

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Pendekatan kuantitatif digunakan dalam penelitian ini untuk menyelesaikan masalah yang ada dalam penelitian. Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang menggunakan analisis data berupa numerik atau angka.¹ Jenis penelitian ini adalah jenis asosiatif. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana. Regresi linear sederhana bentuk analisa dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh antar variabel dan hanya memuat dua variabel (variabel X dan Y).² Jadi, dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui pengaruh suatu variabel dengan variabel lainnya.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMAN 8 Banjarmasin yang berlokasi di Jalan SMAN 8, RT. 23, RW. 02, No. 26, Kel. Alalak Tengah, Kec. Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan. Alasan peneliti memilih lokasi ini karena di SMAN 8 Banjarmasin belum ada yang membahas mengenai pengaruh kebermaknaan hidup terhadap stres kerja di era *new normal* pada guru di SMAN 8 Banjarmasin. Selain itu karena saat ini masih di masa peralihan dari masa pandemi ke era *new normal* yang mana awalnya sekolah yang awalnya dilakukan

¹Suryani dan Hendryadi, *Metode Riset Kuantitatif teori dan aplikasi pada penelitian bidang manajemen dan ekonomi Islam* (Jakarta: PRENADAMEDIA GROUP, 2015), 109.

²Amos Neolaka, *Metode Penelitian dan Statistik* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), 137.

secara daring beralih ke pembelajaran tatap muka kembali. Jadi, peneliti ingin mengetahui bagaimana situasi yang dirasakan oleh para guru setelah pembelajaran tatap muka diberlakukan kembali, hal inilah yang menyebabkan peneliti memilih lokasi ini.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah guru di SMAN 8 Banjarmasin. Jumlah subjek keseluruhan di SMAN 8 Banjarmasin berjumlah 52 orang termasuk guru PNS dan guru honorer.

2. Objek Penelitian

Objek penelitian yaitu seluruh variabel yang ada dalam suatu penelitian. Pada penelitian ini ada dua jenis, yaitu variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependent*). Variabel bebas yaitu sebagai variabel yang memberikan pengaruh kepada variabel yang lain, sedangkan variabel terikat yaitu sebagai variabel yang dipengaruhi atau yang dikenai pengaruh oleh variabel lainnya. Dalam penelitian ini, variabel yang digunakan adalah kebermaknaan hidup dan stres kerja guru.

Variabel Bebas (X) : Kebermaknaan Hidup

Variabel Terikat (Y) : Stres Kerja

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi yaitu jumlah dari seluruh individu yang hendak dijadikan sebagai subjek penelitian. Populasi juga dapat diartikan sebagai kumpulan individu yang dari mana data akan didapatkan atau dikumpulkan oleh si peneliti.³ Peneliti menggunakan seluruh guru di SMAN 8 Banjarmasin yaitu 52 orang guru sebagai populasi penelitian.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi, yang mana karakteristik dan sifatnya tidak berbeda dengan karakteristik dan sifat dari populasi. Sampel adalah sebagai kelompok yang mewakili populasi dan akan berperan sebagai responden.⁴ Sampel yang diambil dalam penelitian ini, yaitu guru SMAN 8 Banjarmasin dan dipilih dengan teknik sampling jenuh. Sampling jenuh merupakan pengambilan sampel yang menggunakan semua anggota populasi sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan dengan syarat apabila subjek penelitian kurang dari 30 orang atau jumlah populasi dibawah 100 orang.⁵ Penelitian ini menggunakan seluruh jumlah populasi, yaitu 52 orang guru di SMAN 8 Banjarmasin.

³Neolaka, 41.

⁴Eko Sudarmanto dkk., *Desain Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif* (Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021), 141.

⁵Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2020), 85.

E. Data dan Sumber Data

1. Data

Data dalam penelitian ini data yang digunakan adalah data kuantitatif yaitu, jenis data yang dapat diukur atau dihitung secara langsung dan mengandung keterangan atau penjelasan yang mempunyai hasil baik dalam bentuk bilangan maupun dalam bentuk angka.⁶

a. Data Primer

Data primer atau data tangan pertama adalah data yang didapatkan langsung dari subjek penelitian sebagai sumber informasi dengan mengenakan alat pengumpul data secara langsung pada subjek, seperti melalui angket atau kuesioner.⁷

Data primer (pokok) yang ingin didapatkan oleh peneliti yaitu :

- 1) Tingkat kebermaknaan hidup pada guru di SMAN 8 Banjarmasin.
- 2) Tingkat stres kerja di era *new normal* pada guru di SMAN 8 Banjarmasin.
- 3) Pengaruh kebermaknaan hidup terhadap stres kerja di era *new normal* pada guru di SMAN 8 Banjarmasin.

⁶Pinton Setya Mustafa dkk., *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Olahraga* (Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang, 2020), 26–27.

⁷Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR, 2003), 91.

b. Data Sekunder

Data sekunder atau data tangan kedua adalah data yang didapat melalui pihak lain, artinya peneliti tidak memperolehnya secara langsung dari subjek penelitian.⁸

Data sekunder (penunjang), yaitu data yang sifatnya dapat melengkapi keperluan penelitian diantaranya :

- 1) Gambaran singkat berdirinya SMAN 8 Banjarmasin.
- 2) Visi dan Misi SMAN 8 Banjarmasin.
- 3) Struktur pengajar di SMAN 8 Banjarmasin.

2. Sumber Data

Data dalam penelitian ini telah didapatkan melalui sumber yang beragam yaitu :

- a. Responden penelitian yang merupakan guru di SMAN 8 Banjarmasin yang menjadi sampel penelitian.
- b. Informan penelitian terdiri dari orang atau kelompok yang dapat membantu memberikan informasi terkait hal penting yang tidak didapatkan langsung dari responden. Informan dalam penelitian ini meliputi tata usaha.
- c. Dokumentasi, yaitu berupa data-data terkait gambaran umum sekolah untuk menjelaskan secara singkat profil sekolah.

⁸Azwar, 91.

F. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan dua cara, yaitu dengan menggunakan kuesioner dan wawancara.

1. Kuesioner

Kuesioner atau yang sering disebut dengan angket adalah teknik pengumpulan data dengan cara membagikan pernyataan tertulis kepada responden penelitian.⁹ Kuesioner adalah serangkaian pernyataan tertulis yang dirancang untuk mendapatkan informasi dalam arti laporan tentang pribadinya dan apa yang mereka ketahui.¹⁰ Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis skala *likert*. Pernyataan pada angket ini bersifat tertutup yang ditujukan kepada para guru di SMAN 8 Banjarmasin. Kuesioner dalam penelitian ini berisi variabel penelitian yaitu skala terkait kebermaknaan hidup dan stres kerja guru.

2. Wawancara

Wawancara merupakan proses tanya jawab yang dilakukan secara lisan dengan dua orang atau lebih secara tatap muka mendengarkan secara langsung atau secara tidak langsung melalui alat komunikasi untuk memperoleh informasi atau keterangan.¹¹ Wawancara dilakukan secara langsung oleh peneliti kepada informan untuk mendapatkan data-data yang akan menjadi kepentingan untuk penelitian.

⁹Vivi Herlina, *Panduan praktis mengolah data kuesioner menggunakan SPSS* (Elex Media Komputindo, 2019), 1.

¹⁰Arikunto, *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*, 194.

¹¹Cholid Narbuko dan Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2011), 83.

G. Desain Pengukuran

Pada penelitian ini menggunakan skala kebermaknaan hidup dan skala stres kerja guru untuk mengukur variabel penelitian. Item-item pernyataan pada skala ini terdiri dari item *favorable* dan *unfavorable*. Sistem penilaian dalam skala likert yang digunakan oleh peneliti sebagai berikut :

TABEL 3.1 Skoring Skala *Likert*

| Pernyataan | Sangat Setuju (SS) | Setuju (S) | Tidak Setuju (TS) | Sangat Tidak Setuju (STS) |
|--------------------|--------------------|------------|-------------------|---------------------------|
| <i>Favorable</i> | 4 | 3 | 2 | 1 |
| <i>Unfavorable</i> | 1 | 2 | 3 | 4 |

1. Skala Kebermaknaan Hidup

Pembuatan skala kebermaknaan hidup dalam penelitian ini dibuat berdasarkan teori makna hidup yang dijelaskan oleh Bastaman. Skala kebermaknaan hidup mempunyai 30 item. *Blue print* skala kebermaknaan hidup ditunjukkan pada tabel berikut :

TABEL 3.2 *Blue Print* Skala Kebermaknaan Hidup

| No. | Aspek | Indikator | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> |
|-----|-----------------------|--|------------------|--------------------|
| 1. | Kebebasan Berkehendak | Mampu menentukan sikap saat kondisi-kondisi tertentu | 1, 25 | 6, 20 |
| | | Memiliki keinginan untuk mengubah sikap menjadi lebih baik | 7, 21 | 11, 26 |
| | | Memiliki keinginan untuk berkembang | 10, 19 | 4, 29 |
| | | Mampu untuk bertanggung jawab | 5, 24 | 13, 22 |

| | | | | |
|--------------|-----------------------------|--|-----------|----|
| 2. | Hasrat Untuk Hidup Bermakna | Mampu menjalani kehidupan dengan perjuangan dan penuh semangat agar menjadi seseorang yang bermartabat | 2, 18, 27 | 12 |
| | | Mampu menjadi pribadi yang berguna untuk dirinya, keluarga, dan lingkungan kerja | 9, 16, 23 | - |
| | | Mampu menentukan tujuannya dengan jelas | 3, 14 | 28 |
| 3. | Makna Hidup | Mampu mengambil hikmah di setiap keadaan yang menimpa | 8, 17, 30 | 15 |
| TOTAL | | | 30 | |

2. Skala Stres Kerja

Pembuatan skala stres kerja dalam penelitian ini dibuat berdasarkan teori stres kerja yang dikemukakan oleh Robbin dan Judge. Skala stres kerja mempunyai 28 item. *Blue print* skala stres kerja guru dapat dilihat pada tabel berikut ini :

TABEL 3.3 *Blue Print* Skala Stres Kerja

| No. | Aspek | Indikator | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> |
|-----|------------|---------------------------------------|------------------|--------------------|
| 1. | Fisiologis | Hal yang berhubungan kondisi tubuh | 1, 10, 21 | 5 |
| 2. | Psikologis | Memiliki pikiran-pikiran yang negatif | 4, 16, 25 | 8, 11, 14 |
| | | Emosi Yang Tidak Stabil | 7, 24, 27 | 3, 18 |

| | | | | |
|--------------|----------|---|------------------------------|--------|
| | | Memiliki sikap suka menunda-nunda pekerjaan | 2, 15, 22 | 12, 19 |
| 3. | Perilaku | Memiliki perubahan dalam kebiasaan | 6, 13, 17, 20, 23, 26, 28 | 9 |
| TOTAL | | | 28 | |

3. Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

Validitas yaitu suatu ukuran yang menunjukkan kevalidan suatu alat ukur.¹² Validitas juga dapat diartikan sebagai suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen. Pengujian validitas dapat menggunakan rumus korelasi *product moment* yang dikemukakan oleh Pearson, sebagai berikut :¹³

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel X dan Variabel Y

N : Jumlah responden

$\sum xy$: Jumlah perkalian skor item dan skor nilai

$\sum x$: Jumlah nilai X

$\sum y$: Jumlah nilai Y

x^2 : Jumlah nilai x kuadrat

y^2 : Jumlah nilai y kuadrat

¹²Arikunto, *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*, 211.

¹³Arikunto, 213.

Perhitungan nilai koefisien korelasi dapat dilakukan dengan cara membandingkan harga r_{hitung} dengan r_{tabel} dalam tabel *product moment* sehingga peneliti dapat mengetahui nilai signifikan suatu data tersebut. Instrumen penelitian dianggap valid apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$, sebaliknya apabila harga $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka instrumennya tidak valid. Pengujian validitas yang dilakukan oleh peneliti melalui aplikasi komputer *IBM SPSS Statistic 25,0*.

b. Reliabilitas

Reliabilitas adalah keakuratan atau ketepatan dari instrumen penelitian yang digunakan sebagai alat pengumpulan data.¹⁴ Rumus uji reliabilitas, sebagai berikut :¹⁵

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan :

r_{11} : Reliabilitas instrumen

k : Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah varians butir

σ_t^2 : Varians total

Peneliti dalam melakukan uji reliabilitas menggunakan bantuan aplikasi komputer *IBM SPSS Statistic 25,0*.

¹⁴Arikunto, 221.

¹⁵Arikunto, 239.

H. Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan untuk semua kegiatan penelitian baik penelitian kualitatif ataupun kuantitatif. Adapun cara pengolahan data yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini, yaitu :

1. Editing Data

Editing data adalah proses memeriksa kembali kelengkapan dari isi kuesioner yang diberikan kepada subjek penelitian. Tujuan dari pengeditan ini adalah untuk mengurangi kesalahan atau kekurangan yang ada di dalam daftar pertanyaan yang telah diisi.¹⁶

2. Skoring

Skoring adalah tahap untuk pemberian skor pada setiap jawaban responden, jawaban (SS) Sangat Setuju = skor 4, (S) Setuju = skor 3, (TS) Tidak Setuju = skor 2, dan (STS) Sangat Tidak Setuju = skor 1 untuk item *favorable*. Untuk item *unfavorable* maka teknik skoring dilakukan berkebalikan dari item *favorable*.

3. Tabulasi

Tabulasi adalah tahap pembuatan tabel, yang mana jawaban-jawaban dimasukkan ke dalam tabel dan sudah diberi kode kategori di setiap jawaban.¹⁷

4. Interpretasi Data

Interpretasi data adalah tahap menggabungkan hasil analisis data yang telah dikumpulkan sebelumnya dengan tujuan memberikan jawaban atas rumusan masalah yang telah diajukan.

¹⁶Narbuko dan Achmadi, *Metodologi Penelitian*, 153.

¹⁷Narbuko dan Achmadi, 155.

I. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data atau disebut juga dengan pengolahan data adalah serangkaian kegiatan mengumpulkan dan mengkaji hasil pengumpulan data untuk memberikan makna dan nilai yang terkandung dalam data tersebut.¹⁸ Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan bantuan aplikasi komputer berupa *IBM SPSS Statistic* versi 25,0 untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh kebermaknaan hidup terhadap stres kerja pada guru pada sampel penelitian.

¹⁸Sandu Siyoto dan Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 109.