

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian Dan Pendekatannya

Penelitian ini dilakukan berdasarkan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif ialah data yang dikumpulkan merupakan data kuantitatif dan pengolahan data dilakukan menggunakan teknik statistik.¹ Berikut beberapa karakteristik dari penelitian kuantitatif yang membedakan dengan penelitian kualitatif,² yaitu :

1. Pengukuran fakta dilakukan dengan instrumen dan skala yang sudah berstandar
2. Bersifat bebas nilai
3. Reliabelitas merupakan salah satu faktor penting terhadap alat ukur yang digunakan
4. Tidak tergantung konteks terhadap permasalahan yang diteliti
5. Hanya fokus pada variabel yang telah ditetapkan
6. Memiliki banyak subyek
7. Sampel dan analisis statistik
8. Bisa dilakukan generalisasi pada hasil.

Penelitian ini memakai metode pendekatan kuantitatif deskriptif, Lokasi Penelitian metode yang bertujuan untuk mengolah gambar atau deskriptif tentang

¹A Muri Yusuf, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan* (Jakarta: Kencana, 2014), 43.

²Eri Barlian, *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (Padang: Sukabina Press, 2016), 22.

suatu keadaan secara objektif yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dan hasilnya.³

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Kejuruan Yayasan Pendidikan Teknologi Banjarmasin di Jl. Rawasari Ujung, di kelurahan Teluk Dalam, Banjarmasin, Kalimantan Selatan. Subjek dari penelitian ini merupakan tenaga pendidik di SMK YPT Banjarmasin Tersebut.

B. Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian atau gejala/satuan yang ingin diteliti. Populasi dari penelitian ini adalah guru di SMK YPT Banjarmasin. Adapun kriteria populasi yang diinginkan oleh peneliti ialah guru yang masih aktif mengajar di SMK YPT Banjarmasin. Kriteria tersebut berjumlah 40 orang. Sedangkan sampel ialah bagian dari populasi. Menurut Roscoe, bahwa sampel yang berukuran dari $n > 30$ dan $n < 500$ dikatakan cukup layak bagi riset pada umumnya. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik sampling jenuh.

Teknik sampling jenuh merupakan salah satu teknik pengambilan sampel bila keseluruhan anggota populasi digunakan sebagai sampel. Teknik sampling jenuh seringkali digunakan apabila keseluruhan populasi yang akan diteliti relatif kecil.⁴ Dikarenakan guru yang mengajar di SMK YPT Banjarmasin berjumlah 46 orang, maka peneliti mengambil keseluruhan populasi yang berjumlah 46 orang.

³Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kuantitatif* (Sleman: Deepublish, 2018), 1.

⁴Masayu Rosyidah dan Rafiq Fijra, *Metode Penelitian* (Sleman: Deepublish, 2021), 131.

C. Data Dan Sumber Data

Menurut Arikunto bahwa data adalah hasil pencatatan peneliti baik yang berupa angka maupun fakta.⁵ Data dari penelitian ini ada menggunakan data berupa literatur, lapangan, serta melalui online.

Adapun sumber data yang dilakukan dari penelitian ini, yaitu :

1. Data primer : data yang diambil secara langsung ataupun diperoleh dari lokasi penelitian atau sampel penelitian
2. Data sekunder : data yang bukan asli memuat informasi atau data penelitian.

D. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan salah satu prosedur dalam penelitian yang sangat penting. Pengumpulan dilaksanakan setelah perumusan teori. Dalam penelitian ini dilakukan beberapa teknik dalam mengumpulkan data-data yang diperlukan, yaitu: skala stres kerja adaptasi dari Rusni. Skala bisa dilakukan secara *offline*. Penelitian ini menggunakan skala online yang dilakukan melalui platform *google form*.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Nama dari skala ini diambil dari nama pencetusnya yaitu Rensis Likert, yang merupakan ahli psikolog Amerika Serikat. Responden diberikan pilihan untuk menjawab dari pernyataan yang tersedia dan memilih salah satu dari 4 jawaban tersebut. Skor Jawaban dari keempat tersebut yaitu: Sangat Setuju dengan nilai skor 4, Setuju

⁵Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), 100.

dengan nilai skor 3 Tidak Setuju dengan skor 2, dan Sangat Tidak Setuju dengan skor 1.

E. Instrumen Penelitian

Skala dari penelitian mengambil dari teori Cooper tentang stres kerja. Menurut Cooper stres kerja adalah respon internal ataupun eksternal yang mencapai batas ketengangan fisik dan psikologis ataupun melebihi batas kinerja subjek.

1. Blue Print Stres Kerja

Skala dalam penelitian skala yang diadopsi dari skala stress kerja yang telah valid dan reliabel dari penelitian Rafita Rusni dikarenakan pada penelitian tersebut menggunakan variabel yang sama yaitu Stres kerja dan juga memakai subjek yang hampir sama yaitu Guru.

Tabel 3. 1 Blue Print Stres Kerja

No	Dimensi	Indikator	Item	
			Favorable	Unfavorable
1	Pekerjaan Itu Sendiri	Pekerjaan Sulit	2,7, 13	-
		Keselamatan pekerjaan		
		tanggung jawab		
2	Manajemen Peran	Tentang Pekerjaan	5,8,12,14	-
		Ketidajelasan Peran		
		tugas yang tidak sesuai		
		Peran yang tidak sesuai		
3		Masalah dengan rekan kantor	1,9	-

	Hubungan Interpersonal	Merasa terasingkan di tempat kerja		
4	Gaya Organisasi	ketidak pedulian atasan terhadap masalah anggota	6,10,15	-
		Gaji		
		kurang dapatkan perhatian perusahaan atas kinerja		
5	Pengembangan Karir	pekerjaan tidak terselesaikan	3,11	-
		Hak pekerjaan		
6	Konflik Keluarga-Kerja	keuangan keluarga	4, 16	-
		kurangnya pemahaman keluarga mengenai pekerjaan		

2. Skala Kuesioner Stres Kerja

Tabel 3. 2 Skala Kuesioner Stres Kerja

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya memiliki masalah dengan rekan kerja saya				
2	pekerjaan saya sangat sulit sehingga saya terbebani				
3	hak saya tidak dipenuhi				
4	saya memiliki masalah keuangan di keluarga				
5	saya tidak tau tentang banyak pekerjaan				
6	tempat kerja saya tidak menanggapi kinerja saya dengan baik				
7	saya khawatir akan keselamatan pekerjaan saya				

8	pekerjaan saya belum dijelaskan dengan baik				
9	saya merasa terasingkan di tempat kerja				
10	para pimpinan tidak membantu permasalahan saya				
11	saya cemas tidak mendapatkan program kerja jika program kerja saya sebelumnya tidak selesai				
12	kadang-kadang saya menerima posisi yang berbeda pada saat yang sama				
13	saya takut akan tanggung jawab yang besar				
14	terkadang saya menerima pekerjaan yang berbeda dari pimpinan pekerjaan				
15	sistem gaji tidak masuk akal				
16	anggota keluarga saya tidak memahami dan mendukung pekerjaan saya				

F. Desain Pengukuran

1. Validitas

Kuesioner dikatakan valid jika kuesioner tersebut mampu menjelaskan dan mengukur apa yang hendak diukur oleh kuesioner tersebut. Validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas dari penelitian terdahulu. Dan validitas penelitiannya menggunakan validitas isi. Menurut Gregory bahwa validitas isi ialah sejauh mana pernyataan, pernyataan dalam sebuah kuesioner dapat mewakili secara keseluruhan. Penentuan kriteria untuk proporsi masing-masing pokok pembahasan

ataupun sub bahasan bisa melalui pendapat para ahli dalam bidang yang berkaitan (*Professional Judgement*).⁶

2. Reliabilitas

Reliabilitas dalam sebuah kuesioner atau indikator jika dalam jawaban responden terhadap pernyataan kuesioner tersebut konsisten kapanpun. Uji reliabilitas dalam penelitian instrumen di dalam penelitian ini menggunakan rumus *alpha*. Rumus *alpha* sebagai berikut:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum s_j^2}{s_x^2} \right)$$

α = Koefisien reliabilitas *Alpha*

k = Banyak butir pertanyaan

s_j^2 = Varian Butir soal

s_x^2 = Varian skor total

G. Teknik Analisis Data

1. Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis data menggunakan analisis statistik. Analisis yang dilakukan terhadap data-data yang berbentuk angka atau kuantitatif untuk mengetahui gambaran tingkat stres kerja pada guru SMK YPT Banjarmasin. Hal ini dilakukan dengan software SPSS versi 22 *for windows*.

Analisis dilakukan dengan metode analisis statistik deskriptif.⁷ Statistik deskriptif ialah salah satu metode statistika yang menjelaskan tentang cara

⁶Djaali dan Pudji Muljono, *Pengukuran Dalam Bidang Pendidikan* (Grasindo, t.t.), 51.

⁷Abuzar Asra, dkk, *Metode Penelitian Survei* (Bogor: IN MEDIA, 2015), 186.

pengumpulan, penyajian serta kesimpulan data sehingga dapat dihasilkan informasi yang lebih mudah dimengerti. Informasi yang didapat dari statistik deskriptif bisa berupa pemusatan data, ukuran penyebaran data, ukuran letak, dan kecenderungan suatu gugus. Analisis statistik deskriptif berguna untuk melihat bagaimana distribusi serta perilaku data dilihat dari standar deviasi, nilai minimal, nilai maksimal, mean dari setiap variabelnya.