

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif yang tujuannya untuk mengukur pengaruh *Work-Life Balance* terhadap Beban Kerja Pegawai di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin. Penelitian kuantitatif berusaha untuk menampilkan penggunaan alat instrumen tertentu dalam mengumpulkan data, mengaplikasikan analisis data yang sifatnya kuantitatif atau statistik, serta memfokuskan aspek pengukuran objektif terhadap sebuah fenomena sosial¹. Peneliti juga menggunakan pengujian korelasi, yakni sebuah metode penelitian yang digunakan untuk menjelaskan dua atau lebih fakta dan karakteristik yang ada pada objek yang sedang diteliti. Dengan demikian, tujuan digunakannya metode penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih mendalam tentang pengaruh *work-life balance* terhadap beban kerja pegawai di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin. Kantor Dinas tersebut berada di Jalan Brigjend H. Hasan Basri Komplek Simpang Tangga Jalur II Nomor 03 Kelurahan Alalak Utara,

¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013).

Kecamatan Banjarmasin Utara, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Fokus dari penelitian ini adalah seorang individu dalam lingkungan penelitian yang memberikan rincian mengenai situasi dan keadaan di lokasi penelitian, yang disebut sebagai penyedia informasi². Subjek yang peneliti gunakan adalah pegawai aktif yang bekerja di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin. Pegawai yang termasuk dalam subjek penelitian ini mencakup semua tingkatan jabatan dan berbagai bidang yang ada di dinas tersebut.

2. Objek Penelitian

Objek penelitian merupakan kondisi atau fenomena yang mendeskripsikan atau menjelaskan suatu situasi tertentu dari objek yang akan diteliti, dengan tujuan memperoleh gambaran yang jelas dalam penelitian tersebut³. Variabel juga dikenal sebagai objek penelitian. Komponen-komponen yang membentuk sebuah penelitian disebut variabel. Variabel-variabel tersebut dipisahkan menjadi variabel dependen (terikat) dan independen (bebas). Sebuah variabel dianggap independen

² Nuning Indah Pratiwi, "Penggunaan Media Video Call Dalam Teknologi Komunikasi," *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial* 1, no. 2 (2017): 202–24.

³ Neng Siti Hamidah and Reihana Jannati Hakim, "Peran Sosial Media Atas Perilaku Konsumtif Belanja Bagi Ibu Rumah Tangga Di Desa Lebaksari Kec.Parakansalak," *Jurnal Riset Ilmiah* 2, no. 3 (2023): 682–86.

jika dapat mempengaruhi atau berdampak pada variabel lain, yang dikenal sebagai variabel dependen, dan dependen jika dipengaruhi oleh variabel lain, yang dikenal sebagai variabel independen. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

- 1) Variabel Bebas (X): *Work-Life Balance*
- 2) Variabel Terikat (Y): Beban Kerja Pegawai

Penelitian ini memiliki tujuan untuk memahami bagaimana *work-life balance* mempengaruhi beban kerja yang dirasakan oleh pegawai di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Seluruh kelompok orang memiliki ciri-ciri tertentu dan dipilih oleh peneliti untuk diperiksa, yang mengarah pada pembentukan kesimpulan, disebut sebagai populasi⁴. Seluruh partisipan dalam penelitian ini adalah pegawai aktif di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin. Berdasarkan informasi yang diberikan, terdapat 67 pegawai yang masih aktif.

2. Sampel

Dalam studi, sekelompok individu tertentu yang dipilih dari populasi yang lebih besar dikenal sebagai sampel. Proses pemilihan

⁴ Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*.

sampel dapat melibatkan beberapa strategi, seperti pengambilan sampel acak, pengambilan sampel terstratifikasi, atau pendekatan lain yang sesuai dengan kebutuhan studi. Ketika memutuskan ukuran sampel, jika total jumlah orang di bawah 100, disarankan untuk memasukkan seluruh populasi sebagai peserta. Di sisi lain, ketika populasi melebihi 100 individu, sampel yang berukuran sekitar 10% hingga 15%, 20% hingga 25%, atau bahkan persentase yang lebih tinggi dapat dipilih, berdasarkan tujuan dan pertimbangan peneliti⁵. Metode yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini yakni *total sampling*. Total sampling merupakan metode di mana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Pengambilan sampel total mengacu pada strategi di mana setiap individu dalam populasi dimasukkan sebagai bagian dari sampel. Teknik ini dipilih karena jumlah populasi dalam penelitian ini kurang dari 100 orang, yaitu sebanyak 67 responden, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Penggunaan *total sampling* bertujuan untuk meminimalkan kemungkinan kesalahan pengambilan sampel serta diharapkan mampu memberikan hasil yang lebih akurat dan representatif terhadap kondisi sebenarnya di lapangan.

⁵ Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002).

E. Data dan Sumber Data

Dalam penelitian ini akan digunakan data dan sumber data seperti sebagai berikut:

1. Data

Data dalam penelitian ini berbasis pada data numerik atau bilangan yang dianalisis menggunakan metode statistik, yang merupakan karakteristik dari penelitian kuantitatif.

- a. Data primer dalam penelitian ini merupakan hasil dari skala responden terkait “Pengaruh *Work-Life Balance* terhadap Beban Kerja Pegawai di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin”. Data yang dikumpulkan mencakup tingkat *Work-Life Balance* yang dirasakan oleh pegawai, yang meliputi pembagian waktu, keterlibatan emosional, dan kepuasan dalam peran pekerjaan serta kehidupan pribadi, serta tingkat Beban Kerja yang dialami oleh pegawai, termasuk jumlah tugas, tekanan waktu, dan stres kerja.
- b. Data sekunder diperoleh mencakup informasi tentang jumlah pegawai serta struktur organisasi Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin.

2. Sumber Data

Segala informasi yang menyediakan data-data yang dibutuhkan oleh peneliti disebut sebagai sumber data. Sumber data primer dan sekunder yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut.

- a. Sumber data primer diperoleh dengan mengumpulkan jawaban secara langsung dari partisipan. Dalam penelitian ini, partisipan adalah pegawai saat ini dari Dinas Perdagangan dan Perindustrian di Kota Banjarmasin yang berpartisipasi dalam survei pembagian kuesioner dan wawancara
- b. Sumber data sekunder berasal dari berbagai sumber seperti jurnal, buku atau e-book, tesis, artikel, dan materi lain yang relevan dengan studi ini. Selain itu, data sekunder mencakup berkas internal dari Dinas Perdagangan dan Perindustrian di Kota Banjarmasin.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan berbagai pendekatan untuk menjamin bahwa informasi yang diperoleh adalah akurat dan komprehensif. Metode yang digunakan meliputi kuesioner dan wawancara, serta pengumpulan data sekunder dari berbagai sumber tertulis.

1. Angket: Angket (kuesioner) adalah metode yang digunakan untuk pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan sejumlah pertanyaan

atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab⁶. Angket digunakan sebagai instrumen utama dalam mengumpulkan data primer dari responden. Angket ini terdiri dari pertanyaan-pertanyaan terstruktur dengan skala likert yang dirancang untuk mengukur tingkat *Work-Life Balance* dan Beban Kerja Pegawai di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin.

2. Wawancara: Wawancara digunakan sebagai metode yang digunakan untuk pengumpulan data ketika peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk mengidentifikasi masalah yang perlu diteliti, serta ketika peneliti ingin mendapatkan informasi mendalam dari responden, terutama jika jumlah respondennya sedikit. Wawancara terstruktur diterapkan jika peneliti atau pengumpul data sudah memiliki gambaran jelas tentang informasi yang ingin diperoleh⁷. Wawancara dilakukan untuk mengumpulkan informasi tambahan terkait keadaan dan permasalahan yang terjadi di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin. Wawancara ini bertujuan untuk memperoleh wawasan yang lebih mendalam mengenai situasi saat ini terkait *work-life balance* dan beban kerja pegawai. Proses wawancara dilakukan dengan beberapa pegawai untuk menggali lebih jauh mengenai tantangan yang mereka hadapi dan pengalaman mereka dalam konteks *work-life balance* serta beban kerja. Melalui wawancara ini, peneliti dapat memperoleh penjelasan yang lebih detail dan kontekstual mengenai isu-isu yang mungkin tidak sepenuhnya terungkap dalam kuesioner⁸.

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D*.

⁷ Sugiyono.

⁸ Sugiyono.

3. Observasi: Observasi sebagai metode yang digunakan untuk pengumpulan data memiliki karakteristik yang membedakannya dari wawancara dan kuesioner. Salah satu bentuk observasi adalah *participant observation*, di mana peneliti terlibat dalam aktivitas sehari-hari orang-orang yang sedang diteliti atau yang menyediakan data untuk penelitian tersebut. Dengan menggunakan teknik ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang keadaan dan konteks yang sedang diperiksa, meningkatkan ketepatan dan keterperincian informasi yang terkumpul⁹. Observasi digunakan sebagai metode pengumpulan data untuk studi pendahuluan dengan tujuan memahami konteks dan situasi di lapangan. Dalam observasi, peneliti secara langsung mengamati aktivitas dan interaksi sehari-hari di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin.

G. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah perangkat yang dirancang untuk mengumpulkan data sesuai dengan tujuan studi. Instrumen ini berfungsi sebagai sarana di mana para ilmuwan mengumpulkan informasi yang tepat dan relevan. Ketika instrumen yang tepat digunakan, proses pengumpulan data dapat dilakukan dengan lebih sistematis dan efektif. Dalam studi ini, instrumen yang digunakan untuk menilai variabel mencakup dua kategori, yang dijelaskan sebagai berikut.

⁹ Sugiyono.

1. Variabel *Work-Life Balance*

Instrumen yang digunakan dalam pengukuran variabel *work-life balance* pada penelitian ini merujuk pada sebuah skala yang telah dikembangkan oleh Gwenith G. Fisher, Carrie A. Bulger, dan Carlla S. Smith, sebagaimana dipublikasikan dalam *Journal of Occupational Health Psychology* melalui artikel berjudul “*Beyond Work and Family: A Measure of Work/Nonwork Interference and Enhancement*”¹⁰.

Peneliti dalam penelitian ini mengadaptasi instrumen tersebut dari penelitian yang dilakukan oleh Gianti Gunawan, Yus Nugraha, Marina Sulastiana, dan Diana Harding dalam studi mereka yang berjudul “*Reliabilitas dan Validitas Konstruksi Work Life Balance di Indonesia*”. Kuesioner yang digunakan terdiri dari 17 item pernyataan dan telah dialihbahasakan ke dalam Bahasa Indonesia oleh lembaga penerjemah bersertifikat. Selain itu, instrumen ini telah melalui proses validasi ahli (*expert validity*) oleh tiga orang pakar di bidang terkait. Berdasarkan pengujian oleh Gunawan dan rekan-rekannya, instrumen ini terbukti valid dan reliabel. Validitas diuji menggunakan metode *Standardized Loading Factor* (SLF) dengan hasil $SLF > 0,5$, yang menunjukkan bahwa seluruh item dinyatakan valid. Sementara itu, reliabilitas diuji dengan pendekatan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA), yang menghasilkan nilai *Construct*

¹⁰ Fisher, Bulger, and Smith, “Beyond Work and Family: A Measure of Work/Nonwork Interference and Enhancement.”

Reliability (CR) > 0,7 dan *Variance Extracted* (VE) > 0,5, yang mengindikasikan bahwa skala ini mempunyai tingkat reliabilitas yang baik¹¹. Maka karena itu, peneliti menggunakan skala ini dalam pengumpulan data untuk mengukur tingkat *work-life balance* responden, dengan keyakinan bahwa instrumen tersebut telah terbukti layak secara ilmiah dan sesuai untuk konteks penelitian di Indonesia.

Tabel 3.1 Blueprint Skala *Work-Life Balance*

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		<i>Fav.</i>	<i>Unfav.</i>	
<i>Demands</i>	<i>Work Interference with Personal Life</i> (WIPL)	-	1, 2, 3, 4, 5	5
	<i>Personal Life Interference with Work</i> (PLIW)	-	6, 7, 8, 9, 10, 11	6
<i>Resources</i>	<i>Work Enhancement of Personal Work</i> (WEPL)	12, 13, 14	-	3
	<i>Personal Life Enhancement of Work</i> (PLEW)	15, 16, 17	-	3
Jumlah		6	11	17

2. Variabel Beban Kerja

Instrumen beban kerja dikembangkan Valerie J. Gawron. Skala ini terdiri dari tiga aspek, yaitu beban mental, beban usaha dan beban waktu¹².

Peneliti dalam penelitian ini mengadaptasi beban kerja dari penelitian sebelumnya yang berjudul "Pengaruh Beban Kerja dan *Work-*

¹¹ Gunawan et al., "Reliabilitas Dan Validitas Konstruk Work Life Balance Di Indonesia."

¹² J. Gawron, *Human Performance, Workload, and Situational Awareness Measures Handbook*.

Life Balance Terhadap Kepuasan Kerja Pada Karyawan Generasi Z" oleh Endy Susilo . Skala hasil adaptasi ini terdiri dari 22 aitem dengan nilai reliabilitas sebesar 0,732. Maka karena itu, peneliti tidak melakukan uji coba (*try out*) karena skala ini telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas yang baik.

Tabel 3.2 Blueprint Skala Beban Kerja

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		<i>Fav.</i>	<i>Unfav.</i>	
Beban Usaha	Kelelahan Dalam Bekerja	1, 3	2	3
	Organisasi Kerja	4	-	1
Beban Waktu	Pekerjaan Diluar Jam Kerja	5, 8	6, 7	4
	Tenggat Pekerjaan yang Mepet	9, 10, 12	11, 13	5
Beban Mental	Sulit Berkonsentrasi Saat Bekerja	14, 15, 17	16	4
	Perubahan Perilaku Dalam Bekerja	18, 19, 20, 21	22	5
Jumlah		15	7	22

H. Desain Pengukuran

Metode pengukuran yang digunakan dalam studi ini menggunakan skala Likert dengan rentang yang berbeda, konsisten dengan skala yang ditemukan dalam penelitian sebelumnya. Item-item dalam angket terdiri dari pernyataan yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. Pernyataan *favorable* adalah menyoroti aspek-aspek yang menguntungkan dan mendukung

variabel, sementara pernyataan *unfavorable* menyajikan pernyataan negatif dan pandangan yang tidak sejalan dengan aspek-aspek variabel tersebut¹³. Responden diminta untuk memberikan jawaban berdasarkan skala Likert yang tersedia dalam kuesioner. Data dikumpulkan menggunakan empat alat ukur yang berbeda. Penilaian untuk item dalam alat ukur tersebut dikategorikan sebagai berikut:

1. Sangat Setuju (SS): Digunakan apabila responden sepenuhnya setuju dengan pernyataan yang diajukan.
2. Setuju (S): Dipilih apabila responden umumnya setuju dengan pernyataan tersebut.
3. Tidak Setuju (TS): Dipilih apabila responden tidak setuju dengan pernyataan yang disampaikan.
4. Sangat Tidak Setuju (STS): Digunakan apabila responden sangat tidak setuju dengan pernyataan yang diberikan.

Tabel 3.3 Teknik Pengukuran Menggunakan Skala Likert

Jawaban	Keterangan	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
SS	Sangat Setuju	4	1
S	Setuju	3	2
TS	Tidak	2	3
STS	Sangat Tidak Setuju	1	4

¹³ Taufikur Rohman, Nyoman Dantes, and I Ketut Gading, "Pengembangan Skala Kedisiplinan Belajar Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan," *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia* 6, no. 1 (2021): 80–88, <https://doi.org/10.23887/XXXXXX-XX-0000-00>.

I. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Proses pengolahan data melibatkan beberapa tahapan yang perlu dilalui Untuk menjamin hasil yang valid dan dapat diandalkan, proses pemrosesan data memerlukan beberapa tahapan yang harus dilalui. Berikut ini adalah tahapan pengolahan data:

- a. Pengumpulan Data: Pada tahap ini, informasi penting dikumpulkan menggunakan alat yang telah dibuat sebelumnya, seperti survei dan wawancara. Informasi primer bersumber langsung dari peserta, sedangkan informasi sekunder diperoleh dari dokumen yang relevan dan literatur akademis.
- b. Penyuntingan (*Editing*): Penyuntingan dalam analisis mengacu pada proses memastikan bahwa alat pengumpulan data yang digunakan lengkap dan jelas. Ini melibatkan verifikasi bahwa semua pertanyaan dalam survei dijawab sepenuhnya dan bahwa jawaban yang diberikan dapat dipahami dan koheren.
- c. Pengodean (*Coding*): Pengodean adalah metode mengenali dan mengategorikan respons peserta dengan memberikan kode numerik untuk setiap jawaban sesuai dengan variabel yang diperiksa.
- d. Tabulasi: Pada tahap ini, data yang dikodekan diorganisir ke dalam tabel. Proses ini mencakup entri data, penyusunan, dan perhitungan data

sehingga data siap untuk dianalisis. Tabulasi membantu mengorganisir data, sehingga memudahkan interpretasi dan analisis lebih lanjut.

- e. Interpretasi Data: Setelah data ditabulasi dan dianalisis, langkah berikutnya adalah interpretasi data. Tahap ini berfokus pada menginterpretasikan hasil analisis statistik untuk memahami hubungan antara variabel yang sedang diperiksa. Menganalisis data dapat membantu dalam menjawab pertanyaan penelitian dan memverifikasi hipotesis yang diusulkan¹⁴.

J. Teknik Analisis Data

Setelah semua data penelitian dikumpulkan, tahap berikutnya adalah melakukan analisis data. Analisis data merupakan prosedur pengelompokan, penafsiran, pengolahan, dan verifikasi data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data penelitian.

1. Uji Instrumen

a. Validitas

Sejauh mana data yang dikumpulkan dari objek penelitian sesuai dengan kenyataan di lapangan disebut validitas. Dalam istilah yang lebih sederhana, jika informasi yang diberikan oleh peneliti sesuai dengan data nyata yang terkait dengan subjek penelitian, maka informasi tersebut dianggap valid¹⁵. Tujuan dari penilaian

¹⁴ Karimuddin Abdullah et al., *Metdologi Penelitian Kuantitatif*, 2022, <http://penerbitzaini.com>.

¹⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D*.

validitas adalah untuk menentukan apakah alat penelitian dapat diandalkan untuk mengukur variabel yang sedang diselidiki¹⁶.

b. Reliabilitas

Reliabilitas data dicapai ketika beberapa peneliti memeriksa subjek yang sama dan mengumpulkan informasi yang sebanding, atau ketika seorang peneliti mencapai temuan yang sama pada kesempatan yang berbeda, sehingga memastikan bahwa keandalan data terpenuhi. Selanjutnya, reliabilitas dapat dinilai dengan membagi satu set data menjadi dua bagian dan memastikan bahwa hasilnya tidak jauh berbeda secara signifikan¹⁷. Teknik yang digunakan untuk menguji reliabilitas ini adalah *Cronbach's Alpha*.

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Metode yang digunakan untuk menilai apakah pengumpulan data berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau mematuhi distribusi normal disebut sebagai uji normalitas. Distribusi normal memiliki simetri dan memiliki nilai yang sama untuk rata-rata, median, dan modus. Melakukan uji ini sangat penting untuk memastikan bahwa asumsi statistik yang diterapkan dalam analisis

¹⁶ Slamet Widodo et al., *Buku Ajar Metode Penelitian*, 2014.

¹⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D*.

data terpenuhi, memastikan bahwa hasil analisis baik valid maupun dapat diandalkan¹⁸.

b. Uji Linearitas

Tujuan dari penilaian linearitas adalah untuk menentukan apakah ada hubungan linear yang signifikan antara dua atau lebih variabel yang sedang diperiksa. Ketika model regresi selaras dengan data saat ini, wawasan yang diperoleh dari analisis menjadi lebih dapat diandalkan dan tepat. Selain itu, uji linearitas membantu dalam mengidentifikasi kemungkinan adanya pola-pola yang tidak terduga dalam data, yang dapat mempengaruhi kesimpulan penelitian¹⁹.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk mengidentifikasi pelanggaran terhadap asumsi standar heteroskedastisitas, yang merujuk pada perbedaan dalam varians residual di berbagai pengamatan dalam model regresi. Melakukan uji ini sangat penting untuk mengonfirmasi bahwa hasil estimasi model regresi dapat dipercaya dan tidak dipengaruhi oleh variasi tidak teratur dalam kumpulan data²⁰.

¹⁸ Nuryadi et al., *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*, 1st ed. (Yogyakarta: SIBUKU MEDIA, 2017), www.sibuku.com.

¹⁹ Cruisietta Kaylana Setiawan and Sri Yanthy Yanthy, "Pengaruh Green Marketing Dan Brand Image Terhadap Keputusan Pembelian Produk The Body Shop Indonesia," *Jurnal Ilmiah M-Progress* 10, no. 1 (November 2020): 1–9.

²⁰ Aminatus Zahriyah et al., *Ekonometrika: Teknik Dan Aplikasi Dengan SPSS*, 1st ed. (Jember: Mandala Press, 2021).

d. Regresi Linear Sederhana

Regresi linier sederhana memeriksa sifat hubungan dan dampak yang dianggap konstan dari satu variabel independen (X) terhadap satu variabel dependen (Y). Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk menentukan bagaimana variasi pada variabel X dapat mempengaruhi variabel Y, sehingga memungkinkan peneliti untuk mendapatkan wawasan dan membuat prediksi tentang hubungan antara kedua variabel ini²¹.

3. Uji Hipotesis

Konsep pengujian hipotesis merujuk pada teknik yang digunakan untuk menilai kebenaran sebuah hipotesis statistik mengenai populasi, yang bergantung pada informasi yang dikumpulkan dari sampel populasi tersebut. Tujuan dari pengujian hipotesis adalah untuk menilai apakah data sampel memberikan bukti yang cukup untuk mendukung atau menolak hipotesis asli. Prosedur ini mencakup penetapan ambang signifikansi, melakukan penilaian statistik, dan menganalisis hasil untuk menarik kesimpulan yang valid dan dapat diandalkan. Melalui uji hipotesis, peneliti dapat membuat keputusan berdasarkan data empiris dan memperkuat validitas hasil penelitian²².

²¹ Widodo et al., *Buku Ajar Metode Penelitian*.

²² Nuryadi et al., *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*.

a. Uji T (Uji Hipotesis Parsial)

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji t sebagai teknik untuk menguji hipotesis. Uji t berfungsi sebagai metode dalam analisis regresi untuk menilai signifikansi dampak masing-masing variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) secara individu atau parsial. Sederhananya, tujuan dari tes ini adalah untuk memastikan apakah setiap variabel independen memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen secara mandiri, sesuai dengan nilai koefisien regresi.²³.

Pengujian dilakukan dengan menilai nilai t yang dihitung terhadap nilai t yang terdaftar pada ambang signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Penilaian ini bertujuan untuk mengidentifikasi apakah variabel independen berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Kriteria untuk mengambil keputusan dijelaskan di bawah ini:

- 1) Apabila $t \text{ hitung} \geq t \text{ tabel}$, maka variabel independen dianggap memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen.
- 2) Apabila $t \text{ hitung} < t \text{ tabel}$, maka variabel independen tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen²⁴.

b. Uji Koefisien Determinasi (R Square)

²³ Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian Lengkap, Praktis, Dan Mudah Dipahami* (Yogyakarta: Pustaka Baru Press., 2020).

²⁴ Moch Irzad Aditya Imran, "Pengaruh Kepuasan Pelanggan Terhadap Minat Beli Ulang," *Jurnal Profitability Fakultas Ekonomi Dan Bisnis 2*, no. 1 (2018): 50–64.

Metrik yang menunjukkan sejauh mana variabel independen menjelaskan fluktuasi pada variabel dependen dalam model regresi dikenal sebagai koefisien determinasi (R^2). Nilai R^2 berkisar dari 0 hingga 1, dengan nilai yang mendekati 1 menunjukkan kemampuan model yang lebih kuat untuk menjelaskan fluktuasi tersebut. Di sisi lain, nilai R^2 yang rendah menunjukkan bahwa variabel independen memainkan peran minimal dalam menjelaskan variasi pada variabel dependen²⁵.

Dengan menggunakan bantuan program komputer *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), peneliti dapat melakukan analisis statistik yang diperlukan untuk mengevaluasi pengaruh antara kedua variabel tersebut dengan akurat dan jelas.

K. Sistematika Penulisan

Untuk memastikan penelitian ini tersusun dengan sistematis dan terarah, maka peneliti membagi sistematika penelitian menjadi beberapa bab, di antaranya yaitu:

1. Bab Pertama yaitu pendahuluan yang berisikan penjelasan mengenai latar belakang masalah dalam penelitian ini yang berjudul Pengaruh *Work-Life Balance* terhadap Beban Kerja Pegawai di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin, rumusan masalah, tujuan dan signifikansi

²⁵ Nur. Ghandi Mahesti and Zulaikha, "Pengaruh Manajemen Laba Terhadap Pengungkapan Corporate Social Responsibility," *Diponegoro Journal of Accounting* Vol. 8, no. No. 1 (2019): 1–12.

penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, serta sistematika penulisan.

2. Bab Kedua membahas kajian teori dan kerangka pikir yang terkait dengan penelitian. Dalam bab ini, akan dijelaskan secara mendalam mengenai variabel-variabel utama penelitian, yaitu *Work-Life Balance* dan Beban Kerja. Bagian ini mencakup definisi *Work-Life Balance* dan Beban Kerja, serta berbagai aspek yang mempengaruhi kedua variabel tersebut. Selain itu, akan diuraikan faktor-faktor yang memengaruhi *Work-Life Balance* dan Beban Kerja dalam konteks pekerjaan di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin, aspek, indikator, kerangka pikir, serta hipotesis penelitian. Bab ini juga akan menyertakan teori-teori tambahan yang mendukung pemahaman dan pelaksanaan penelitian ini, sehingga memberikan dasar yang kuat untuk analisis dan interpretasi data yang akan dilakukan.
3. Bab Ketiga berisikan tentang metode penelitian yang mencakup pendekatan penelitian, lokasi penelitian, subjek dan objek penelitian, populasi dan sampel penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, desain pengukuran, teknik pengolahan dan analisis data, serta prosedur penelitian.
4. Bab Keempat memuat hasil penelitian dan pembahasan yang di dalamnya berisikan gambaran umum mengenai lokasi penelitian, validitas dan reliabilitas, pelaksanaan penelitian, analisis data, serta pembahasan mengenai masalah penelitian dan hasil dari data-data yang telah dianalisis.
5. Bab Kelima berisikan kesimpulan serta saran sebagai penutup, baik itu saran untuk penelitian, lembaga pendidikan, peneliti, maupun subjek penelitian.