

BAB II

METODOLOGI PENELITIAN

2.1 Desain Penelitian

Metode penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan penelitian yaitu *cross sectional*. *Cross sectional* merupakan suatu penelitian yang mempelajari terkait kolerasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan melalui observasi atau pengumpulan data dimana variabel-variabel yang termasuk faktor risiko dan variabel tersebut termasuk efek diobservasi sekaligus pada waktu yang sama (Notoatmojo, 2018). Pada penelitian ini, penulis mengukur variabel independent yaitu stres kerja dan variabel dependen yaitu *burnout syndrome*, dimana penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara stres kerja dengan *burnout syndrome* pada karyawan di Sekolah Swasta Samarinda.

2.2 Populasi dan Sampel

2.2.1 Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugyono, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan baik guru maupun

staff yang berada di SMP Muhammadiyah 2, SMA Muhammadiyah 2, SMK Muhammadiyah 2 dan SMP Muhammadiyah 3 Samarinda sebanyak 73 karyawan.

2.2.2 Sampel dan Besar Sampel

Sampel merupakan sub kelompok atau sebagian dari populasi. Dengan mempelajari sampel, penelitian akan mampu menarik kesimpulan yang dapat digeneralisasikan terhadap populasi penelitian (Sugyono, 2018). Sampel dalam penelitian ini ialah karyawan pada SMP Muhammadiyah 2, SMA Muhammadiyah 2, SMK Muhammadiyah 2 dan SMP Muhammadiyah 3 Samarinda yang akan dijadikan responden dalam penelitian ini.

Besar sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan cara perhitungan menggunakan rumus (Lemeshow,1997). Adapun rumus *Lemeshow* yaitu sebagai berikut.

$$n = \frac{Z^2 - \frac{\alpha}{2} \times P(1 - P) \times N}{d^2(N - 1) + Z^2 1 - \frac{\alpha}{2} \times P(1 - P)}$$

Keterangan:

n = jumlah anggota sampel

N = jumlah populasi

d^2 = presesi (10%) atau 0,1

$Z^2 1 - \frac{\alpha}{2}$ = skor z pada kepercayaan 95% = 1,96

P = proporsi = 0,5

Diketahui bahwa jumlah populasi adalah 73, maka ditentukan besar sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{1,96^2 \times 0,5 (1 - 0,5) \times 73}{0,1^2(73 - 1) + (1,96)^2 \times 0,05 (1 - 0,05)}$$

$$n = \frac{3,8416 \times 0,25 \times 73}{0,01 \times 72 + 3,8416 \times 0,25}$$

$$n = \frac{70,1092}{1,6804} = \mathbf{41,7 \text{ atau } 42}$$

2.2.3 Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling* yaitu suatu teknik yang dilakukan jika populasi mempunyai anggota yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional (Sugyono, 2018). Hal ini dikarenakan penelitian dilakukan pada empat sekolah dengan tujuan agar peneliti dapat mengetahui sampel yang harus diambil dari setiap sekolah tersebut dengan populasi yang berbeda dengan menggunakan rumus, hal tersebut dilakukan agar menghasilkan sampel yang benar-benar representatif, dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Keterangan:

n_i = jumlah sampel berdasarkan tingkatan (strata)

n = jumlah sampel keseluruhan

N_i = jumlah populasi berdasarkan tingkatan (strata)

N = jumlah populasi keseluruhan

Tabel 2. 1 Klasifikasi Teknik Pengambilan Sampel

No	Sekolah	Jumlah Seluruh Karyawan (N)	Jumlah masing-masing Karyawan	Sampel
1.	SMP Muhammadiyah 2	20	42 (20/73)	12
2.	SMP Muhammadiyah 3	23	42 (23/73)	13
3.	SMA Muhammadiyah 2	11	42 (11/73)	6
4.	SMK Muhammadiyah 2	19	42 (19/73)	11
TOTAL SAMPEL				42

Adapun kriteria inklusi dan eksklusi yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari:

a. Kriteria Inklusi

1. Karyawan sekolah guru maupun staff yang bersedia menjadi responden dalam penelitian.
2. Bersedia untuk diteliti.

b. Kriteria Eksklusi

1. Dalam masa sakit sehingga dapat berpengaruh terhadap proses penelitian.
2. Dalam masa izin kerja.

2.3 Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan April hingga Mei 2023. Penelitian ini dilakukan pada seluruh karyawan di SMP Muhammadiyah 2, SMA Muhammadiyah 2, SMK Muhammadiyah 2 dan SMP Muhammadiyah 3 Samarinda yang berada di Jalan Brigjen Slamet Riyadi Gang 2 dan Jalan Siti Aisyah No.50, Kecamatan Sungai Kunjang, Kota Samarinda, Kalimantan Timur.

2.4 Definisi Operasional

Tabel 2.2 Definisi Operasional Penelitian Hubungan Stres Kerja Dengan *Burnout Syndrome* Pada Karyawan di Sekolah Swasta Samarinda

NO	VARIABEL	DEFINISI OPERASIONAL	CARA UKUR	KRITERIA OBJEKTIF	SKALA DATA
1	Variabel Independen: Stres Kerja	Stres Kerja merupakan suatu tanggapan yang diberikan oleh individu dalam menyesuaikan diri di lingkungan pekerjaan dengan melibatkan kondisi fisik dan mental. Stres yang berlebihan dan tidak mampu diatasi akan mengakibatkan ketegangan, tekanan, dan gangguan bagi guru dan staff di sekolah swasta Samarinda.	Kuesioner Stres Kerja <i>DASS-21</i> Jumlah pertanyaan : 7 Dengan nilai antara 0-3 yang terdiri atas 4 penilaian diantaranya: <ul style="list-style-type: none"> • Tidak Pernah : 0 • Kadang-Kadang : 1 • Sering : 2 • Hampir Selalu: 3 (Lovibond & Lovibond, 1995)	Hasil stres dikategorikan sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> • Normal : 0-7 • Ringan : 8-9 • Sedang : 10-12 • Berat : 13-16 • Sangat berat : 17+ 	Ordinal
2	Variabel Dependent: <i>Burnout Syndrome</i>	<i>Burnout Syndrome</i> adalah kondisi stres yang ditandai dengan keadaan psikologi yang sangat ekstrem sehingga individu mengalami kelelahan emosional dan rendahnya motivasi untuk bekerja.	Kuesioner <i>MBI</i> Jumlah pertanyaan : 22 yang terdiri dari tiga dimensi <i>burnout syndrome</i> yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan rendahnya penghargaan. Skala yang digunakan pada kuesioner ini merupakan skala Likert, dimana setiap item dinilai dengan 7 poin, yaitu Bobot Item	Hasil klasifikasi tingkat <i>Burnout Syndrome</i> sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> • Rendah: 0-44 • Sedang: 44-88 • Tinggi: 88-132 	Ordinal

			<p>Positif dan Negatif.</p> <p>Bobot Item Positif</p> <ul style="list-style-type: none">• 0 : Tidak Pernah• 1 : Beberapa kali dalam setahun atau kurang• 2 : Satu kali dalam sebulan• 3 : Beberapa kali dalam sebulan• 4 : Satu kali dalam seminggu• 5 : Beberapa kali dalam seminggu• 6 : Setiap hari <p>Bobot Item Negatif</p> <ul style="list-style-type: none">• 0 : Setiap hari• 1 : Beberapa kali dalam seminggu• 2 : Satu kali dalam sebulan• 3 : Beberapa kali dalam sebulan• 4 : Satu kali dalam sebulan• 5 : Beberapa kali dalam setahun atau kurang• 6 : Tidak pernah <p>(Maslach & Jackson, 1981)</p>		
--	--	--	---	--	--

2.5 Instrument Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga pengolahan data lebih mudah dilakukan (Dewi, 2019).

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan peneliti dalam mengambil data di lapangan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner *MBI* sebagai alat ukur *burnout syndrome* pada guru dan staff. Kuesioner *MBI* merupakan kuesioner baku yang dikembangkan oleh Maslach dan Jackson pada tahun 1996 yang dikhususkan untuk menilai *burnout syndrome* pada tenaga pendidik seperti guru.

Sedangkan kuesioner stres kerja, peneliti menggunakan kuesioner (*DASS-21*) yang digunakan untuk mengambil data stres dari responden. Pertanyaan-pertanyaan yang digunakan dalam kuisisioner ini terdiri dari beberapa bagian:

1. Identitas Responden

Didalam kuesioner, identitas responden ini mencakup seluruh data dari responden yang di perlukan peneliti seperti nomor responden, nama lengkap, usia, jenis kelamin, lama kerja/masa kerja, dan pendidikan terakhir

2. Variabel Penelitian

Stres kerja merupakan suatu tekanan yang sering dirasakan oleh karyawan karena tidak mampu memenuhi tugas pekerjaannya dan menuntut kepuasan dari setiap individu (Parashakti & Ekhsan, 2022).

Burnout syndrome merupakan suatu keadaan kronis baik fisik, psikologis maupun mental yang bersifat negatif akibat dari kelelahan kerja yang bersifat menekan. *Burnout syndrome* memiliki tiga dimensi diantaranya kelelahan emosional yang menyebabkan energi terkuras oleh suatu pekerjaan, depersonalisasi yaitu sikap dan perasaan stres terhadap orang lain, dan rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri, selalu merasa tidak puas dan penilaian diri yang negatif (Astuti et al., 2022).

Dalam penelitian ini data terkait stres kerja dan *burnout syndrome* diambil melalui pengukuran menggunakan kuesioner baku yaitu kuesioner *MBI* dan kuesioner stres kerja *DASS-21* yang secara keseluruhan berjumlah 29 pertanyaan. Kuesioner dapat diartikan sebagai daftar pertanyaan yang sudah tersusun dengan baik dan matang dimana responden diminta memberikan jawaban atau dengan memberikan tanda tertentu sebagai jawaban. Skala pengukuran variabel penelitian untuk Kuesioner

Burnout Syndrome (MBI) menggunakan skala Likert dengan penilaian 7 point ialah sebagai berikut :

- a. Tidak Pernah
- b. Beberapa kali dalam setahun atau kurang
- c. Satu kali dalam sebulan
- d. Beberapa kali dalam sebulan
- e. Satu kali dalam seminggu
- f. Beberapa kali dalam seminggu
- g. Setiap hari

Sedangkan skala pengukuran variabel penelitian untuk Kuesioner Stres Kerja (*DASS-21*) ialah sebagai berikut :

- a. Tidak Pernah
- b. Kadang-Kadang
- c. Sering
- d. Hampir Selalu

Adapun Uji Validitas dan Reliabilitas dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Uji Validitas

Uji validitas merupakan uji yang berfungsi untuk melihat apakah suatu alat ukur tersebut valid (sahih) atau tidak valid. Alat ukur yang dimaksud disini merupakan pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan tersebut pada kuesioner dapat

mengungkapkan sesuatu yang diukur oleh kuesioner (Janna, 2020). Dalam penelitian ini, uji validitas menggunakan penelitian terdahulu dikarenakan kuesioner yang digunakan bersifat baku.

Pada variabel independent yaitu stres kerja, hasil uji koefisien validitas item *DASS-21* menyatakan bahwa semua nilai $r_{hitung} > r_{table}$. Hasil perhitungan r_{table} diperoleh nilai sebesar 0,361 yang didapat dari nilai r_{table} untuk $N-2 = 30-2 = 28$ dengan taraf signifikansi sebesar 5%. Sehingga menurut Gani (2014) menyatakan bahwa kuesioner *DASS-21* merupakan instrumen baku yang tervalidasi (Miadinar & Supriyanto, 2021).

Sedangkan pada variabel dependen yaitu *burnout syndrome*. Maslach dan Jackson (1996) menyatakan bahwasannya kuesioner *burnout syndrome MBI* (*Maslach Burnout Inventory*) ini telah tervalidasi (Nadyastuti et al., 2021). Validitas pada kuesioner MBI ini dilakukan dalam beberapa cara. Pertama, skor MBI individu berkorelasi dengan perilaku penilaian moral terhadap orang lain. Kedua, skor MBI dikorelasikan dengan adanya karakteristik pekerjaan tertentu yang berhubungan dengan pengalaman kelelahan kerja. Ketiga, skor MBI berkorelasi dengan ukuran dari berbagai hasil yang telah dihipotesiskan terkait kelelahan atau stres kerja (Maslach et al., 1997).

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau diandalkan. Uji reliabilitas dapat digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur, apakah alat ukur tetap konsisten jika pengukuran tersebut diulang. Alat ukur dikatakan reliabel jika menghasilkan hasil yang sama meskipun dilakukan pengukuran berkali-kali (Janna, 2020).

Pengujian reliabilitas stres kerja pada kuesioner *DASS-21*, mendapat hasil koefisien *Alfa Cronbach* sebesar 0,942. Berdasarkan acuan Ghozali (2018) dalam tingkat reliabilitas suatu variabel dapat dikatakan reliabel jika nilai *Alpha Cronbach* $> 0,70$. Sehingga disimpulkan bahwa pada kuesioner *DASS-21* sudah dinyatakan reliabel (Miadinar & Supriyanto, 2021).

Pengujian reliabilitas *burnout syndrome* diukur terhadap instrument penelitian yang digunakan yaitu kuesioner *MBI*. Berdasarkan studi terdahulu oleh Iwanicki dan Schwab (1981) yang telah melakukan penelitian dengan 469 guru di Massachusetts melaporkan bahwasannya *Alpha Cronbach* sebesar 0,90 untuk kelelahan emosional, 0,76 untuk depersonalisasi, dan 0,76 untuk pencapaian pribadi (Maslach et al., 1997)

Gold (1984) juga telah melakukan penelitian dengan 462 guru di California dan mendapatkan *Alpha Conbrach* sebesar 0,88 untuk kelelahan emosional, 0,74 untuk depersonalisasi, dan 0,72 untuk pencapaian pribadi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Kuesioner *MBI* dinyatakan reliabel (Maslach et al., 1997).

2.6 Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan

- a. Menentukan tema penelitian
- b. Menentukan judul penelitian
- c. Menyusul skripsi penelitian dan konsultasi kepada dosen pembimbing
- d. Membuat kuesioner penelitian
- e. Melaksanakan seminar hasil
- f. Mengurus surat izin penelitian

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Melakukan perizinan kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur untuk melakukan penelitian.
- b. Membagikan kuesioner digital atau link google form yang berisi pertanyaan kepada karyawan di SMP Muhammadiyah 2, SMA Muhammadiyah 2, SMK Muhammadiyah 2 dan SMP Muhammadiyah 3 Samarinda sebagai subjek penelitian.

3. Tahap Hasil

- a. Data diolah dengan cara melakukan *editing*, *coding*, *processing*, dan *cleaning*. Setelah itu, data di analisa menggunakan aplikasi komputer.
- b. Setelah itu, dilakukannya penyusunan laporan dan penyajian serta membahas hasil penelitian yang didapatkan. Kemudian membuat kesimpulan dan saran.
- c. Melakukan konsultasi temuan yang didapat dilapangan pada dosen pembimbing.
- d. Melakukan seminar hasil.
- e. Mengumpulkan hasil skripsi kepada pihak akademik.

2.6.1 Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data Primer penelitian ini menggunakan data primer yang diambil secara langsung di lapangan tempat wilayah penelitian. Data primer pada penelitian ini merupakan data yang diperoleh melalui pengukuran dan kuesioner terkait pertanyaan tentang stres kerja dan kejadian *burnout syndrome*. Data dikumpulkan melalui wawancara langsung kepada karyawan baik guru maupun staff di SMP Muhammadiyah 2, SMA Muhammadiyah 2, SMK Muhammadiyah 2 dan SMP Muhammadiyah 3 Samarinda.

2. Data Sekunder

Data sekunder dari penelitian ini adalah data pendukung atau data yang diperoleh secara tidak langsung dari orang lain, yaitu berupa laporan, buku pedoman, dan jurnal terdahulu yang membahas terkait hubungan antara stres kerja dengan kejadian *burnout syndrome* di lingkungan kerja.

2.6.2 Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah analisa data yang dilakukan untuk menganalisa frekuensi, nilai minimum, nilai maksimum, mean, pada variable penelitian. Tujuan analisa univariat adalah untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmojo, 2018). Adapun analisis univariat dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis frekuensi dari stres kerja (variabel independent) dan *burnout syndrome* (variabel dependen) serta karakteristik responden.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen, yaitu hubungan antara stres kerja dengan *burnout syndrome* pada karyawan di Sekolah Swasta Samarinda. Analisis ini

dilakukan dengan menggunakan uji *Spearman Rank* dengan tingkat signifikan sebesar 5% ($\alpha = 0,05$). Dasar penggunaan Uji Statistik *Spearman Rank* yaitu data yang akan diolah berisi item-item skala ordinal pada variabel independent dan variabel dependen yang diinterpretasikan sebagai berikut:

- a. Jika nilai $\rho < 0,05$ maka H_0 ditolak, yang artinya terdapat hubungan bermakna antara stres kerja dengan *burnout syndrome* pada karyawan di Sekolah Swasta Samarinda.
- b. Jika nilai $\rho > 0,05$ maka H_0 diterima, yang artinya tidak terdapat hubungan bermakna antara stres kerja dengan *burnout syndrome* pada karyawan di Sekolah Swasta Samarinda.