dapat dirancang untuk berkontribusi pada teori, kebijakan, masalah sosial, dan tindakan praktis[66].

Pendekatan ini dipilih karena peneliti ingin mengeksplorasi fenomena dalam konteks alamiahnya dan secara mendalam, terutama dalam kasus spesifik yang menjadi fokus utama penelitian ini.

B. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan metode deskriptif. Deskriptif merupakan metode penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan dan mengungkap fakta secara sistematis serta memberikan interpretasi yang tepat terhadap fenomena yang diteliti. Metode ini digunakan untuk mengkaji berbagai permasalahan yang terjadi dalam kehidupan sosial, termasuk kondisi, sikap, serta proses yang sedang berlangsung dalam suatu lingkungan tertentu. Dalam penelitian

[66] Umar Sidiq, Moh. Miftachul Choiri, *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan*, (Ponorogo: Penerbit CV. Nata Karya, 2019), 4

deskriptif, peneliti berupaya untuk memperoleh gambaran yang jelas mengenai suatu fenomena tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel yang diteliti. Penelitian ini lebih menekankan pada upaya mendeskripsikan keadaan objek atau subjek penelitian sesuai dengan kondisi yang sebenarnya di lapangan. Sejalan dengan itu, penelitian deskriptif juga bertujuan untuk mengeksplorasi dan mengklarifikasi fenomena sosial yang terjadi, dengan cara menggambarkan berbagai aspek yang berkaitan dengan permasalahan penelitian.[67] Dalam konteks penelitian ini, pendekatan deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi stres akademik siswa kelas XI di SMKN 4 Banjarmasin, strategi yang diterapkan oleh guru Bimbingan dan Konseling dalam mengatasi permasalahan tersebut, serta faktor-faktor yang memengaruhi pelaksanaan strategi tersebut.

C. Lokasi, Objek dan Subjek Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SMKN 4 Banjarmasin, Jl. Brig Jend. Hasan Basri No.7, Sungai Miai, Kec. Banjarmasin Utara, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan 70123.

2. Objek

Objek dalam penelitian ini adalah stres akademik siswa serta strategi guru bimbingan dan konseling (BK) dalam mengatasi stres akademik siswa.

[67] Hasan Syahrizal dan M. Syahran Jailani, *"Jenis-Jenis Penelitian dalam Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif,"* Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora, (2023): 17-18

3. Subjek Penelitian

a. Siswa

Subjek utama penelitian adalah dua orang siswa di SMKN 4 Banjarmasin yang direkomendasikan oleh guru Bimbingan dan Konseling dan mengalami stres akademik.

b. Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

Satu orang guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang bertanggung jawab di kelas XI, berperan sebagai informan utama yang memberikan data terkait bentuk layanan serta strategi yang diterapkan dalam membantu siswa mengelola stres akademik.

c. Kepala Sekolah

Kepala sekolah SMKN 4 Banjarmasin yang berperan sebagai informan pendukung dalam memberikan informasi terkait kebijakan sekolah serta dukungan terhadap pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah

D. Data dan Sumber data

1. Data

Data yang diperoleh melalui observasi, wawancara, atau studi dokumentasi disajikan dalam penulisan. Data primer dan sekunder adalah dua jenis data yang akan diambil oleh peneliti:

a. Data Primer

1) Data tentang strategi yang diterapkan oleh Guru Bimbingan dan Konseling dalam mengatasi stres akademik siswa di SMKN 4 Banjarmasin.

2) Data tentang kondisi stres akademik yang dialami siswa kelas XI di SMKN 4 Banjarmasin, meliputi gejala, bentuk, dan kondisi stres akademik yang ditunjukkan siswa selama proses pembelajaran.
3) Data yang berkaitan dengan faktor-faktor penyebab stres akademik siswa berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan Guru BK serta siswa.
4) Data mengenai pelaksanaan layanan bimbingan konseling yang diberikan kepada siswa yang mengalami stres akademik, melalui konselinng individu.
5) Data tentang dampak strategi Guru BK terhadap perubahan kondisi siswa yang mengalami stres akademik, baik dari aspek akademik maupun psikologis.

b. Data Sekunder

1) Gambaran umum lokasi penelitian di SMKN 4 Banjarmasin.
2) Profil sekolah SMKN 4 Banjarmasin.
3) Visi dan Misi SMKN 4 Banjarmasin.
4) Struktur orgnisasi sekolah, khususnya yang bekaitan dengan layanan Bimbingan dan Konseling.
5) Dokumen program kerja dan adminnistrasi layanan bimbingan dan Konseling di SMKN 4 Banjarmasin.

2. Sumber data

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder di jelaskan sebagai berikut:

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang diperoleh secara langsung dari sumber utama melalui proses wawancara dan observasi di lapangan. Adapun yang menjadi sumber data primer dalam penelitian ini adalah:

1) Guru Bimbingan dan Konseling

   Sebagai informan utama yang memberikan informasi mengenai strategi yang digunakan dalam mengatasi stres akademik siswa.

2) Siswa kelas XI SMKN 4 Banjarmasin

   Sebagai informan yang memberikan informasi terkait kondisi stres akademik yang dialami serta pengalaman mengikuti layanan BK.

3) Kepala Sekolah

   Sebagai informan pendukung yang memberikan gambaran umum mengenai kondisi sekolah serta pelaksanaan layanan BK.

b. Data Sekunder

1) Profil sekolah (visi, misi, dan kondisi umum sekolah).
2) Tata tertib sekolah.
3) Program kerja Bimbingan dan Konseling.
4) Data umum siswa kelas XI (tanpa identitas pribadi).
5) Dokumentasi kegiatan layanan BK.
6) Dokumentasi kegiatan pembelajaran dan lingkungan sekolah.

E. Teknik Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh data yang relevan dan mendalam sesuai dengan tujuan penelitian. Peneliti menggunakan metode berikut untuk menguumpulkan data dalam pennelitian ini:

1. Wawancara Terstruktur

Wawancara Terstruktur digunakan untuk menggali informasi mengenai faktor penyebab stres akademik siswa, strategi yang diterapkan oleh Guru BK, serta dampak dari strategi tersebut terhadap kondidsi siswa. Dalam pelaksanaannya, peneliti menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun berdasarkan fokus penelitian sebagai acuan agar proses pengumpulan data berlangsung secara sistematis, terarah, dan sesuai dengan tujuan penelitian.[68] Pemilihan metode ini bertujuan untuk memperoleh data yang komprehensif mengenai kondisi stres akademik yang dialami siswa serta strategi yang diterapkan oleh guru Bimbingan dan Konseling dalam mengatasi permasalahan tersebut. Pedoman wawancara dalam penelitian ini dapat dilihat di lampiran[69]

2. Observasi Non-Partisipan

Observasi non-partisipan merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara langsung di lapangan dengan cara mengamati dan mencermati kondisi objek atau subjek penelitian guna memperoleh data mengenai fenomena

---

[68] Anelda Ultavia, Putri Jannati, Fildza, Qathrunnada, Shaleh, *Kualitatif: Memahami Karakteristik Penelitian Sebagai Metodologi,* Jurnal Pendidikan Dasar, (11), 2, (2023): 345

[69]Amar Ma'ruf, Muhammad Yusuf, dan Azizul Hakim, *"Teknik Pengumpulan Data pada Penelitian Kualitatif,"* Journal of Scientific Communication, Vol. 7, No. 2, (2025): 99

yang terjadi secara nyata.[70] Observasi non-partisipan dilakukan untuk memperoleh data secara langsung mengenai kondisi siswa serta strategi yang diterapkan oleh Guru Bimbingan dan Konseling dalam mengatasi stres akademik siswa. Observasi non-partisipan dilakukan dengan mengamati aktivitas siswa, suasana ruang BK, serta interaksi antara Guru BK dan siswa selama proses layanan berlangsung.

3. Dokumentasi

Selain melalui wawancara dan observasi, pengumpulan data dalam penelitian kualitatif juga dapat dilakukan melalui studi dokumentasi. Dokumentasi merupakan sumber data yang berupa catatan peristiwa yang telah terjadi dan tersimpan dalam berbagai bentuk, seperti dokumen tertulis, gambar, maupun arsip lainnya. Studi dokumentasi berfungsi untuk memperkaya pemahaman terhadap fenomena yang diteliti, mendukung proses interpretasi data, serta memperkuat keabsahan temuan penelitian melalui pembandingan dengan data hasil wawancara dan observasi. Dalam penelitian ini, dokumentasi digunakan untuk mendukung data mengenai kondisi sekolah, pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling, kegiatan konseling, serta kondisi siswa yang berkaitan dengan stres akademik. Dokumentasi juga membantu peneliti memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai strategi guru BK dalam mengatasi stres akademik siswa melalui data berupa program layanan BK, foto kegiatan, profil sekolah, serta dokumen pendukung lainnya yang berkaitan dengan pelaksanaan penelitian di SMKN 4 Banjarmasin.[71]

---

[70] Heni Julaika Putri dan Sri Murhayati, *"Metode Pengumpulan Data Kualitatif,"* Jurnal Pendidikan Tambusai, Vol. 9, No. 2, (2025): 13077

[71] Agustini, Aully Grashinta, San Putra, dkk.. *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Panduan Praktis Analisis Data Kualitatif,* (Pt. Mifandi Mandiri Digital, 2023), 103

F. Teknis Analisis Data

Setelah semua informasi yang dibutuhkan berhasil dihimpun, tahap berikutnya adalah menganalisis data yang diperoleh dari informan atau sumber informasi. Analisis ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam mengenai hasil wawancara yang telah dilakukan di lokasi penelitian. Dari hasil analisis tersebut, peneliti kemudian mengeluarkan kesimpulan yang relevan dengan tujuan penelitian. Berikut adalah langkah-langkah analisis data yang diterapkan dalam penelitian ini.

1. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses memilih, memusatkan perhatian, menyederhanakan, mengabstraksikan, serta mentransformasikan data yang diperoleh dari lapangan.[72] Dalam penelitian ini, peneliti merangkum, memilih hal-hal pokok, dan memfokuskan data yang diperoleh dari hasil wawancara, dokumentasi, serta observasi mengenai Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa kelas XI di SMKN 4 Banjarmasin. Data yang tidak relevan dengan strategi bimbingan dan penanganan stres siswa akan direduksi, sehingga menyisakan data yang benar-benar memberikan gambaran tajam tentang program, kendala, dan yang diterapkan oleh pihak bimbingan konseling sekolah setempat.

[72] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Ed. 2, (Bandung: Alfabeta, 2023): 325

2. Penyajian Data

Setelah data direduksi, langkah selanjutnya adalah penyajian data. Penyajian data dilakukan dengan menyusun data secara sistematis dalam bentuk uraian naratif dan deskriptif. Melalui tahapan ini, peneliti menyajikan narasi terstruktur mengenaik ragam Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa kelas XI di SMKN 4 Banjarmasin., seperti pelaksanaan konseling individu, konseling kelompok, bimbingan kelompok, bimbingan klasikal hingga teknik relaksasi yang diberikan kepada siswa yang mengalami stres akademik. Penyajian data yang sistematis ini bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam melihat pola innteraksi dan memetakan solusi penanganan stres akademik di lingkungan sekolah tersebut.

3. Penarikan Kesimpulan/Verifikasi

Penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dalam analisis data, yaitu merumuskan makna, pola, dan hubungan dari data yang telah disajikan.[73] Melalui data yang terkumpul, peneliti menarik kesimpulan mengenai efektivitas dan implementasi nyata dari Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa kelas XI di SMKN 4 Banjarmasin. Kesimpulan awal bersifat sementara dan akan diverifikasi secara terus-menerus melalui pengumpulan data berikutnya di lapangan. Kesimpulan dinyatakan valid apabila didukung oleh data yang konsisten dan dapat dipertanggungjawabkan.

[73] Sugiyono, *Metode Penelitian, 326-329*

G. Teknik Validitas dan Keabsahan data

1. Melakukan triangulasi sumber, dilakukan dengan cara mengecek data yang di peroleh melalui beberapa sumber, seperti Guru Bimbingan dan Konseling serta siswa. Langkah ini dilakukan untuk memastikan kebenaran dan konsistensi informassi yang diperoleh dari beberapa sudut pandang.
2. Melakukan triangulasi teknik, yaitu dengan membandingkan data yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data yang diperoleh melalui wawancara kemudian dikonfirmasi kembali dengan hasil observasi di lapangan serta dokumen pendukung sehingga data yang dihasilkan menjadi lebih valid dan dapat dipertanggungjawabkan.[74]

[74] Riski rahayu, Sulastri Rini Rindrayani. *Menguji keabsahan data penelitian kualitatif*, Jurnal pendidikan dan keguruan 3, vol 2, (2025): 329