

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Dimana penelitian ini menghubungkan antara variabel X (beban kerja) dengan variabel Y (stres kerja). Penelitian ini menggunakan seluruh populasi sebagai responden penelitian. Hal ini dilakukan karena jumlah populasi yang masih dapat dijangkau untuk diteliti oleh peneliti.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang berjenis skala likert, yaitu sebuah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial dalam hal ini menggunakan dua skala yaitu skala beban kerja dan skala stres kerja. Kemudian data yang telah diperoleh akan dianalisis dengan menggunakan analisis SPSS dengan rumus *korelasi Kendall's Tau*.

B. Identifikasi Variabel

Variabel adalah gejala tertentu yang disederhanakan dari kerumitan alam yang dipilih dalam ukuran yang dapat dikelola. Variabel merupakan hal utama yang dipersoalkan dalam penelitian kuantitatif. Seluruh kegiatan penelitian, salah satunya pengembangan teori, harus memusatkan kajiannya terhadap variabel (Purwanto, 2012). Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel bebas (X) : Beban kerja.
2. Variabel tergantung (Y) : Stres kerja.

Segala macam bentuk stres pada dasarnya disebabkan lemahnya pemahaman mengenai kemampuan yang dimiliki dengan permasalahan yang dihadapi. Ketidakmampuan melawan keterbatasan inilah yang menimbulkan frustrasi, konflik, gelisah dan rasa bersalah yang merupakan tipe-tipe dasar stres. Stres dijelaskan sebagai perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan. Banyaknya dan sulitnya beban pekerjaan yang dihadapi karyawan membuat perasaannya menjadi tertekan (Mangkunegara, 2000).

C. Definisi Operasional

Definisi operasional perlu ditentukan terlebih dahulu untuk menghindari kesalahpahaman dalam mengenali data yang akan dikumpulkan serta menghindari kesesatan dalam menentukan alat pengumpulan data (Purwanto, 2012). Adapun definisi operasional variabel-variabel penelitian ini adalah:

1. Beban Kerja

Beban kerja adalah sejumlah kegiatan atau tugas yang harus diselesaikan oleh pekerja dalam jangka waktu tertentu yang mana dalam pelaksanaannya menuntut kemampuan seorang individu baik dari segi kuantitatif maupun segi kualitatif.

Dalam penelitian ini beban kerja akan diungkapkan dengan skala beban kerja pada tenaga produksi tayangan televisi yang disusun berdasarkan dua aspek yang meliputi kuantitatif dan kualitatif. Dibawah ini akan jelaskan tentang indikator dari beban kerja.

Indikator dari beban kerja meliputi:

- a. Beban kerja kuantitatif
 - 1) Melakukan tugas terlalu banyak.
 - 2) Melakukan tugas dengan desakan waktu.
- b. Beban kerja kualitatif
 - 1) Tidak mampu melakukan suatu tugas.
 - 2) Tugas yang dilakukan tidak sesuai dengan keterampilan yang dimiliki.

2. Stres Kerja

Stres yang terjadi ditempat kerja sebagai respon individu terhadap stressor, baik yang berasal dari pekerjaan maupun di luar pekerjaan yang ditandai oleh adanya gejala fisiologis, psikologis, dan perilaku yang mengganggu aktivitas kerjanya.

Dalam penelitian ini stres kerja akan diungkapkan dengan skala stres kerja pada tenaga produksi tayangan televisi dengan gejala-gejala yang muncul pada umumnya seperti gejala fisik, psikologis dan perilaku.

Dibawah ini akan jelaskan tentang indikator dari beban kerja.

Indikator perilaku stres kerja meliputi:

a. Fisiologis

- 1) Meningkatnya detak jantung.
- 2) Merasa sakit kepala.
- 3) Mengalami ketegangan otot.
- 4) Mengalami gangguan lambung.
- 5) Mengalami kelelahan secara fisik.
- 6) Lebih sering berkeringat.

b. Psikologis

- 1) Mengalami kebosanan.
- 2) Kehilangan konsentrasi.
- 3) Menurunnya rasa percaya diri.
- 4) Memiliki perasaan cemas.
- 5) Mengalami kebingungan.
- 6) Komunikasi tidak efektif.
- 7) Kehilangan spontanitas.

c. Perilaku

- 1) Menunda / menghindari pekerjaan.
- 2) Absen dari pekerjaan.
- 3) Suka menyendiri.
- 4) Mengalami sulit tidur.
- 5) Tidak dapat rileks.
- 6) Mudah marah.
- 7) Menurunnya produktivitas kerja.

D. Subyek Penelitian

Subyek penelitian yang disebut responden dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan produksi di JTV Surabaya yang berjumlah 110 karyawan. Karena jumlah karyawan yang masih bisa terjangkau oleh peneliti, maka peneliti menggunakan keseluruhan karyawan untuk dijadikan responden penelitian.

Disamping itu penelitian yang pengambilan datanya dilakukan atas populasi menghasilkan data maupun kesimpulan yang akurat karena tidak ada kesalahan yang terjadi karena seluruh obyek diukur, dikumpulkan datanya dan dianalisis (Purwanto, 2012).

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah sebuah alat yang digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan data-data penelitian. Instrumen penelitian ini menggunakan skala. Skala adalah daftar pertanyaan dan pernyataan yang diajukan agar dijawab subyek dan interpretasinya terhadap pertanyaan atau pernyataan tersebut merupakan proyeksi dan perasaan atau kepribadiannya (Azwar, 1997). Skala dalam penelitian ini berjenis skala likert, yaitu sebuah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2009). Karakteristik skala sebagai alat ukur psikologi antara lain:

1. Stimulusnya berupa pertanyaan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur, melainkan mengungkap indikator perilaku yang

bersangkutan. Meskipun subyek yang diukur memahami pernyataan skala, namun subyek tidak mengetahui arah jawaban yang dikehendaki sehingga jawaban bersifat proyektif, yaitu berupa proyeksi dari perasaan atau kepribadiannya.

2. Dikarenakan atribut psikologis diungkap secara tidak langsung lewat indikator-indikator, sedangkan perilaku diterjemahkan dalam bentuk item-item, maka skala psikologis selalu berisi banyak item. Jawaban subyek terhadap satu item baru merupakan sebagian dari banyak indikasi mengenai atribut yang diukur, sedangkan kesimpulan akhir sebagai suatu diagnosis baru dapat dicapai bila semua item telah direspon.
3. Respon subyek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban benar atau salah. Semua jawaban dapat diterima sepanjang diisikan secara jujur dan sungguh-sungguh (Azwar, 1997).

Respon subyek kemudian diberi skor dengan melewati proses penskalaan yang hanya digunakan untuk mengungkap suatu atribut tunggal (undimensional), dimana hasil respon subyek perlu diuji reliabilitasnya secara psikometris dan validitasnya ditentukan oleh kejelasan konsep psikologis yang hendak diukur dan operasionalnya.

Pilihan jawaban dari setiap item terdiri dari empat buah, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Untuk item *favorable*, subyek akan memperoleh skor empat (4) untuk jawaban Sangat Setuju (SS); skor tiga (3) untuk jawaban Sesuai (S); skor dua (2) untuk jawaban Tidak Setuju (TS); dan skor satu (1) untuk jawaban Sangat

Tidak Setuju (STS). Sedangkan pada item yang *unfavorable*, subyek akan memperoleh skor empat (4) untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS); skor tiga (3) untuk jawaban Tidak Setuju (TS); skor dua (2) untuk jawaban Setuju (S); dan skor satu (1) untuk jawaban Sangat Setuju (SS).

Dalam penelitian ini menggunakan dua macam skala, yaitu skala beban kerja dan skala stres kerja. Adapun skala yang digunakan untuk pengambilan data adalah sebagai berikut:

1. Skala Beban Kerja

Beban kerja merupakan sejumlah kegiatan atau tugas yang harus diselesaikan oleh pekerja dalam jangka waktu tertentu yang mana dalam pelaksanaannya menuntut kemampuan seorang individu baik dari segi kuantitatif maupun segi kualitatif.

Skala beban kerja disusun berdasarkan aspek-aspek beban kerja dengan menggunakan pendapat Munandar (2004), yang mengelompokkan ke dalam dua aspek beban kerja, yaitu: kuantitatif dan kualitatif.

Kedua aspek beban kerja tersebut merupakan dasar untuk penyusunan skala beban kerja yang terdiri dari 20 butir pernyataan. *Blue Print* dapat terlihat pada Tabel 1 berikut ini:

Tabel 3.1 *Blue Print* Beban Kerja

Dimensi	Indikator	F	UF	Σ	%
Kuantitatif	Melakukan tugas terlalu banyak	1, 15	7, 19	8	40%
	Melakukan tugas dengan desakan waktu	3, 11	10, 18		
Kualitatif	Tidak mampu melakukan tugas	2, 4, 13, 6	8, 16, 20	12	60%
	Tugas yang dilakukan tidak sesuai dengan keterampilan yang dimiliki	5, 9, 14	12, 17		
Jumlah				20	100%

2. Stres Kerja

Stres kerja adalah respon individu terhadap stressor, baik yang berasal dari pekerjaan maupun di luar pekerjaan yang ditandai oleh adanya gejala fisiologis, psikologis, dan perilaku yang mengganggu aktivitas kerjanya.

Skala Stres Kerja disusun berdasarkan gejala-gejala stres kerja yang muncul pada umumnya, yaitu gejala fisiologis, gejala psikologis, dan gejala perilaku.

Ketiga gejala stres kerja tersebut merupakan dasar untuk menyusun skala stres kerja yang terdiri dari 40 butir pernyataan. *Blue Print* dapat terlihat pada Tabel 2 berikut ini:

Tabel 3.2 *Blue Print* Skala Stres Kerja

Dimensi	Indikator	F	UF	Σ	%
Fisiologis	Meningkatnya detak jantung	1	32	12	30%
	Merasa sakit kepala.	17	39		
	Mengalami ketegangan otot.	6	34		
	Mengalami gangguan lambung.	3	37		
	Mengalami kelelahan secara fisik.	14	24		
	Lebih sering berkeringat.	22	40		
	Psikologis	Mengalami kebosanan.	12		
Kehilangan konsentrasi.	2	30			
Menurunnya rasa percaya diri.	18	21			
Memiliki perasaan cemas.	28	5			
Mengalami kebingungan.	13	8			
Komunikasi tidak efektif.	16	36			
Kehilangan spontanitas.	31	19			
Perilaku	Menunda/menghindari pekerjaan.	7	25	14	35%
	Absen dari pekerjaan.	23	11		
	Suka menyendiri	15	33		
	Mengalami sulit tidur.	4	29		
	Tidak dapat rileks.	10	26		
	Mudah marah.	20	35		
	Menurunnya produktivitas kerja.	38	9		
Jumlah				40	100%

3. Validitas dan Reliabilitas

Dalam mengukur sesuatu diperlukan sebuah alat ukur yang valid dan reliabel sehingga dapat dipertanggungjawabkan keobjektifitasnya.

a. Validitas

Menurut Hadi (1995) mengatakan validitas adalah seberapa cermat suatu alat ukur dapat mengukur apa yang sebenarnya hendak diukur.

Sependapat uraian diatas, suatu alat ukur dikatakan mempunyai validitas tinggi apabila instrumen tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud pengukuran tersebut. Aitem dengan total correlations diatas 0,30 dinyatakan valid, sedangkan yang dibawah 0,30 dinyatakan gugur (Azwar, 1998).

Adapun cara yang paling banyak untuk mengetahui validitas suatu alat ukur adalah dengan dengan mengkorelasikan antara skor yang diperoleh masing-masing item dengan skor total. Skor total adalah nilai yang diperoleh dari penjumlahan semua skor aitem. Teknik korelasi yang digunakan adalah teknik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson.

Korelasi yang diperoleh dengan rumus angka kasar *Product Moment* perlu dikoreksi untuk menghindari adanya *over estimate* atau kelebihan bobot, maka perlu dikoreksi dengan menggunakan teknik korelasi *part whole*. Kelebihan bobot tersebut terjadi karena skor item yang dikorelasikan dengan skor total masih ikut sebagai komponen skor total sehingga menyebabkan angka korelasi menjadi besar. Uji validitas ini menggunakan program komputer *Statistical Packages For Sosial Sciences (SPSS) for Windows version 16.0*.

Setelah dilakukan uji validitas untuk masing-masing variabel maka dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

- 1) Beban Kerja

Berdasarkan hasil uji validitas terhadap skala beban kerja pada karyawan produksi, diperoleh hasil bahwa dari 20 aitem yang

diujicobakan, terdapat 5 aitem yang tidak valid atau gugur, sehingga total aitem yang valid adalah 15 aitem dengan nilai lebih besar dari koefisien korelasi 0,30 (r tabel). Koefisien validitas yang didapat untuk aitem valid berkisar antara 0,335 sampai 0,496. Perincian mengenai aitem yang valid dan aitem yang gugur dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini:

Tabel 3.3 Rincian Nomor Aitem Valid dan Gugur Skala Beban Kerja

Aspek	Sebaran Aitem		Jumlah Aitem Valid
	Favorable	Unfavorable	
Kuantitatif	1, 3, 11, 15	7*, 10, 18*, 19	6
Kualitatif	2, 4, 5, 6, 9, 13*, 14	8*, 12, 16, 17*, 20	9
Total			15

Keterangan:

Tanpa tanda* : aitem valid

Dengan tanda* : aitem gugur

Aitem valid pada skala beban kerja berjumlah 15 aitem dari 20 aitem yang telah disajikan. Data penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah data yang berasal dari aitem valid. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran tabel C.17.

2) Stres Kerja

Berdasarkan hasil uji validitas terhadap skala stres kerja pada karyawan produksi, diperoleh hasil bahwa dari 40 aitem yang diujicobakan, terdapat 10 aitem yang tidak valid atau gugur, sehingga

total aitem yang valid adalah 30 aitem dengan nilai lebih besar dari koefisien korelasi 0,30 (r tabel). Koefisien validitas yang didapat untuk aitem valid berkisar antara 0,316 sampai 0,542. Perincian mengenai aitem yang valid dan aitem yang gugur dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 3.4 Rincian Nomor Aitem Valid dan Gugur Skala Stres Kerja

Gejala	Sebaran Aitem		Jumlah Aitem Valid
	Favorable	Unfavorable	
Fisiologis	1,3,6,14,17*,22	24,32,34*,37,39,40*	9
Psikologis	2*,12,13,16*,18,28,31*	5,8,19,21,27,30,36*	10
Perilaku	4,7,10,15*,20*,23,38	9*,11,25,26,29,33,35	11
Total			30

Keterangan:

Tanpa tanda* : aitem valid

Dengan tanda* : aitem gugur

Aitem valid pada skala stres kerja berjumlah 30 aitem dari 40 aitem yang telah disajikan. Data penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah data yang berasal dari aitem valid. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran tabel C.16.

b. Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur pada prinsipnya adalah bagaimana alat ukur tersebut mampu menunjukkan sejauh mana pengukuran dapat memberikan hasil yang relatif sama bila dilakukan pengukuran kembali

terhadap subyek yang sama. Sebuah alat ukur dapat dikatakan reliabel bila koefisien hasilnya lebih besar dari 0,70 (Azwar, 1997).

Ada beberapa teknik untuk menguji reliabilitas alat ukur, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teknik koefisien *Alpha* yang dikembangkan oleh *Conbach*. Alasan penggunaan teknik ini menurut Nofusis (Pujangga, 2011) adalah:

- 1) Teknik *Alpha* merupakan salah satu teknik uji reliabilitas yang saat ini banyak digunakan.
- 2) Perhitungan teknik *Alpha* didasarkan pada teknik *Interval Consistency*.
- 3) Dari koefisien *Alpha* dapat diketahui ada atau tidaknya sistem yang paling menunjang satu dengan yang lainnya.
- 4) Koefisien yang tinggi berarti alat ukurnya adalah reliabel dan tingginya koefisien *Alpha* tersebut juga diartikan sebagai adanya item yang saling mendukung satu dengan yang lainnya.

Cara yang digunakan untuk menghitung reliabilitas penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik koefisien *Alpha* yang dikembangkan oleh *Conbach* dan dihitung dengan menggunakan program komputer *Statistical Packages For Sosial Sciences (SPSS) for Windows version 16.0*.

Pengujian reliabilitas telah dilakukan untuk masing-masing variabel dan hasilnya dapat dilihat pada tabel 5 dan tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 3.5 Reliabilitas Beban Kerja

Cronbach's Alpha	N of Items
.764	20

Tabel 3.6 Reliabilitas Stres Kerja

Cronbach's Alpha	N of Items
.841	40

Reliabilitas keseluruhan, pada skala beban diperoleh hasil koefisien reliabilitas sebesar 0,764 yang berarti skala tersebut dapat diandalkan untuk mengungkap beban kerja pada karyawan. Sedangkan pada skala stres kerja diperoleh hasil koefisien reliabilitas sebesar 0,841 yang berarti skala tersebut dapat diandalkan untuk mengungkapkan stres kerja pada karyawan produksi.

F. Analisis Data

Analisis data adalah cara yang digunakan dalam mengolah data yang diperoleh, sehingga didapatkan suatu kesimpulan. Metode analisis data digunakan adalah analisis statistik. Kelebihan analisis statistik untuk analisa data (Hadi, 2000) adalah:

1. Statistik bekerja dengan angka-angka yang menunjukkan nilai atau harga.

2. Statistik bersifat obyektif, sehingga unsur-unsur subyektif dapat dihindari. Dalam arti lain, statistik sebagai alat penilaian tidak dapat berbicara kecuali apa adanya.
3. Statistik bersifat universal, dalam arti digunakan hampir dalam semua penelitian.

Teknik yang sesuai digunakan untuk mencari hubungan beban kerja dengan stres kerja pada karyawan produksi menggunakan teknik korelasi. Yaitu sebuah analisis hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Korelasi tersebut bisa secara korelasional dan bisa juga secara kasual. Jika korelasi tersebut tidak menunjukkan sebuah sebab akibat, maka korelasi tersebut dikatakan korelasional, artinya sifat hubungan variabel satu dengan variabel lainnya tidak jelas mana variabel sebab dan mana variabel akibat. Sebaliknya, jika korelasi tersebut menunjukkan sifat sebab akibat, maka korelasinya dikatakan kasual, artinya variabel yang satu merupakan sebab. Dan variabel lainnya merupakan akibat (Muhid, 2010), Analisis korelasi yang digunakan adalah korelasi *Kendall's Tau* dan teknik perhitungannya menggunakan program komputer *Statistical Packages For Sosial Sciences (SPSS) for Windows version 16.0*.