

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, “penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menekankan pada pengujian teori-teori melalui pengukuran variabel-variabel penelitian dengan angka dan melakukan analisis data dengan prosedur statistik” (Sugiyono, 2016).

B. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Peneliti mengadakan penelitian yang berlokasi di Yayasan Al Falah Kota Bandung

2. Populasi Penelitian

Populasi yang dijadikan subjek dalam penelitian ini adalah Guru di Yayasan Al Falah Kota Bandung yang berjumlah 120 guru. Seperti yang dijabarkan pada tabel 3.1 di bawah ini;

Tabel 3.1 Jumlah Guru di Yayasan Al Falah Kota Bandung

Status	Jumlah
Guru Tetap Yayasan	105
Guru Honorer	15
Total	120

Sumber: Yayasan Al Falah (2022)

C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan satu variabel, yaitu stres kerja guru.

2. Definisi Operasional

Stres kerja dalam penelitian adalah persepsi subjektif dan respon emosional yang dirasakan oleh guru di Yayasan al falah yang merepresentasikan pengalaman dalam lingkungan pekerjaannya, meliputi aspek fisik dan aspek emosional

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah; Instrumen Stress Kerja. Alat ukur yang telah digunakan dan dikembangkan oleh Sudarman (2016) dari alat ukur dari *Perceived Stress Questionnaire* (PSQ) berdasarkan teori Lavenstein et al. (1992). Skala ini terdiri dari pilihan jawaban seperti Selalu, Sering, Kadang-kadang, dan Hampir Tidak Pernah, yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.3 Bobot Skor Pilihan Jawaban Gambaran Stres Kerja Guru

Pilihan Jawaban	Skor	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Selalu	4	1
Sering	3	2
Kadang-kadang	2	3
Hampir Tidak Pernah	1	4

Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Gambaran Stres Kerja Guru

Aspek	Keterangan		
Fisik	Kondisi lingkungan kerja fisik: faktor lingkungan tata ruang kerja, faktor kebersihan dan kerapian ruang kerja, ruang kerja yang bersih, rapi, sehat dan aman akan menimbulkan rasa nyaman dalam bekerja.	1-13	13
Emosional	Kondisi psikologis dari lingkungan kerja yang meliputi: rasa bosan dapat disebabkan perasaan yang tidak enak, kurang bahagia, kurang istirahat dan perasaan lelah, keletihan dalam bekerja terdiri atas dua macam yaitu keletihan kerja psikis dan keletihan psikologis yang dapat menyebabkan meningkatkan absensi, turn over, dan kecelakaan.	14-25	12
Total Item			25

Sumber: Sudarman (2016)

E. Analisis Data

Data yang telah diolah akan dilakukan analisis yang merupakan langkah terakhir dalam penelitian ini. Data akan dimasukkan ke dalam komputer dan diuji secara statistik. Langkah ini terdiri dari:

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2017). Uji normalitas data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji *kormogorov-smirnov*. Uji *kormogorov-smirnov* dikatakan berdistribusi normal karena nilai $p > 0,05$. Hasil uji analisis data tersebut menunjukkan bahwa data berdistribusi normal maka data disajikan dalam bentuk mean (rata-rata), nilai minimum, nilai maksimum dan standar deviasi (Sugiyono, 2017).

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang digunakan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010). Analisis bivariat yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan uji statistik *Person Product Moment* (nilai r). Untuk melihat kemaknaan sistem dengan membandingkan nilai $p < 0,05$ maka ada hubungan yang bermakna antara dua variabel dependen dan independen (H_0 ditolak). Begitu juga tidak ada hubungan bermakna (H_0 diterima) jika $p > 0,05$ (Notoatmodjo, 2010).