

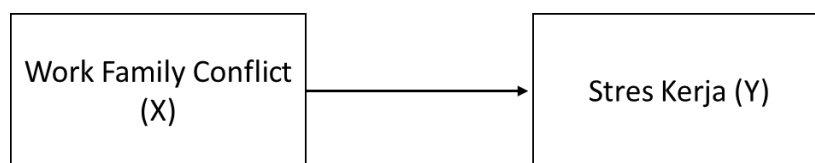
### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

Pada bab ini akan diuraikan mengenai metode yang akan digunakan dalam penelitian ini, diantaranya populasi dan sampel penelitian, metode dan desain penelitian, variabel penelitian dan definisi operasional, instrumen penelitian teknik pengumpulan data, teknik analisa data dan prosedur penelitian.

##### **A. Desain penelitian**

Metode yang digunakan pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain Korelasional. Desain ini dipakai dengan tujuan untuk mengetahui tentang pengaruh Work Family Conflict (X) terhadap Stres Kerja (Y) Guru SMP di beberapa Kecamatan di Kabupaten Siak.



**Gambar 3.1 Desain Penelitian**

##### **B. Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah guru wanita yang sudah menikah serta sudah memiliki anak. Pengambilan responden ini diambil di beberapa wilayah Kecamatan di Kabupaten Siak seperti Kecamatan Dayun, Kecamatan Lubuk Dalam, Kecamatan Koto Gasip, Kecamatan Mempura dan Kecamatan Bunga Raya. Guru yang diambil di beberapa kecamatan ini dipilih karena permasalahan yang hampir mirip dengan yang dipaparkan latar belakang penelitian ini, serta adanya kemudahan akses bagi peneliti. Jumlah populasi guru perempuan adalah sebesar 253 orang, jumlah ini dipakai semuanya sebagai jumlah sampel. Berdasarkan jumlah tersebut teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini teknik *Nonprobability* Sampling dengan desain sampelnya menggunakan sampel jenuh. Sampel jenuh disebut juga dengan istilah sensus, dimana semua anggota populasi

dijadikan sampel (Sugiyono, 2016). Adapun karakteristik responden yang diambil pada penelitian ini adalah:

- 1) Guru perempuan
- 2) Mengajar di SMP
- 3) Sudah menikah
- 4) Mempunyai anak
- 5) Tinggal atau mengajar di Kabupaten siak.

## **C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

### **1. Variabel Penelitian**

Pada penelitian ini terdiri dari dua variabel, dengan satu variabel X dan satu variabel Y. Kedua variabel tersebut antara lain:

Variabel X (*Independent*) : *Work Family Conflict*

Variabel Y (*Dependent*) : Stres Kerja

### **2. Definisi Konseptual dan Operasional**

#### **1. Definisi Konseptual**

##### **a. Work Family Conflict**

Work family conflict merupakan salah satu bentuk konflik peran. Konflik terjadi ketika partisipasi dalam pekerjaan mempersulit partisipasi dalam keluarga (Greenhaus & Beutell, 1985a).

##### **b. Stres Kerja**

Stres kerja merupakan persepsi subjektif dan respon emosional yang merepresentasikan pengalaman stres pada kejadian eksternal atau tuntutan dari lingkungan khususnya dalam pekerjaan (Lavenstein et al, 1992).

#### **2. Definisi Operasional**

##### **a. Work Family Conflict**

*Work Family Conflict* adalah pertentangan yang terjadi antara pekerjaan dan keluarga ketika seseorang melaksanakan multi peran, yaitu sebagai guru, istri dan orang tua. Ada tiga jenis konflik yang mempengaruhi adanya ketidakseimbangan antar peran satu dengan peran lainnya yaitu konflik karena waktu

(*time-based conflict*), konflik karena ketegangan (*strain-based conflict*), konflik karena perilaku (*behavior-based conflict*).

#### **b. Stres Kerja**

Stres kerja merupakan pandangan pribadi dan reaksi emosional yang mewakili pengalaman stres adanya peristiwa eksternal atau tuntutan lingkungan, terutama di tempat kerja. Menurut Levenstein et al, (1992), gejala stres dapat dilihat dan dirasakan di banyak bidang kehidupan, yaitu: gangguan, beban berlebih, mudah tersinggung, kurang gembira, kelelahan, kekhawatiran dan ketegangan.

### **D. Instrumen Penelitian**

Terdapat dua instrumen alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu instrumen mengukur *Work Family Conflict* dan Stres kerja.

#### **1. Instrumen *Work Family Conflict***

##### **a. Spesifikasi Instrumen**

Pengukuran tingkat *work family conflict* dilakukan dengan menggunakan Skala *Work Family conflict* (WFCS) yang diadaptasikan dari Greenhaus dan Beutell (1985) oleh carlson (2000). WFCS yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen WFCS yang telah diadaptasikan kedalam Bahasa Indonesia yang digunakan oleh Medina (2022), terbagi ke dalam 3 dimensi dengan total 18 item. Dimensi *time-based conflict* terdiri atas 6 item. Dimensi *strain-based conflict* terdiri atas 6 item. Dimensi *behavior-based conflict* terdiri atas 6 item.

##### **b. Pengisian Instrumen**

Skala *Work-family conflict* ini diisi menggunakan skala Likert dengan lima poin; Sangat Tidak Sesuai, Tidak Sesuai, Cukup Sesuai, Sesuai, Sangat Sesuai.

##### **c. Kisi-kisi Instrumen**

Berikut ini adalah kisi-kisi instrumen *Work Family Conflict Scale* (WFCS)

No.	Dimensi Work Family Conflict	Keterangan	Nomor Item	Jumlah
1.	<i>Time-Based Conflict</i>	Konflik yang terjadi karena waktu yang digunakan untuk memenuhi satu peran tidak dapat digunakan untuk memenuhi peran lainnya.	1, 2, 3, 4, 5, 6	6
2.	<i>Strain-Based Conflict</i>	Munculnya ketegangan atau keadaan emosional yang dihasilkan oleh salah satu peran membuat seseorang sulit untuk memenuhi tuntutan perannya yang lain.	7, 8, 9, 10, 11, 12	6
3.	<i>Behavior- Based Conflict</i>	Konflik yang muncul ketika pengharapan dari suatu perilaku yang berbeda dengan pengharapan dari perilaku peran lainnya.	13, 14, 15, 16, 17, 18	6
<b>Total</b>				18

**Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Work Family Conflict (WFCS)**

d. Penyekoran

Penyekoran jawaban responden pada instrumen WFCS akan dinilai berdasarkan dari prinsip favorable dan unfavorable yang dapat dilihat pada tabel

Pilihan Jawaban	Nilai Pernyataan	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
<b>Sangat Tidak Sesuai</b>	1	5
<b>Tidak Sesuai</b>	2	4

<b>Cukup Sesuai</b>	3	3
<b>Sesuai</b>	4	2
<b>Sangat Sesuai</b>	5	1

**Tabel 3.2 Penyebaran WFCS**

e. Kategorisasi Skor

Kategori skor variabel work-family conflict yang diukur oleh instrumen Skala *work-family conflict* terbagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi.

No	Kategori	Norma Skor
1.	Rendah	$X > (M + 1,0 SD)$
2.	Sedang	$(M - 1,0 SD) \leq X \leq (M + 1,0 SD)$
3.	Tinggi	$X < (M - 1,0 SD)$

**Tabel 3.3 Kategorisasi Skor WFC**

f. Interpretasi Kategori Skor

Dari skor yang diperoleh, hasil dikategorikan menjadi menjadi tiga kategori yaitu:

1) Kategori Rendah

Pada kategori rendah ini, responden memandang dirinya memiliki tingkat *work family conflict* yang rendah. Dimana tidak terjadi konflik peran antara di keluarga-pekerjaan atau pekerjaan-keluarga. Responden mampu menyeimbangkan distribusi waktu antara peran yang berbeda dengan baik, tidak merasakan tekanan didalam tuntutan pekerjaan sehingga tidak menghalangi tanggung jawab di keluarga, serta dapat menyesuaikan pola perilaku yang diperlukan untuk peran lain.

2) Kategori Sedang

Pada kategori sedang ini, responden memandang dirinya memiliki tingkat *work family conflict* yang sedang. Dimana terkadang dapat terjadi konflik peran antara di keluarga-

pekerjaan atau pekerjaan-keluarga, tidak mampu menyeimbangkan distribusi waktu antara peran yang berbeda dengan baik, merasakan tekanan didalam tuntutan pekerjaan sehingga menghalangi tanggung jawab di keluarga, serta tidak dapat menyesuaikan pola perilaku yang diperlukan untuk peran lain.

3) Kategori Tinggi

Pada kategori tinggi ini, responden memandang dirinya memiliki tingkat *work family conflict* yang tinggi. Dimana sering terjadi konflik peran antara di keluarga-pekerjaan atau pekerjaan-keluarga. Responden tidak mampu menyeimbangkan distribusi waktu antara peran yang berbeda dengan baik, merasakan tekanan didalam tuntutan pekerjaan sehingga menghalangi tanggung jawab di keluarga, serta tidak dapat menyesuaikan pola perilaku yang diperlukan untuk peran lain.

**2. Instrumen Stres Kerja**

a. Spesifikasi Instrumen

Pengukuran stres kerja menggunakan alat ukur *Perceive Stress Questionnaire* (PSQ) yang dikutip dari Levenstein et al. Tahun 1992. PSQ yang digunakan dalam penelitian ini adalah PSQ yang telah diadptasikan kedalam Bahasa Indonesia yang digunakan oleh Ryan (2016), Terbagi kedalam 7 dimensi yang terdiri dari 25 Item yang di dalamnya terdapat item *favorable* dan *unfavorable*.

b. Pengisian Instrumen

Instrumen *Perceive Stress Questionnaire* (PSQ) ini diisi menggunakan skala Likert dengan rentang Hampir Tidak Pernah, Jarang, Kadang-Kadang, Sering dan Hampir Selalu.

c. Kisi-kisi Instrumen

Berikut kisi-kisi instrumen PSQ yang telah diadptasikan kedalam Bahasa Indonesia yang digunakan oleh Ryan (2016).

Indikator	Keterangan	No. Item	Jumlah
-----------	------------	----------	--------

<i>Harassment</i>	Gangguan yang terus menerus berlanjut serta banyaknya kritikan yang dihadapi seseorang	1,4,15,19	4
<i>Overload</i>	Beban kerja yang melebihi batas kemampuan yang meliputi waktu penyelesaian pekerjaan yang singkat, terlalu sulit dan kompleks	3,8,23,24	4
<i>Irritability</i>	Suatu kepekaan atau sensitivitas yang berlebihan terhadap rangsangan	2,7	2
<i>Lack of Joy</i>	Perasaan yang menunjukkan kurangnya akan kesenangan dan kurang menikmati keadaan diri sendiri	5,12,13,17,20	5
<i>Fatigue</i>	Suatu kondisi yang mengarah pada melemahnya tenaga dan berkurangnya semangat untuk melakukan suatu pekerjaan	11	1
<i>Worries</i>	Perasaan yang kuat dari kecemasan akan kekhawatiran dan dapat mengganggu ketenangan pikiran	6,14,16,18,25	5
<i>Tension</i>	Suatu keadaan ketegangan mental atau emosional pada seseorang	9,10,21,22	4
<b>Total Item</b>			<b>25</b>

**Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen PSQ**

d. Penyekoran

Penyekoran jawaban responden pada instrumen PSQ akan dinilai berdasarkan dari prinsip favorable dan unfavorable yang dapat dilihat pada tabel

Pilihan Jawaban	Nilai Pernyataan	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
<b>Hampir Tidak Pernah</b>	1	5
<b>Jarang</b>	2	4
<b>Kadang-Kadang</b>	3	3
<b>Sering</b>	4	2
<b>Hampir Selalu</b>	5	1

**Tabel 3.5** Penyebaran PSQ

e. Kategorisasi Skor

Kategori skor variabel Stres kerja yang diukur oleh instrumen PSQ terbagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi.

f. Interperstasi Kategori Skor

Dari skor yang diperoleh, hasil dikategorikan menjadi menjadi tiga kategori yaitu:

1) Kategori Rendah

Pada kategori ini, responden memandang dirinya memiliki tingkat stres kerja yang rendah. Dimana responden tidak mengalami gejala-gejala stres yang dapat mengindikasikan stres kerja. Responden tidak merasa tertekan akan pekerjaannya sehingga mampu menyesuaikan diri di lingkungan baik dipekerjaan maupun diluar pekerjaan. Kinerja responden tidak dipengaruhi oleh perasaan emosional sehingga dapat meningkatkan performa, efisiensi, dan produktivitas bekerja menjadi lebih baik.

2) Kategori Sedang

Pada kategori ini, responden memandang dirinya memiliki tingkat stres kerja yang sedang. Dimana responden cukup mengalami gejala-gejala stres yang dapat mengindikasikan stres kerja. Responden merasa cukup tertekan akan pekerjaannya



sehingga belum mampu menyesuaikan diri di lingkungan baik dipekerjaan maupun diluar pekerjaan. Kinerja responden cukup dipengaruhi oleh perasaan emosional sehingga belum dapat meningkatkan performa, efisiensi, dan produktivitas bekerja menjadi lebih baik.

### 3) Kategori Tinggi

Pada kategori ini, responden memandang dirinya memiliki tingkat stres kerja yang tinggi. Dimana responden mengalami gejala-gejala stres yang dapat mengindikasikan stres kerja. Responden merasa sangat tertekan akan pekerjaannya sehingga tidak mampu menyesuaikan diri di lingkungan baik dipekerjaan maupun diluar pekerjaan. Kinerja responden sangat dipengaruhi oleh perasaan emosional sehingga tidak dapat meningkatkan performa, efisiensi, dan produktivitas bekerja menjadi lebih baik.

## E. Teknik Analisa Data

Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dapat melalui beberapa tahapan yaitu:

### 1. Menentukan Kategorisasi

#### a. Mencari Mean Hipotetik

Mean adalah rata-rata dari data yang diperoleh dengan menjumlahkan seluruh angka kemudian membaginya sesuai jumlah banyaknya data yang dijumlahkan. Rumus dari mencari mean hipotetik adalah sebagai berikut:

$$M = \frac{1}{2} (i \text{ Max} + i \text{ Min}) \times \sum \text{ item}$$

Keterangan:

M: mean hipotetik

i Max: skor tertinggi item

i Min: skor terendah item

$\sum$  item: jumlah item dalam skala

#### b. Mencari Standar Deviasi

Setelah mean atau rata-rata diketahui, maka selanjutnya adalah mencari standar deviasi dengan rumus:

$$SD = 1/6 (i \text{ Max} - i \text{ Min})$$

Keterangan:

SD: standar deviasi

i Max: skor tertinggi item

i Min: skor terendah item

c. Menentukan Kategorisasi

Pada variabel *work family conflict* dan stres kerja, penentuan kategorisasi yang digunakan adalah sebagai berikut:

a. Tinggi =  $X > (M + 1,0 \text{ SD})$

b. Sedang =  $(M - 1,0 \text{ SD}) \leq X \leq (M + 1,0 \text{ SD})$

c. Rendah =  $X < (M - 1,0 \text{ SD})$

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel terikat dan variabel bebas berdistribusi normal atau tidak. Pada uji normalitas data dapat dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Sampel dikatakan berdistribusi normal apabila hasil perhitungan KS lebih besar dari 0,05 (Sugiyono, 2015). yaitu dengan ketentuan apabila skor signifikansi ( $p$ ) > 0,05 maka data tersebut dapat dikatakan normal, namun apabila ( $p$ ) < 0,05 maka data tersebut dikatakan tidak normal.

3. Uji Linearitas

Menurut Sugiyono dan Susanto (2015) uji linearitas dapat dipakai untuk mengetahui apakah variabel terikat dengan variabel bebas memiliki hubungan linear atau tidak secara signifikan. Uji linearitas dapat dilakukan melalui *test of linearity* menggunakan taraf signifikansi 0,05. Uji ini dilakukan untuk syarat sebelum melakukan uji regresi linear atau uji lanjutan.

4. Uji Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana adalah suatu alat analisis yang digunakan untuk mengukur pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat (Sugiyono, 2011). Analisis regresi linear sederhana

dilakukan pada taraf signifikansi 0,05 dan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package or Social Science*) versi 26 for windows.

## **F. Prosedur Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan melakukan tiga tahap sebagai berikut:

### **1. Tahap Persiapan**

Meliputi penyusunan rumusan masalah, latar belakang. Melakukan studi literatur terhadap variabel yang diteliti, mencari data jumlah guru calon partisipan dan mendapat instrumen yang nantinya akan digunakan untuk penelitian.

### **2. Tahap Pelaksanaan**

Meliputi Pengumpulan data dengan menyebarkan kuesioner secara online melalui *Google Form*, pengambilan data dan pengolahan data.

### **3. Tahap Akhir**

Meliputi pengolahan dan penganalisisan data secara kuantitatif dan membuat kesimpulan dari hasil penelitian.