

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif dan observasi analitik dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Data deskriptif dalam penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja pada guru secara distribusi sedangkan observasi analitik yang dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja pada guru.

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret hingga Juni tahun 2024 di sekolah SMA Negeri 2 Tanjung Balai. Pemilihan tempat berdasarkan belum ada yang meneliti sebelumnya tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja pada sekolah tersebut.

3.3 Populasi dan sampel

3.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek data atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015). Populasi pada penelitian ini adalah 50 guru dari SMA Negeri 2 Tanjung Balai.

3.3.2 Sampel

Menurut Masturoh & Anggita (2018), sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang secara nyata diteliti dan ditarik kesimpulan. Dalam menentukan besar sampel, peneliti menggunakan *Total*

Sampling. Total Sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Alasan mengambil *total sampling* karena jumlah populasi kurang dari 100. Jadi jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 50 orang.

3.3.3 Teknik Pengambilan sampel

Pengambilan sampel pada penelitian dengan menggunakan teknik *sampling Non Probability* metode *total sampling* dengan menentukan kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Guru yang masih aktif mengajar di sekolah SMA Negeri 2 Tanjung Balai
- b. Guru yang mengajar minimal 1 tahun

Kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel. Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Guru yang menolak diwawancarai
- b. Guru yang sedang tidak masuk atau sakit

3.4 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah sebuah konsep yang di operasionalkan. Lebih tepatnya, operasional properti dari sebuah objek agar dapat di operasionalkan, diaplikasikan, dan menjadi properti dari objek. Variabel penelitian terdiri dari :

a. Variabel independent (variabel tidak terikat) merupakan variabel yang mempengaruhi atau nilai menentukan variabel lain. Variabel bebas biasanya biasanya di amati, dan diukur untuk mengetahui hubungan dan pengaruh terhadap variabel lain. Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah faktor organisasi dan faktor individu.

b. Variabel dependent (variabel terikat) merupakan variabel dapat dipengaruhi nilainya ditentukan oleh variabel lain. Variabel adalah faktor yang diamati dan diukur untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel bebas. Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini adalah stres kerja.

3.5 Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Jenis Data	Hasil Ukur
1	Stres Kerja	Stres kerja merupakan kondisi seseorang yang tertekan karena ketidakmampuan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh perusahaan. (Wirya et al., 2020)	Kuesioner <i>Perceived Stress Scale</i> (PSS-10)	Ordinal	1. Stres ringan: 0 -13 2. Stres Sedang: 14 - 26 3. Stres Berat: 27 - 40

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Jenis Data	Hasil Ukur
2	Tuntutan tugas	Tuntutan tugas adalah faktor yang terkait dengan pekerjaan seseorang. (Sulastri & Onsardi, 2020)	Kuesioner	Ordinal	Diukur dengan menggunakan rumus Struges dengan penilaian jawaban sebagai berikut: Skor tiap item pertanyaan 1. Sangat setuju=1 2. Setuju = 2 3. Tidak Setuju= 3 4. Sangat Tidak Setuju = 4 Kategori: 1. Rendah = ≥ 14 2. Tinggi = < 14
3	Tuntutan peran	Tuntutan peran berhubungan dengan tekanan yang diberikan pada seseorang sebagai fungsi dari peran tertentu yang dia mainkan dalam organisasi. (Robbins & Judge, 2013)	Kuesioner	Ordinal	Skor tiap item pertanyaan 1. Sangat setuju=1 2. Setuju = 2 3. Tidak Setuju= 3 4. Sangat Tidak Setuju = 4 Kategori: 1. Rendah = ≥ 15 2. Tinggi = < 15

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Jenis Data	Hasil Ukur
4	Tuntutan antar pribadi	Tuntutan antar pribadi adalah tekanan yang diciptakan oleh karyawan lain. (Robbins & Judge, 2013)	Kuesioner	Ordinal	Skor tiap item pertanyaan: 1. Sangat setuju=1 2. Setuju = 2 3. Tidak Setuju =3 4. Sangat Tidak Setuju = 4 Kategori: 1. Rendah = ≥ 12 2. Tinggi = < 12
5	Usia	Usia adalah satuan waktu yang mengukur waktu keberadaan suatu benda atau makhluk baik yang hidup maupun yang mati menyebutkan bahwa seseorang yang berumur lanjut maka kemampuannya untuk melakukan pekerjaan berat akan menurun.	Kuesioner	Ordinal	Skor pada kategori usia: 1. ≤ 30 tahun dengan nilai skor 2 2. >30 tahun dengan nilai skor 1 (Amalia et al., 2017)

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Jenis Data	Hasil Ukur
		(Utami et al., 2020)			
6	Jenis Kelamin	Jenis kelamin adalah pembeda antara laki-laki dan perempuan secara biologis dari lahir. (Pambudi et al., 2021)	Kuesioner	Nominal	1. Wanita 2. Pria
7	Masa Kerja	Masa kerja adalah jangka waktu seseorang yang sudah bekerja (pada suatu kantor, badan, dan sebagainya). (Utami et al., 2020)	Kuesioner	Ordinal	Skor pada kategori masa kerja: 1. ≤ 5 Tahun dengan nilai skor 2 2. > 5 tahun dengan nilai skor 1 (Amalia et al., 2017)

3.6 Aspek Pengukuran

Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan alat pengukuran berupa angket/kuesioner.

3.6.1 Stres Kerja

Kuesioner Stres kerja menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang dibuat oleh Sheldon Cohen pada tahun 1988. Instrumen ini merupakan *self*

report questinnare yang mempunyai 10 item ini dibuat dari pengalaman individu tentang yang dirasakan pada kehidupan seseorang. Penilaian pada instrumen ini menggunakan skala likert dengan 5 alternatif dari pilihan jawaban seperti 0 = tidak pernah, 1 = hampir tidak pernah, 2 = kadang-kadang, 3 = cukup sering, hingga 4 = sangat sering, jika dijumlahkan seluruhnya yaitu 0-40. Cara pengukuran dari PSS ini menggunakan skor dengan kategori menjadi 0-13 = stres ringan 14 – 26 = stres sedang dan 27 - 40 = stres berat.

3.6.2 Faktor Organisasi

Diukur dengan menggunakan skala *Likert* dengan hasil kategori menggunakan rumus Azwar sebagai berikut:

a. Tuntutan tugas

Setiap item pertanyaan akan diberikan skor sebagai berikut:

1. Sangat setuju = 1
2. Setuju = 2
3. Tidak Setuju = 3
4. Sangat Tidak Setuju = 4

Kategori:

1. Rendah = ≥ 14
2. Tinggi = < 14

b. Tuntutan Peran

Setiap item pertanyaan akan diberikan skor sebagai berikut:

1. Sangat setuju = 1
2. Setuju = 2
3. Tidak Setuju = 3
4. Sangat Tidak Setuju = 4

Kategori:

1. Rendah = ≥ 15
2. Tinggi = < 15
- c. Tuntutan Antar pribadi



Setiap item pertanyaan akan diberikan skor sebagai berikut:

1. Sangat setuju = 1
2. Setuju = 2
3. Tidak Setuju = 3
4. Sangat Tidak Setuju = 4

Kategori:

1. Rendah = ≥ 12
2. Tinggi = < 12

3.6.3 Faktor Individu

- a. Usia

Diukur menggunakan rumus Struges dengan penilaian jawaban sebagai berikut:

Skor pada kategori usia (Amalia et al., 2017):

1. ≤ 30 tahun dengan nilai skor 2
2. >30 tahun dengan nilai skor 1

b. Jenis Kelamin

Data jenis kelamin diperoleh langsung menggunakan alat ukur kuesioner. Penilaian jenis kelamin menggunakan skala nominal dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu:

1. Wanita
2. Pria

c. Masa Kerja

Data masa kerja diperoleh langsung dari wawancara dan menggunakan alat ukur kuesioner. Penilaian masa kerja menggunakan rumus Struges dengan jenis data ordinal yang dikelompokkan menjadi dua kategori sebagai berikut (Amalia et al., 2017):

1. ≤ 5 tahun dengan nilai skor 2
2. >5 tahun dengan nilai skor 1

3.7 Uji Validitas dan Reliabilitas

3.7.1 Uji Validitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar- benar

mengukur apa yang diukur. Untuk mengetahui apakah kuesioner yang kita susun tersebut mampu mengukur apa yang hendak kita ukur, maka perlu diuji dengan uji korelasi antara skors (nilai) tiap-tiap item (pertanyaan) dengan skors total kuesioner tersebut. Bila semua pertanyaan itu mempunyai korelasi yang bermakna (*construct validity*). Pada penelitian ini, teknik korelasi yang digunakan adalah korelasi Pearson Product, dengan hasil keputusan uji sebagai berikut:

- a. Jika r hitung lebih besar dari r tabel artinya valid
- b. Jika r hitung lebih kecil atau sama dengan r tabel maka variabel tidak valid

Tabel 3. 2 Hasil Uji Validitas Kuesioner Tuntutan Tugas

Variabel	Nomor soal	r hitung	r tabel	Keterangan
Tuntutan Tugas	1	0,393	0,355	Valid
	2	0,715	0,355	Valid
	3	0,768	0,355	Valid
	4	0,671	0,355	Valid
	5	0,828	0,355	Valid

Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Kuesioner Tuntutan Peran

Variabel	Nomor soal	r hitung	r tabel	Keterangan
Tuntutan Peran	6	0,863	0,355	Valid
	7	0,824	0,355	Valid
	8	0,705	0,355	Valid
	9	0,649	0,355	Valid
	10	0,701	0,355	Valid

Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Kuesioner Tuntutan Antar Pribadi

Variabel	Nomor soal	r hitung	r tabel	Keterangan
Tuntutan Antar Pribadi	11	0,813	0,355	Valid
	12	0,803	0,355	Valid
	13	0,804	0,355	Valid
	14	0,773	0,355	Valid

3.7.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk menguji apakah instrumen yang digunakan reliabel. Reliabel apabila terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda. Teknik pengujian reliabilitas ini menggunakan teknik analisis yang sudah dikembangkan oleh *Alpha Cronbach*. Pada uji reliabilitas ini, α dinilai reliabel jika lebih besar dari 0,6 (Ghozali, 2005:129). Adapun kaidah untuk menentukan apakah instrumen reliabel atau tidak, adalah sebagai berikut:

- a. Jika angka reliabilitas *Cron Alpha* melebihi angka 0,6 maka instrumen tersebut reliabel, kuesioner dapat dipercaya dan dapat digunakan.
- b. Jika angka reliabilitas *Cronbach Alpha* kurang dari angka 0,6 maka instrumen tersebut tidak reliabel, kuesioner tidak dapat dipercaya dan tidak dapat digunakan.

Instrumen penelitian ini dinyatakan reliabel ketika memiliki nilai yang berada

pada tabel berikut.

Tabel 3. 5 Nilai Reabilitas

No	Nilai Cronbach's Alpha	Keterangan
1	>0,90	Reabilitas Sempurna
2	0,70 – 0,90	Reabilitas Tinggi
3	0,50 – 0,69	Reabilitas Sedang
4	<0,50	Reabilitas Rendah

Pengujian validitas pada penelitian ini dilakukan oleh 41 responden dengan kriteria yang sama. Berdasarkan hasil uji reabilitas didapatkan nilai sebagai berikut.

Tabel 3. 6 Hasil Uji Reabilitas

No	Variabel	Nilai Cronbach's Alpha	Keterangan
1	Tuntutan tugas	0,860	Reabilitas Tinggi
2	Tuntutan peran	0,847	Reabilitas Tinggi
3	Tuntutan antar pribadi	0,924	Reabilitas Sempurna

Hasil uji reabilitas pada tabel 3.6 menunjukkan bahwa setiap variabel pada penelitian ini memiliki reliabilitas tinggi.

3.8 Teknik Pengumpulan Data

Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang mengumpulkan dan menganalisis data berdasarkan angka-angka dan pengukuran numerik. Pendekatan ini bertujuan untuk menggambarkan, menjelaskan, dan menguji hubungan antara variabel-variabel. Teknik pengumpulan data yang menggunakan angket atau kuesioner yang melibatkan pertanyaan-pertanyaan yang telah di susun secara sistematis. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab lisan antara dua orang atau lebih untuk mengetahui tanggapan dan pendapat seseorang terhadap suatu objek (Yadi Sutikno, Hosan, 2021). Wawancara merupakan cara yang paling tepat untuk mengungkapkan keadaan pribadi dari seseorang yang diwawancarai. Wawancara dalam penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan data langsung dari guru. Data yang akan dikumpulkan yaitu mengenai faktor organisasi, faktor individu dan stres kerja.

b. Dokumentasi

Dokumentasi adalah salah satu teknik pengumpulan data melalui dokumen atau catatan-catatan tertulis yang ada (Tanjung et al., 2022). Dokumentasi berbentuk gambar atau foto digunakan peneliti sebagai bukti dilakukannya penelitian pada guru.

3.8.1 Jenis Data

Data penelitian diperoleh melalui dua cara yaitu secara aktif dan pasif.

Pengumpulan data secara aktif akan menghasilkan data primer dan pengumpulan data secara pasif akan menghasilkan data sekunder.

a. Data Primer

Data primer adalah informasi yang langsung didapat dari pangkal informasi awal di posisi penelitian ataupun subjek penelitian. Data primer pada penelitian ini di dapatkan dari wakil kepala sekolah dan guru SMA Negeri 2 Tanjung Balai. Dalam proses pengumpulan data, peneliti melakukan penelitian di dalam tiap ruang guru. Awalnya peneliti memberikan *inform consent* dengan menjelaskan maksud dan tujuan dari peneliti kepada responden, setelah itu peneliti membagikan kuesioner dengan memberikan penjelasan tentang cara pengisian kuesioner.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah informasi yang didapat dari pangkal kedua ataupun pangkal inferior. Data sekunder dari penelitian didapatkan langsung dari bagian hasil kuesioner serta dokumentasi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja pada guru.

3.8.2 Alat atau Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat-alat yang akan di gunakan untuk pengumpulan data. Instrument penelitian ini dapat berupa kuesioner (daftar pertanyaan), formulir observasi, formulir-formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data dan sebagainya. Instrumen penelitian menggunakan instrumen berupa kuesioner.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dimaksudkan untuk menghasilkan data yang akurat yaitu dengan menggunakan skala *Likert*. Dalam

penelitian ini, peneliti menggunakan jenis instrumen angket atau kuesioner variabel tuntutan tugas, tuntutan peran dan tuntutan antar pribadi dengan pemberian skor sebagai berikut:

1. SS : Sangat setuju diberi skor 1
2. S : Setuju diberi skor 2
3. TS : Tidak setuju diberi skor 3
4. STS : Sangat tidak setuju diberi skor 4

Pada kuesioner stres kerja menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10) dengan kategori skor stres ringan = 0 – 13, stres sedang = 14 – 26, dan stres berat 27 – 40.

3.8.3 Prosedur Pengumpulan Data

Pengambilan data dilakukan pada bulan April tahun 2024 dalam penelitian ini adalah data primer yang diperoleh dengan menggunakan kuesioner dan melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan. Ada beberapa tahap yang dilakukan dalam pengambilan data pada penelitian ini yaitu:

1. Tahap pertama yaitu persiapan. Peneliti menentukan subjek penelitian, tempat penelitian, maksud dan tujuan penelitian. Peneliti mengajukan surat izin dari fakultas untuk diberikan kepada pihak sekolah untuk mengambil data penelitian di SMA Negeri 2 Tanjung Balai, serta melakukan survei awal ke guru yang berhadir tentang stres kerja pada guru.
2. Tahapan penelitian yaitu peneliti memberikan *inform consent* dengan

menjelaskan maksud dan tujuan dari peneliti kepada responden, setelah itu peneliti membagikan kuesioner dengan memberikan penjelasan tentang cara pengisian kuesioner.

- a. Pengisian kuesioner stres kerja yang berisi pertanyaan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja pada guru.
- b. Pengumpulan data dilakukan dengan prosedur sebagai berikut. Setelah semua kuesioner dari responden terkumpul, peneliti memeriksa kuesioner untuk menghindari kesalahan. Peneliti juga melihat poin pertanyaan kuesioner, responden yang tidak memenuhi syarat ketentuan definisi operasional dismenorea akan dikeluarkan dari proses pengumpulan data (*drop out*).

3.9 Analisis Data

3.9.1 Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisis univariat ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel.

3.9.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi.

a. Uji *Chi-Square*

Uji *Chi-square* melalui software pengolahan data dapat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel terikat dengan variabel bebas serta sesuai jika digunakan pada jenis data ordinal. Aturan yang berlaku pada uji *chi-square* adalah sebagai berikut:

1. Pada tabel 2x2 ditemukan nilai *expected* (harapan) kurang dari 5, maka yang digunakan adalah “*fisher exact*”
2. Apabila tabel 2x2 tidak ada nilai *expected* (harapan) kurang dari 5, maka yang digunakan adalah “*continuity corecction*” (a)
3. Bila tabelnya lebih dari 2x2, maka digunakan uji “*pearson chi square*”

b. Rasio Prevalensi

Untuk melihat kemungkinan timbul atau berkembangnya suatu perilaku dihubungkan dengan faktor risiko mala dilakukan perhitungan angka risiko relatif. Perhitungan risiko relatif untuk rancangan penelitian *cross sectional* dicerminkan dengan angka rasio prevalensi (*Prevalence Rasio* = PR). PR diperoleh dengan membandingkan prevalens faktor organisasi dan individu pada kelompok berisiko stres kerja dengan faktor organisasi dan individu pada kelompok tidak berisiko stres kerja.

Untuk membaca hubungan asosiasi ditentukan nilai *Prevalence Rasio* (PR), sebagai berikut :

- a. Bila nilai $PR < 1$ dan rentang interval kepercayaan tidak melewati angka 1, berarti variabel tersebut merupakan faktor risiko stres kerja
- b. Bila nilai $PR > 1$ dan rentang interval kepercayaan tidak melewati angka 1, berarti variabel tersebut merupakan faktor proteksi stres kerja
- c. Bila nilai $PR = 1$ dan rentang interval kepercayaan tidak melewati angka 1, berarti variabel tersebut tidak ada hubungan dengan stres kerja