

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk mengungkap pengalaman *sandwich generation* dalam menerapkan gaya hidup *frugal living*. Menurut Cresswell (dalam Rukajat, 2018) fenomenologi adalah penelitian mengenai makna pengalaman atau fenomena yang telah terjadi atau dialami oleh individu. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memahami praktik, tantangan, dan dampak gaya hidup *frugal living* secara mendalam melalui keterlibatan erat dengan kehidupan sehari-hari subjek, tanpa mengubah realitas yang ada.

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana *sandwich generation* menerapkan gaya hidup *frugal living* sebagai strategi menjalankan peran mereka. Tujuan khususnya meliputi: (1) menganalisis praktik gaya *hidup frugal living* dalam kehidupan sehari-hari, (2) mengidentifikasi tantangan yang dihadapi, dan (3) mengevaluasi dampaknya terhadap ketahanan ekonomi keluarga. Untuk mencapai tujuan tersebut, peneliti menggunakan metode fenomenologi.

Studi fenomenologi menurut Edmund Husserl dalam penelitian berfokus pada pemahaman pengalaman manusia secara langsung dan mendalam dari sudut pandang orang pertama. Husserl mengembangkan fenomenologi sebagai ilmu tentang esensi kesadaran, yang berarti menelaah kesadaran manusia saat mengalami dan memberi makna pada fenomena yang muncul dalam pengalaman mereka. Dalam pendekatan ini, fenomena tidak hanya dianggap sebagai objek fisik, tetapi juga mencakup segala sesuatu yang dapat ditangkap oleh kesadaran, baik yang bersifat fisik maupun non-fisik, sehingga data fenomenologis adalah data asli yang bebas dari interpretasi atau prasangka sebelumnya (*epoche*).

Metode fenomenologi Husserl melibatkan lima langkah utama yaitu mengamati dan mengidentifikasi fenomena yang muncul dalam pengalaman, membedakan antara fenomena itu sendiri dengan pandangan atau prasangka kita terhadap fenomena tersebut, melakukan penangguhan (*epoche*) terhadap prasangka tersebut, menganalisis objek fenomenal secara mendalam dalam berbagai aspek

yang muncul secara langsung, dan akhirnya mengintegrasikan hasil analisis menjadi konsep atau gagasan baru. Husserl menekankan bahwa pengalaman manusia merupakan hasil interaksi aktif antara subjek dan objek, di mana kesadaran selalu terarah pada objek tertentu dalam konteks dunia kehidupan. Dengan demikian, fenomenologi bertujuan memahami struktur dan makna subjektif dari pengalaman tersebut secara teliti dan objektif, tanpa mengandalkan teori atau asumsi yang sudah ada sebelumnya, sehingga menghasilkan pemahaman yang murni dan mendalam tentang realitas sebagaimana dialami oleh individu (Nugraheni, 2023)

Tak hanya itu, Fenomenologi menekankan penggalian makna melalui langkah *bracketing*, yaitu wawancara untuk menggali pengalaman subjek, diikuti reduksi data untuk menemukan esensi, dan mendeskripsikan temuan secara komprehensif (Bimagfiranda, 2024). Dengan menggunakan metode fenomenologi mampu menggali makna terkait *frugal living* yang dilakukan *sandwich generation* dalam mempertahankan ekonomi keluarga. Fenomenologi dapat mendeskripsikan praktik *frugal living* yang dilakukan oleh *sandwich generation* dengan wawancara mendalam. Mereduksi data untuk menemukan esensi dari pengalaman *sandwich generation* dan dapat mendeskripsikan secara komprehensif.

3.2 Informan dan Lokasi Penelitian

Kunci dari perolehan ketercapaian tujuan penelitian adalah informan dalam penelitian. Informan dalam penelitian dipilih oleh peneliti berdasarkan pada kriteria yang telah ditetapkan dan sesuai dengan permasalahan dalam penelitian.

Informan merupakan bagian dari partisipan yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, dalam teknik *purposive sampling* peneliti menentukan informan berdasarkan pertimbangan tujuan dan keterkaitan informan dengan data yang akan didapatkan, dalam artian informan yang dipilih adalah orang yang dibutuhkan oleh peneliti terkait permasalahan dalam penelitian. Sampel dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yang mana informan dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian.

Adapun karakteristik informan untuk penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Minimal 21 tahun

2. Memiliki pekerjaan
3. Belum menikah
4. Memiliki tanggungan tiga generasi (*sandwich generation*)
5. Menerapkan gaya hidup *frugal living*
6. Berdomisili Kabupaten Bandung

Pemilihan teknik *purposive sampling* memungkinkan peneliti untuk mendapatkan informan yang benar-benar memiliki pengalaman mendalam terkait topik penelitian. Jumlah informan akan ditentukan hingga mencapai saturasi data, yaitu ketika tidak ada informasi baru yang diperoleh dari wawancara atau observasi tambahan (Fusch & Ness, 2015). Pendekatan ini memastikan bahwa data yang terkumpul kaya dan relevan untuk menjawab pertanyaan penelitian.

Kabupaten Bandung dipilih sebagai lokasi penelitian karena termasuk ke dalam kota dengan tingkat ketergantungan yang tinggi menurut data BPS. Angka tingkat ketergantungan ini digunakan sebagai alternatif untuk panduan untuk melihat keberadaan *sandwich generation* di suatu daerah. Angka ketergantungan di Kabupaten Bandung mencapai 54,10% yang berarti 100 orang menanggung 54 orang tanggungan.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih 8 informan kunci dan 3 informan pendukung yang bersedia untuk melakukan wawancara terkait *frugal living*. Informan kunci merupakan individu yang belum menikah dan memiliki tanggung jawab sebagai *sandwich generation* serta memiliki pengalaman menjalankan gaya hidup *frugal living*. Sedangkan informan pendukung ialah keluarga yang dari informan kunci.

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan langkah penting dalam penelitian untuk mendapatkan informasi yang valid dan relevan. Menurut Sugiyono (2017), teknik pengumpulan data dalam penelitian kualitatif harus disesuaikan dengan tujuan dan pendekatan penelitian yang digunakan. Dalam penelitian ini, data dikumpulkan melalui kombinasi beberapa teknik berikut:

1. Observasi

Observasi adalah salah satu metode pengambilan data dengan cara mengamati secara langsung fenomena/perilaku yang akan diteliti di lapangan (Romdona, 2025). Jenis observasi yang dilakukan adalah observasi non-partisipatif. Dalam penelitian ini, peneliti hanya melakukan pengamatan kepada informan yang menerapkan gaya hidup *frugal living*. Peneliti akan mengamati objek penelitian terkait pengelolaan keuangan atau penerapan *frugal living*. Dari hasil pengamatan tersebut, peneliti akan menjadikan objek penelitian sebagai informan jika bersedia.

2. Wawancara

Menurut Miles and Huberman (dalam Romdona, 2025) wawancara merupakan metode pengambilan data yang mana antara peneliti dan informan berinteraksi secara langsung. Peneliti memberikan beberapa pertanyaan kepada informan terkait *frugal living* dan ketahanan ekonomi keluarga sebagai topik peneliti dengan tujuan menggali informasi secara detail, mendalam, dan komprehensif mengenai pengalaman, pandangan, perasaan, atau makna yang dimiliki partisipan terhadap suatu penerapan gaya hidup *frugal living* yang berdampak pada ketahanan ekonomi keluarga *sandwich generation* dalam wawancara ini, peneliti menggunakan pertanyaan terbuka dan fleksibel sehingga memungkinkan partisipan untuk mengungkapkan pemikiran dan cerita mereka secara bebas. Wawancara akan dilakukan secara tatap muka. Agar data terekam dengan jelas, peneliti menggunakan perekam suara maupun video pada saat sesi wawancara.

Wawancara akan dilakukan kepada informan yang berjumlah tujuh informan sesuai dengan karakteristik yang telah ditetapkan.

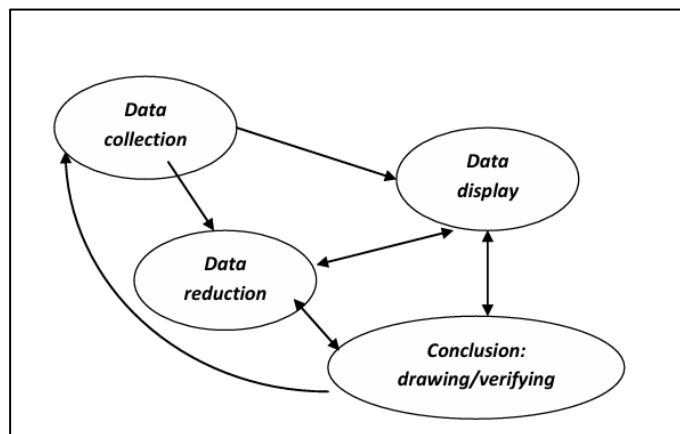
3. Dokumentasi

Peneliti mengumpulkan dokumen atau artefak yang relevan, seperti catatan keuangan pribadi, foto, atau media lain yang menggambarkan penerapan gaya hidup *frugal living*. Menurut Hammersley (dalam Dijkstra, 2023) Dokumentasi ini melengkapi data dari observasi dan wawancara, serta memberikan bukti tambahan yang dapat diverifikasi.

3.4 Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui tahapan-tahapan yang sistematis sesuai dengan pendekatan kualitatif. Menurut Miles dan Huberman

mengemukakan bahwa aktifitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktifitas dalam analisis data yaitu data *reduction*, *data display* dan *conclusion : drawing/verification*.



Bagan 3.1 Model Interaktif dalam Analisis Data

Sumber: Miles dan Huberman (1992: 23-27)

1. *Data Reduciton* (Reduksi Data)

Sugiyono (2013) menyatakan bahwa: “mereduksi data berarti merangkum, memilih hal- hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu.” Pada tahap ini, peneliti merangkum data yang diperoleh dari hasil wawancara kepada para informan. Setelah menyelesaikan wawancara dengan informan, peneliti melakukan pencatatan data yang diperoleh, merangkum data yang ada, memilah dan memilih data sesuai dengan aspek yang tercantum dalam rumusan masalah penelitian. Aspek yang terkait dengan rumusan masalah adalah praktik-praktik *frugal living* yang diterapkan oleh informan, tantangan yang dihadapi informan saat menerapkan *frugal living* dan dampak dari gaya hidup *frugal living* terhadap ketahanan ekonomi keluarga *sandwich*.

2. *Data Display* (Penyajian Data)

Miles dan Huberman (Sugiyono, 2013) menyatakan bahwa: ‘*the most frequent from of display data for qualitative research data in the past has been narrative text*’. Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian

Arvita Dwi Yanti, 2025

GAYA HIDUP FRUGAL LIVING SEBAGAI UPAYA KETAHANAN EKONOMI KELUARGA SANDWICH

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Mendisplaykan data maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut. Peneliti melakukan penyajian data dalam bentuk deskriptif dan naratif setelah menyelesaikan pengambilan data di lapangan melalui observasi *sandwich generation*, wawancara kepada *sandwich generation*.

3. *Conclusion Drawing/Verification* (Penarikan Kesimpulan/Verifikasi)

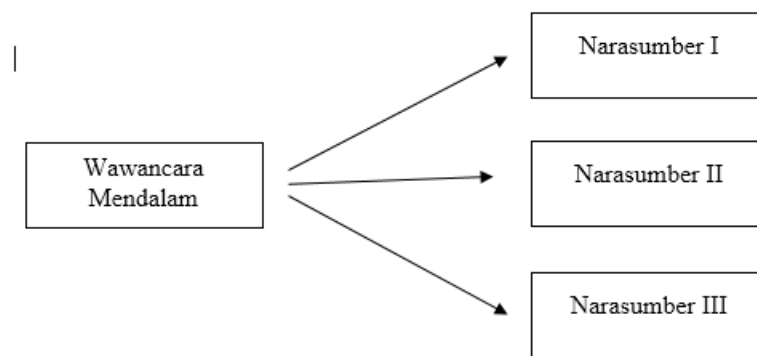
Menurut Miles dan Huberman (Sugiyono, 2013) menyatakan bahwa: “langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi”. Sugiyono mengemukakan bahwa kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel. Kesimpulan dalam penulisan kualitatif adalah pemaparan terkait hasil dan tujuan penelitian yang menjawab rumusan masalah penelitian. Setelah melakukan pengumpulan data melalui observasi dan wawancara kepada *sandwich generation*, peneliti akan memperoleh informasi terkait penerapan *frugal living* dan tantangannya pada *sandwich generation* serta dampak yang dirasakan terhadap ketahanan ekonomi informan.

3.5 Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data dalam penelitian adalah proses untuk memastikan bahwa data yang diperoleh benar-benar valid, kredibel, dan dapat dipertanggungjawabkan sebagai hasil penelitian ilmiah. Uji keabsahan ini penting agar hasil penelitian tidak mengandung bias, distorsi, atau kesalahan interpretasi, serta dapat dipercaya oleh pihak lain. Uji keabsahan data adalah langkah penting untuk menjamin bahwa temuan penelitian akurat, dapat dipercaya, dan layak dijadikan dasar pengambilan keputusan atau pengembangan ilmu pengetahuan.

Uji keabsahan data penelitian ini menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi adalah pendekatan dalam penelitian yang digunakan untuk meningkatkan validitas

dan reliabilitas data dengan cara menggabungkan berbagai metode, sumber data, atau perspektif dalam proses pengumpulan dan analisis data (Sigourney, 2022). Inti dari triangulasi adalah memotret suatu fenomena dari berbagai sudut pandang, sehingga hasil penelitian menjadi lebih komprehensif dan dapat dipercaya. Dengan melakukan triangulasi, peneliti dapat meminimalkan bias yang mungkin muncul jika hanya menggunakan satu metode atau satu sumber data saja.



Bagan 3.2 Triangulasi Narasumber

Sumber: Dimodifikasi dari Mariyani (2020)

Jenis triangulasi yang dipilih adalah triangulasi narasumber. Triangulasi narasumber adalah Triangulasi narasumber adalah teknik uji keabsahan data dengan cara membandingkan dan mengecek data yang diperoleh melalui berbagai informan atau narasumber yang berbeda mengenai fenomena yang sama. (Alfansyur & Mariyani, 2020). Dalam gambar 3.2, peneliti melakukan observasi kepada informan dan melakukan wawancara mendalam kepada informan yang sama disertai dokumentasi yang mendukung. Seperti, alat pengelolaan keuangan, atau uraian kebutuhan yang sudah dibuat. Triangulasi narasumber terdiri dari individu *sandwich generation* yang melakukan *frugal living*, keluarga dari *sandwich generation* yang terlibat dalam melakukan *frugal living* serta saudara dari *sandwich generation* yang tidak terlibat namun mengetahui aktivitas dari *sandwich generation*.