

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian adalah pedoman dan langkah-langkah yang digunakan peneliti untuk melakukan penelitian. Untuk mencapai suatu kebenaran ilmiah, maka diperlukan adanya metode penelitian ilmiah yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dalam usaha menguji hipotesis yang disusun. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2011). Penelitian kuantitatif banyak dituntut menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap angka tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Untuk itu, peranan statistika dalam penelitian ini menjadi sangat dominan dan penting. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi hubungan kecerdasan emosi dan stres kerja pada guru MI 02, MTs, dan MA Mazra'atul Ulum Paciran – Lamongan.

B. Identifikasi Variabel

Variabel adalah karakteristik atau atribut seseorang individu atau suatu organisasi yang dapat diukur atau di observasi. Variabel biasanya bervariasi dalam dua atau lebih kategori (Creswell, 2010:76).

Adapun dalam penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat:

- a. Variabel bebas (*independent variable*) atau variabel X adalah variabel yang mungkin menyebabkan, mempengaruhi, atau berefek pada *outcome* (Creswell, 2010:77).
- b. Variabel terikat (*dependent variable*) atau variabel Y adalah variabel (akibat) bergantung pada variabel-variabel bebas. Variabel-variabel terikat ini merupakan *outcome* atau hasil dari pengaruh variabel-variabel bebas (Creswell, 2010:77).

Adapun variabel bebas dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel bebas (X) : Kecerdasan Emosional
2. Variabel terikat (Y) : Stres kerja

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang

dapat diamati (Azwar, 2013:74). Adapun definisi operasional dari variabel-variabel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan dengan tepat, termasuk untuk memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, serta membina hubungan dengan orang lain.

b. Stres Kerja

Stres Kerja adalah suatu keadaan yang tidak menyenangkan serta menimbulkan perasaan tertekan pada seseorang yang berdampak pada fisik maupun mental yang diakibatkan oleh lingkungan kerja, baik lingkungan fisik maupun lingkungan psikis.

D. Populasi Dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek/subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu (Sugiyono, 2011:215).

Sedangkan menurut Azwar mendefinisikan bahwa populasi adalah sebagai kelompok subyek hendak dikenai generalisasi hasil penelitian.

Penentuan populasi dalam suatu penelitian menjadi hal yang sangat penting karena melalui penentuan populasi, seluruh kegiatan akan relevan dengan tujuan penelitiannya (Azwar, 2013:77). Sejalan dengan definisi populasi tersebut, maka dalam penelitian ini populasi yang digunakan yaitu seluruh guru MI 02, MTs, dan MA Mazra'atul Ulum Paciran – Lamongan yang berjumlah 66 guru, dengan rincian guru MI Mazra'atul Ulum 02 berjumlah 16 orang, MTs Mazra'atul Ulum berjumlah 32 orang, dan MA Mazra'atul Ulum berjumlah 18 orang.

Sampel adalah bagian dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya kan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representative/mewakili (Sugiyono, 2011:215). Pendapat lain mengatakan sampel adalah sebagian yang diambil dari populasi dengan menggunakan cara-cara tertentu. Agar sampel yang dipilih respresentativ dan valid, maka sampel diambil sebagian dari populasi dengan cara tertentu yang dapat dipertanggungjawabkan (Purwanto, 2010:243).

Menurut Arikunto, sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti, dikatan penelitian sebagai sampel, karena bermaksud untuk menggeneralisasikan hasil penelitian sampel, yaitu mengangkat kesimpulan sebagai suatu yang berlaku pada populasi. Adapun pedoman

pengambilan sampel menurut Arikunto (2010:117), yaitu untuk menentukan jumlah sampel yang akan diambil, adalah subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semua, akan tetapi jika jumlah subjeknya besar maka jumlah sampel yang akan diambil adalah antara 10% - 15% atau 20% - 25%. Sehingga dalam penelitian ini menggunakan sampel keseluruhan populasi, karena responden penelitian hanya 66 guru dan jumlah tersebut kurang dari 100, dengan demikian teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*, dengan mengambil seluruh populasi yang ada menjadi sampel, yaitu semua guru MI 02, MTs, serta MA Mazraatul Ulum Paciran – Lamongan.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah suatu cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data bagi penelitiannya (Arikunto, 2006). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Observasi, menurut Arikunto (2010:272) observasi atau yang disebut juga pengamatan meliputi kegiatan pemusatan perhatian terhadap sesuatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra. Observasi dilakukan untuk mengetahui secara langsung subjek penelitian yang akan diteliti. Sebagaimana yang dikatakan oleh Sukandar bahwa observasi adalah pengamatan dan pencatatan sesuatu objek dengan sistematis fenomena yang diselidiki.

2. Wawancara adalah pertemuan antara dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dari suatu topik tertentu. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal yang lebih mendalam dari responden (Sugiyono, 2007).

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan wawancara tak terstruktur yaitu peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk mengumpulkan datanya.

Pedoman wawancara yang digunakan adalah berupa garis besar permasalahan yang akan ditanyakan kepada guru MI 02, MTs, dan MA Mazra'atul Ulum Paciran Lamongan.

3. Dokumentasi merupakan sebuah metode dalam mencari data mengenai hal-hal yang berupa catatan, transkrip, buku, majalah, surat kabar ataupun media lainnya (dalam Arikunto, 2010:274). Dalam hal ini, peneliti gunakan untuk mengumpulkan data yang berupa buku-buku, jurnal, profil Madrasah Mazra'atul Ulum Paciran – Lamongan, data mahasiswa dan data terkait yang dibutuhkan dalam penelitian
4. Skala adalah pengumpulan data yang berupa draft pernyataan yang digunakan untuk memperoleh keterangan dari sejumlah responden. Dalam penelitian ini metode angket digunakan untuk memperoleh informasi dari subyek, yaitu untuk mengetahui akan tingkat dari

kecerdasan emosional dan stres kerja guru. Setelah itu diolah untuk mencari korelasi dari kedua variabel tersebut. Dengan demikian instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala stres kerja dan skala kecerdasan emosional.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu untuk mengukur hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres kerja pada guru MI 02, MTs., dan MA Mazra'atul Ulum Paciran - Lamongan dengan menggunakan skala sikap model likert. Skala ini disusun untuk mengungkapkan sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial. dalam skala sikap, objek sosial tersebut berlaku sebagai objek sikap (Azwar, 1997:97). Adapun metode yang digunakan dalam pengisian skala adalah pernyataan-pernyataan yang diajukan secara tertulis kepada responden dan cara menjawabnya dilakukann dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Bentuk angket dalam penulisan ini menggunakan skala likert. Metode ini menggunakan distorsi respon sebagai dasar penentuan nilai skalanya. Kriteria penilaian dari skala likert ini berkisar antara satu sampai dengan empat pilihan jawaban sebagai berikut:

1. Untuk butir pernyataan yang *favourable*
 - a. Skor 4 diberikan untuk jawaban sangat sesuai (SS)
 - b. Skor 3 diberikan untuk jawaban sesuai (S)
 - c. Skor 2 diberikan untuk jawaban tidak sesuai (TS)
 - d. Skor 1 diberikan untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS)
2. Untuk butir pernyataan yang *unfavourable*
 - a. Skor 1 diberikan untuk jawaban sangat sesuai (SS)
 - b. Skor 2 diberikan untuk jawaban sesuai (S)
 - c. Skor 3 diberikan untuk jawaban tidak sesuai (TS)
 - d. Skor 4 diberikan untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS)

Peneliti meniadakan alternative pilihan ragu-ragu atau netral di tengah dengan alasan sebagai berikut :

1. Alternatif jawaban di tengah mempunyai arti ganda, bisa diartikan belum dapat memberikan jawaban, bisa juga diartikan netral (tanpa pilihan)
2. Tersedianya jawaban ditengah menimbulkan kecenderungan menjawab di tengah (*Central Tendency Affect*), terutama bagi mereka yang ragu-ragu antara antara setuju dengan tidak setuju.
3. Penggunaan empat alternatif jawaban dimaksudkan untuk melihat kecenderungan pendapat responden ke arah setuju atau tidak setuju. Jika disediakan kategori jawaban di tengah, maka akan mengurangi banyaknya informasi yang akan didapat responden (Hadi, 1993: 81)

a) Skala Kecerdasan Emosional

Untuk mengukur variabel kecerdasan emosional, peneliti mengembangkan skala berdasarkan lima aspek kecerdasan emosional menurut Goleman (2004), adapun *blue print* dari kecerdasan emosional adalah sebagai berikut:

Tabel 1.

Blue Print Kecerdasan Emosional

Aspek	Indikator	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
Kesadaran diri	Memahami emosi	1	15	2
	Percaya diri	16	2	2
	Penilaian diri sendiri	3	8	2
Kesadaran sosial	Empati	17	4	2
	Menghormati keberagaman	5	20	2
Manajemen diri	Dapat dipercaya	18	6	2
	Pengendalian diri	7	19	2
	Penyesuaian diri	27	8	2
	Dorongan berprestasi	9	21	2
Keterampilan sosial	Manajemen konflik	22	10	2
	Bekerjasama tim dan kolaborasi	11	24	2
	Komunikasi	23	12	2
	Mengembangkan orang lain	13	26	2
	Kepemimpinan	25	14	2
Jumlah				28

b) Skala Stres Kerja

Untuk mengukur variabel stres kerja, peneliti mengembangkan skala berdasarkan faktor yang memengaruhi dari stres kerja menurut Sheridan

an Radmacher (1992), adapun *blue print* dari stres kerja adalah sebagai berikut:

Tabel 2.

Blue Print Stres Kerja

Faktor	Indikator	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
Lingkungan	Ketidakpastian Ekonomi	12	1	2
	Ketidakpastian politik	2	13	2
		22	11	2
	Kemajuan teknologi	14	3	2
Organisasional	Tuntutan tugas	4	15	2
		20	9	2
	Tuntutan peran	16	5	2
	Tuntutan antar pribadi	6	17	2
	Struktur organisasi	10	21	2
Individu	Persoalan keluarga	18	7	2
	Masalah ekonomi	8	19	2
Jumlah				22

G. Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Semakin tinggi validitas maka instrumen semakin valid atau sahih, semakin rendah validitas maka instrumen kurang valid (Arikunto, 2006).

2. Uji Reliabilitas

Menurut Arikunto (2006) reliabilitas adalah suatu instrumen cukup bisa dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Sedangkan menurut Azwar (1997) bahwa

reliabilitas adalah sejauh mana suatu hasil pengukuran dapat dipercaya. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Apabila datanya memang sesuai dengan kenyataanya, maka berapa kalipun diambil, akan tetap sama.

H. Analisis Data

Analisis data merupakan langkah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian. Dengan demikian teknik analisis yang digunakan oleh peneliti adalah analisis *product moment* dari Karl Pearson. Sedangkan proses analisis Penghitungan data dilakukan peneliti dengan menggunakan *MS excel* dan *IBM SPSS 20.00 for window*.

Data mentah yang sudah diperoleh kemudian dianalisis dalam beberapa tahap sebagai berikut:

1. Mencari *Mean*

Mencari nilai *mean* diperoleh dari menjumlahkan seluruh nilai dan membaginya dengan jumlah subyek. Dalam istilah sehari-hari ia disebut angka rata-rata. Dalam *statistic* disebut *mean* arimetrik dengan diberi symbol M. Adapun rumusnya adalah sebagai berikut (Hadi, 1980:246):

$$\text{Rumus M : } \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M : *Mean*

N : Jumlah subyek

X : Banyaknya nomer pada variabel X

2. Mencari Standart Deviasi

Setelah nilai *mean* diketahui, maka selanjutnya yaitu mencari nilai standar deviasi (SD), adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$SD = \frac{\sqrt{\sum f x^2}}{N}$$

Keterangan:

SD : Standar Deviasi

$\sum f x^2$: Skor X

N : Jumlah Subyek

3. Mencari Kategorisasi

Tingkat kecerdasan emosional dan stres kerja pada guru MI 02, MTs, serta MA Mazra'atul Ulum Paciran dapat dilihat melalui kategorisasi model distribusi normal, adapun rumusnya adalah sebagai berikut:

Tabel 3.
Standart Pembagian Klasifikasi

Klasifikasi	Skor
Tinggi	$X \geq (M + 1 \text{ SD})$
Sedang	$(M - 1 \text{ SD}) \leq X < (M + 1 \text{ SD})$
Rendah	$X < (M - 1 \text{ SD})$

4. Korelasi *Product Moment*

Untuk menjawab permasalahan apakah ada hubungan antara dukungan sosial terhadap optimisme mahasiswa psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, maka digunakan metode analisis korelasi *product moment* dengan bantuan program komputer IBM SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 20.00 for windows. Perhitungan korelasi antara variabel kecerdasan emosional dengan variabel stress kerja tersebut menggunakan rumus sebagai berikut (Arikunto, 2010:318) :

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

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien Korelasi Product Moment.

N = Jumlah Subyek.

$\sum x$ = Jumlah Skor Aitem (x).

$\sum y$ = Jumlah Skor Skala atau skor total (y).

$\sum xy$ = Jumlah Perkalian Aitem (x) dan Skor Total (y).

$\sum x^2$ = Jumlah Kuadrat Skor Aitem (x).

$\sum y^2$ = Jumlah Kuadrat Skor Total (y).