

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian pada hakikatnya adalah suatu kegiatan untuk memperoleh kebenaran mengenai suatu masalah dengan menggunakan metode ilmiah (Kasiram, 2010 : 4). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin diketahui oleh peneliti. Angka-angka yang terkumpul sebagai hasil penelitian kemudian dapat dianalisis dengan menggunakan metode statistik (Margono, 2000 : 103).

Jenis penelitian yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara kelebihan beban kerja dengan *job burnout* adalah penelitian yang bersifat korelasi. Penelitian korelasi ini merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel. Besar atau tingginya hubungan tersebut dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi. Didalam penelitian deskriptif koefisien korelasi menerangkan sejauh mana dua atau lebih variabel berkorelasi, sedangkan dalam penelitian generalisasi hipotesis koefisien korelasi menunjukkan tingkat signifikansi terbukti tidaknya hipotesis (Arikunto, 1990 : 326).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Sugiyono berpendapat bahwa variabel penelitian pada dasarnya adalah sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari, sehingga memperoleh informasi tentang hal tersebut, dan kemudian ditarik kesimpulannya (Anshori dan Iswati, 2009 : 57). Variabel merupakan pusat perhatian dalam penelitian kuantitatif (Martono, 2010 : 49). Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen.

1. Variable independen

Variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi variabel lain atau menghasilkan akibat pada variabel yang lain. Variabel ini dalam penelitian kuantitatif merupakan variabel yang menjelaskan terjadinya fokus atau topik penelitian. Variabel ini biasanya disimbolkan dengan variabel “x” (Martono, 2010 : 51). Variabel independen dalam penelitian ini adalah: kelebihan beban kerja, disimbolkan (x).

2. Variable dependen

Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (independen). Variabel ini dalam penelitian kuantitatif merupakan variabel yang dijelaskan dalam fokus atau topik penelitian. Variabel ini biasanya disimbolkan dengan variabel “y” (Martono, 2010 : 51). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah: *job burnout*, yang disimbolkan (y)

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah pelekatan arti pada suatu konstruk atau variabel dengan cara menetapkan kegiatan-kegiatan yang perlu untuk mengukur konstruk atau variabel tersebut. Definisi operasional dalam penelitian ini adalah:

1. Kelebihan beban kerja

Kelebihan beban kerja merupakan suatu kondisi di mana karyawan dituntut untuk melakukan pekerjaan dalam kuantitas atau jumlah yang terlalu banyak yang dikerjakan dalam kurun waktu tertentu, dengan ketersediaan waktu yang dapat dikatakan kurang atau tidak cukup untuk menyelesaikan tugas atau pekerjaan tersebut. Sehingga membutuhkan kemampuan yang lebih dari karyawan tersebut baik secara fisik, kognitif, atau bahkan psikologis dari karyawan.

2. *Job burnout*

Burnout adalah penurunan kondisi yang dialami oleh karyawan baik secara fisik maupun psikologis yang diakibatkan oleh beberapa hal, salah satunya adalah beban kerja yang terlalu tinggi. Penurunan kondisi tersebut ditandai dengan gejala-gejala seperti perasaan capek dan lelah setiap hari, membolos atau tidak masuk kerja, keinginan untuk pindah, terdapat perasaan gagal dalam diri atau merasa tidak mampu, sering pusing, cepat marah dan sering kesal, sangat pegal setelah bekerja, menarik diri, dan lain sebagainya.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek yang berada pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian, atau keseluruhan unit atau individu dalam ruang lingkup yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan pada salah satu instansi yang ada di Kota Malang, yang berjumlah lebih dari 200 karyawan.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki ciri-ciri atau keadaan tertentu yang akan diteliti. Sampel juga dapat didefinisikan sebagai anggota populasi yang dipilih dengan menggunakan prosedur tertentu sehingga diharapkan dapat mewakili populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah karyawan yang bekerja sebagai *official* salah satu instansi yang ada di kota malang, tidak termasuk *security* dan *office boy* (OB).

Syarat utama sampel ialah harus diwakili dalam populasi. Oleh karena itu, semua ciri-ciri populasi harus diwakili dalam sampel. Arikunto dalam Kasiram (2008 : 233), menegaskan apabila subjek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semuanya, sehingga penelitiannya merupakan penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sebaliknya, jika subek terlalu besar, maka sampel bisa diambil antara 10% - 15%, hingga 20% - 25 %, atau lebih tergantung dari:

- a. Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana.
- b. Sempit Luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal ini menyangkut banyak sedikit data.
- c. Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti. Untuk penelitian yang resikonya besar, tentu saja jika sampel besar, hasilnya akan lebih baik.

Sampel yang akan diambil dalam penelitian ini adalah $25\% \times 200 = 50$ karyawan dari jumlah karyawan keseluruhan yang bekerja pada salah satu instansi yang ada di Kota Malang.

E. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel merupakan metode atau cara menentukan sampel dan besar sampel. Untuk menentukan berapa sampel yang akan diambil, maka kita dapat menggunakan teknik pengambilan sampel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*. Teknik pengambilan sampel ini dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut (Martono, 2010 : 67).

Gulo (2002 : 84), menyatakan ada beberapa cara untuk menarik sampel dalam teknik ini, yaitu:

1. Sistem lotre
2. Acak sistematis
3. Sistem bilangan random.

Cara yang digunakan dalam penarikan sampel adalah menggunakan cara sistem lotre. Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

1. Melakukan pendaftaran anggota populasi yaitu dengan memberikan nomor urut untuk masing-masing responden dalam populasi sehingga setiap responden mendapatkan satu nomor urut.
2. Pastikan jumlah keseluruhan nomor urut harus sesuai dengan jumlah populasi yang digunakan. Kemudian kertas tersebut digulung dan dikumpulkan menjadi satu.
3. Mengocok kumpulan dari gulungan kertas dari seluruh nomor urut dan menarik satu persatu (seperti arisan), sehingga diperoleh anggota sampel sesuai dengan jumlah yang dibutuhkan, dalam penelitian ini adalah sebanyak 50 orang.
4. Dari hasil pengocokkan tersebut maka jumlah sampel yang terambil yang sesuai dengan nomor urutnya adalah anggota sampel penelitian sehingga dapat disusun daftar sampel yang akan digunakan dalam penelitian.

F. Metode Pengumpulan Data

Untuk keperluan analisis data, maka peneliti membutuhkan sejumlah data pendukung yang berasal dari individu yang bersangkutan (subjek penelitian). Proses tersebut dinamakan dengan pengumpulan data. Metode atau teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data (Arikunto, 1990 : 134).

Dalam penelitian ini menggunakan beberapa metode pengumpulan data, antara lain:

1. Metode wawancara

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 dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil (Sugiyono, 2009 : 137).

Wawancara adalah percakapan langsung dan tatap muka (*face to face*) dengan maksud tertentu. Percakapan tersebut dilakukan oleh kedua pihak yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Bentuk wawancara yang dipakai dalam penelitian ini adalah wawancara tidak terstruktur. Wawancara tidak terstruktur adalah wawancara yang bebas, dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Wawancara tidak terstruktur atau terbuka, sering digunakan dalam penelitian pendahuluan atau malahan untuk penelitian yang lebih mendalam tentang responden (Sugiyono, 2009 : 140).

Wawancara dalam penelitian ini digunakan untuk proses studi pendahuluan untuk memperoleh data mengenai permasalahan yang dialami karyawan terkait dengan beban kerja, sistem kerja di

perusahaan, jumlah karyawan instansi, dan lain sebagainya. Tujuan dilakukannya wawancara ini adalah untuk menemukan suatu permasalahan yang terdapat pada instansi yang bersangkutan, dimana permasalahan tersebut akan dijadikan acuan untuk melakukan penelitian. Tujuan lain dari wawancara ini adalah untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan untuk melengkapi berkas-berkas sebelum penelitian dilakukan.

2. Metode angket

Angket adalah kumpulan pertanyaan yang diajukan secara tertulis kepada seseorang (yang dalam hal ini disebut responden), dan cara menjawab juga dilakukan dengan cara tertulis (Arikunto, 1990 : 135). Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup. Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda centang (√) pada kolom atau tempat yang sesuai (Arikunto, 1990 : 137).

Angket digunakan untuk mengumpulkan data dari karyawan dengan tujuan untuk mendapatkan data atau bahan yang nantinya akan diolah. Angket yang akan digunakan adalah 2 macam angket, yaitu:

- a. Angket yang mengukur tentang kelebihan beban kerja.
- b. Angket yang mengukur tentang *job burnout* MBI (*Maslach Burnout Inventory*).

Tabel 3.1
Blue Print Kelebihan Beban Kerja

No.	Indikator	Deskripsi	Item	
			F	UF
1	Tugas-tugas	a. Kuantitas pekerjaan atau tugas	1, 5	3, 7
		b. Kualitas pekerjaan atau tugas	2, 6	4, 8
2	Organisasi kerja	a. Waktu kerja	9, 15	12, 18
		b. Waktu istirahat	10, 16	13, 19
		c. Pelimpahan pekerjaan atau tugas	11,17	14,20
3	Lingkungan kerja	a. Lingkungan kerja fisik.	21, 25	23, 27
		b. Lingkungan kerja psikologis.	22, 26	24, 28
4	Faktor somatik	a. Umur	29, 33	31, 35
		b. Kesehatan	30, 34	32, 36
5	Faktor psikis	a. Kepuasan kerja	37, 41	39, 43
		b. Motivasi kerja	38, 42	40, 44

G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya (mengumpulkan data) agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya (Arikunto, 1990 : 134).

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa angket atau kuesioner. Angket yang digunakan peneliti menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang berstruktur, yaitu pertanyaan yang dibuat sedemikian rupa sehingga responden dibatasi dalam memberikan jawaban kepada beberapa

alternatif. Pertanyaan berstruktur digunakan untuk mengetahui fakta atau opini yang cukup jelas dan subyek tidak perlu menjawab pertanyaan dengan panjang lebar.

Skala yang digunakan adalah metode skala Likert. Skala Likert biasanya menggunakan lima tingkatan. Tentu saja peneliti dapat membuat variabel dengan menyingkat menjadi tiga tingkatan. Pemilihan alternative diserahkan pada keinginan dan kepentingan peneliti yang menciptakan instrumen tersebut (Arikunto, 1990 : 142). Dalam hal ini, peneliti menggunakan pernyataan yang terdiri atas 5 kategori, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Normal (N), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel 3.2
Skor Skala Likert

Jawaban	Skor <i>Favourable</i>	Skor <i>Unfavourable</i>
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Normal (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Pernyataan *favourable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang positif atau mendukung, memihak atau menunjukkan ciri-ciri adanya atribut yang diukur. Pernyataan *unfavourable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang negatif yakni tidak mendukung atau tidak menggambarkan ciri-ciri dari atribut yang diukur (Azwar, 1999 : 26).

H. Validitas dan Reliabilitas

Dalam penelitian, instrument atau alat ukur untuk pengumpulan data mempunyai kedudukan dan peran yang sangat penting. Hal ini dikarenakan data merupakan penggambaran variabel yang diteliti, dan berfungsi sebagai alat pembuktian hipotesis. Benar tidaknya data sangat menentukan bermutu tidaknya hasil penelitian. Benar tidaknya data bergantung pada baik atau tidaknya instrument pengumpul data. Instrument yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting, yakni valid dan reliable (Anshori dan Iswati, 2009 : 74).

1. Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrument (alat ukur). Instrumen dapat dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan, sehingga dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrument menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud (Anshori dan Iswati, 2009 : 83). Rumus yang digunakan untuk mengukur validitas dari instrument ini ialah rumus korelasi *product moment*.

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \Sigma xy - (\Sigma x)(\Sigma y)}{\sqrt{\{N \Sigma x^2 - (\Sigma x)^2\} \{N \Sigma y^2 - (\Sigma y)^2\}}}$$

r_{xy} = Koefisien korelasi

N = Jumlah responden

x = Skor variabel bebas

y = Skor variabel terikat

Harga r_{xy} menunjukkan indeks korelasi antara dua variabel yang dikorelasikan. Setiap nilai korelasi mengandung tiga makna, yakni: (1) ada tidaknya korelasi dapat dilihat dari besaran angka di belakang koma, (2) arah korelasi, dapat dilihat dari tanda di depan angka yaitu positif (+) atau negatif (-), (3) besarnya korelasi, dapat dilihat dari besarnya angka (Anshori dan Iswati, 2009 : 84).

a. Kelebihan beban kerja

Hasil pengujian angket pada variabel kelebihan beban kerja adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3
Item Valid Kelebihan Beban Kerja

No.	Indikator	Item Valid	Item gugur	Jumlah
1	Tugas-tugas	1,2,3, 5,6,7	4,8	8
2	Organisasi kerja	9,10,11,12,13, 15, 17,20	14,16,18,19	12
3	Lingkungan kerja	21,22,23, 25,26,27,28	24	8
4	Faktor somatik	29 ,32,33,34,35,36	30,31	8
5	Faktor psikis	37,38,39,40,41,42,43	44	8
Jumlah		34	10	44

Berdasarkan korelasi item – total korelasi dapat diketahui bahwa skala kelebihan beban kerja pada karyawan yang terdiri dari 34 butir item dinyatakan sebanyak 10 item yang tidak valid karena item tersebut gugur. Dalam pengambilan data peneliti membuang item yang tidak valid dikarenakan item tersebut tidak valid.

Item yang gugur dalam uji coba angket berjumlah 10 item dari total 44 item, dengan rincian 2 item pada *favourable* (16 dan 30), dan 8 item pada *unfavourable* (4, 8, 14, 18, 19, 24, 31, dan 44). Dalam uji coba angket ini terdapat item-item (*unfavourable*) yang semuanya gugur pada satu indikator, jadi pada indikator tersebut tidak memiliki item yang mewakili angket yang digunakan dalam penelitian. Item-item tersebut yaitu nomor 4 dan 8 yang merupakan item-item (*unfavourable*) dari indikator tugas-tugas pada poin kualitas pekerjaan. Oleh karena itu, poin kualitas pekerjaan pada indikator tugas-tugas baik yang *favourable* dan *unfavourable* dihilangkan atau dihapus. Penghapusan poin ini tentunya berdasarkan beberapa alasan-alasan yang sudah dipertimbangkan.

Alasan penghapusan salah satu poin dari indikator tugas-tugas adalah; pertama, tidak ada item *unfavourable* yang mewakili poin kualitas pekerjaan; kedua, melihat kondisi pada institusi tersebut yang tidak mempunyai permasalahan dalam hal kelebihan beban kerja yang bersifat kualitatif, pernyataan tersebut diperoleh dari salah satu staf bagian SDM karena permasalahan utama adalah kelebihan beban kerja yang bersifat kuantitatif.

Berdasarkan keterangan di atas, jumlah item dalam angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah 32 item. Item *favourable* 18 item dan *unfavourable* 14 item. Untuk lebih jelasnya, bisa dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.4
Item Valid Kelebihan Beban Kerja

No.	Indikator	Item Valid	Item gugur	Jumlah
1	Tugas-tugas	1,3, 5,7	4,8,2,6	8
2	Organisasi kerja	9,10,11,12,13, 15, 17,20	14,16,18,19	12
3	Lingkungan kerja	21,22,23, 25,26,27,28	24	8
4	Faktor somatik	29 ,32,33,34,35,36	30,31	8
5	Faktor psikis	37,38,39,40,41,42,43	44	8
Jumlah		32	12	44

b. *Job burnout*

Item-item dari variable *job burnout* yang digunakan dalam penelitian ini mengadopsi dari MBI (*Maslach Burnout Inventory*).

Untuk lebih jelasnya, bisa dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.5
Pembagian Item *Job Burnout*

No.	Pembagian item		
	Dimensi	Item	Jumlah
1.	Kelelahan emosional	1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 dan 20	9
2.	Dipersonalisasi	5, 10, 11, 15 dan 22	5
3.	Pencapaian pribadi	4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 dan 21	8
Total item			22

Angket *job burnout* pada penelitian ini tidak perlu diuji cobakan.

Hal tersebut dikarenakan angket *job burnout* ini telah digunakan

secara umum dalam penelitian-penelitian tentang *job burnout* itu sendiri.

2. Reliabilitas

Reliabilitas berkaitan dengan pengertian bahwa suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk sebagai alat pengumpul data (juga mengukur variabel) karena instrument tersebut sudah baik. Instrument yang reliable adalah instrument yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, maka akan menghasilkan data (ukuran) yang sama (Anshori dan Iswati, 2009 : 75).

Rumus yang digunakan untuk mengukur reliabilitas dari instrument ini ialah rumus *alpha cronbach's*. Anshori dan Iswati (2009 : 80), menyatakan bahwa rumus *alpha cronbach's* digunakan untuk mencari reliabilitas instrument yang mempunyai skor 1 dan 0. Skor yang dimiliki merupakan rentangan antara beberapa nilai, misalnya 0 – 10 atau 0 – 100 atau 1 – 5, 1 – 7, atau 1 – 9 dan seterusnya.

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right)$$

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k = Banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varian butir

σ_1^2 = Varian total

Untuk rumus varian adalah sebagai berikut:

$$\sigma^2 = \frac{\sum x^2 - \frac{\sum(x)^2}{N}}{N}$$

I. Teknik Analisa Data

Metode analisis data yang digunakan adalah alat analisis yang bersifat kuantitatif, hal tersebut dikarena penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode analisis data yang digunakan yaitu model statistik dengan menggunakan metode *corelation product moment*. Hasil analisis nantinya akan disajikan dalam bentuk angka-angka yang kemudian dijelaskan dan diinterpretasikan dalam suatu uraian. Data-data tersebut diolah dengan bantuan *SPSS (statistic product and service solution) 18.0 for windows*.

