

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan bersifat Kuantitatif. Menurut Sugiyono (2003) metode penelitian kuantitatif bertujuan untuk memperoleh data yang kemudian diubah menjadi angka. Penelitian ini dengan pendekatan survei yang menggunakan kuisioner sebagai instrumen penelitian. Sasaran penelitian ini adalah para pekerja baik karyawan maupun pekerja *outsorsing* dari berbagai bidang pekerjaan masing – masing. Fokus pembahasan penelitian ini terkait pengaruh beban kerja terhadap stres kerja dengan moderator jenis kelamin pekerja dalam naungan Swalayan X.

#### **3.2 Identifikasi Variabel**

Menurut Sugiyono (2020) identifikasi variabel dilakukan peneliti untuk menarik kesimpulan yang telah dipelajari mencakup karakteristik, sifat, atau nilai dari individu, objek, bahkan kegiatan yang memiliki variasi tertentu. Adapun identifikasi variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Bebas (X) adalah variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain atau dapat juga dikatakan variabel yang pengaruhnya terhadap variabel lain ingin diketahui. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebasnya adalah Beban kerja.
2. Variabel Terikat (Y) adalah variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain atau variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikatnya adalah Stres kerja.
3. Variabel Moderasi (M) adalah variabel yang mempengaruhi (memperkuat atau memperlemah) hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel moderasi adalah Jenis Kelamin.

#### **3.3 Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Peneliti harus memilih dan menentukan definisi operasional yang paling relevan bagi variabel yang ditelitinya (Azwar 2011 : 74). Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Stres Kerja

Definisi stres kerja adalah suatu kondisi dinamis yang dialami individu dalam menghadapi peluang, kendala atau tuntutan yang terkait dengan apa yang sangat diinginkannya dan hasilnya dipersepsikan sebagai tidak pasti tapi penting. Indikator stress kerja menurut Robbins dan Judge (2008), yaitu dari sisi fisiologis stress kerja dapat menciptakan perubahan di dalam metabolisme, meningkatkan fungsi jantung dan tingkat pernapasan dan tekanan darah, membawa sakit kepala, serta menimbulkan serangan jantung. Dari sisi psikologis mencakup ketidakpuasan pekerjaan menjadi penyebab yang sangat jelas dari stres. Stres kerja dapat mempengaruhi keadaan psikologis seperti ketegangan, kecemasan, sifat mudah marah, kebosanan, dan penundaan. Sedangkan dari sisi perilaku meliputi penurunan dalam produktivitas, ketidakhadiran, dan tingkat perputaran, demikian pula dengan perubahan perubahan dalam kebiasaan makan, meningkatnya merokok dan konsumsi alkohol, pidato yang cepat, gelisah, dan gangguan tidur. Untuk mengukur tinggi rendahnya tingkat stres kerja menggunakan skala stress kerja berdasarkan aspek-aspek tersebut. Tingkat stres kerja pada subjek penelitian berdasarkan jumlah skoring skala stres kerja. Jadi, semakin tinggi skor tingkat stres kerja pada pekerja maka semakin tinggi stres yang disebabkan oleh pekerjaan yang dialami pekerja.

### 2. Beban Kerja

Definisi beban kerja adalah suatu kondisi dari pekerjaan dengan uraian tugasnya yang harus diselesaikan pada batas waktu tertentu. Beban kerja dapat diukur melalui 3 aspek menurut Munandar (2008) terdapat aspek beban kerja dengan indikator beban fisik fisiologis dan beban fisik biomekanika. Aspek kedua adalah beban waktu dengan gangguan konsentrasi, adanya rasa bingung, kewaspadaan dan ketepatan pelayanan sebagai indikator dari aspek tersebut. Aspek terakhir adalah beban mental seperti kecepatan dalam mengerjakan pekerjaan dan mengerjakan pekerjaan dua/lebih dalam waktu yang sama. Tingkat beban kerja yang dirasakan subjek berdasarkan jumlah skor skala beban kerja. Jadi, semakin tinggi skor tingkat beban kerja, maka semakin tinggi beban kerja yang dirasakan pekerja.

### 3. Jenis Kelamin

Definisi jenis kelamin dibagi menjadi dua jenis kelamin manusia yang ditentukan secara biologis, bersifat permanen (tidak dapat dipertukarkan antara laki-laki dan

perempuan), dibawa sejak lahir dan merupakan pemberian Tuhan sebagai seorang laki-laki atau seorang perempuan. Menurut Mufidah (2013) perbedaan ciri laki-laki dan perempuan secara biologis dan karakter adalah jika laki-laki memiliki jakun, penis, dan sperma dengan karakter yang cenderung pemberani, maskulin, kuat, rasional, cerdas, dan superior. Sementara itu perempuan secara biologis memiliki payudara, vagina, ovum, haid, hamil, melahirkan, menyusui, dengan karakter yang cenderung penakut, feminim, lemah, emosional, cenderung bodoh, dan inferior. Secara pensifatan jenis kelamin merupakan kodrati pemberian Tuhan, tetap dan tidak dapat dipertukarkan. Sedangkan pensifatan secara *gender* ditentukan oleh masyarakat, disosialisasikan bahwa sudut pandang yang dimiliki laki-laki maupun perempuan dapat berubah sifat tergantung karakter.

### **3.4 Populasi dan Teknik Sampling**

#### **3.4.1 Populasi**

Menurut Azwar populasi didefinisikan menjadi grup subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Kelompok subjek ini harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik-karakteristik beserta yang membedakannya berasal dari kelompok subjek yang lain (Azwar, 2011 : 77). Adapun, populasi dalam penelitian ini merupakan karyawan di kantor pusat Swalayan X, dan pekerja di Swalayan X Gresik yg saat ini jika di jumlah terdapat 65 karyawan sebagai responden penelitian.

#### **3.4.2 Teknik Sampling**

Sampel merupakan sebagian atau wakil asal populasi yg akan diteliti. Arikunto (2006) Bila subjek penelitian kurang berasal 100, lebih baik diambil semua, sedangkan untuk subjek yg lebih dari 100 maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25%. Menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Jadi, jumlah sampel dalam penelitian ini 65 orang.

Sugiyono (2017) Sampel adalah bagian dari populasi dengan karakteristik yang telah ditentukan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* dalam teknik *non probability sampling*. Sugiyono (2016) Teknik *accidental sampling* atau *insidental sampling* adalah teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan. Teknik ini digunakan peneliti untuk memilih sampel berdasarkan siapa saja yang kebetulan ditemui dan dianggap

cocok sebagai sumber data. Kriteria yang digunakan adalah berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan dan bekerja dalam naungan swalayan x.

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan menyebarkan kuesioner. Kuesioner adalah daftar pertanyaan yang mencakup semua penelitian dalam bentuk kuesioner dan disebarikan kepada responden untuk diisi sesuai dengan alternatif jawaban yang telah disediakan. Metode pengumpulan data menjadi efektif jika peneliti memiliki pemahaman tentang variabel yang akan diukur dan kemungkinan seperti apa tanggapan subjek penelitian. Skala yang digunakan adalah skala *likert* agar memperoleh data fakual.

Skala beban kerja dan skala stres kerja berbentuk pernyataan mendukung (favorabel) dan pernyataan tidak mendukung (unfavorabel) dengan penilaian skor sebagai berikut :

**Tabel 3. 1 Penilaian Skala Stres Kerja**

Penilaian Skala Stres Kerja		
Alternatif Jawaban	Nilai	
	Favorable	Unfavorabel
Sangat Tidak Setuju	1	5
Tidak Setuju	2	4
Netral	3	3
Setuju	4	2
Sangat Setuju	5	1

**Tabel 3. 2 Penilaian Skala Beban Kerja**

Penilaian Skala Beban Kerja		
Alternatif Jawaban	Nilai	
	Favorable	Unfavorabel
Sangat Tidak Setuju	1	5
Tidak Setuju	2	4
Netral	3	3
Setuju	4	2
Sangat Setuju	5	1

### 3.5.1 Skala Stres Kerja

Penelitian ini menggunakan skala stres kerja yang berdasarkan pada teori Robbins (2017) yang telah dibuat oleh peneliti, kemudian dosen pembimbing 2 selaku *expert judgement* memberikan penilaian aitem. Skala ini terdiri dari 30 aitem dengan masing-masing favorabel 16 aitem dan unfavorabel 14 aitem sebagai berikut :

**Tabel 3. 3 *Blueprint* Skala Stres Kerja**

Aspek	No.Aitem		Jumlah
	Favorabel	Unfavorabel	
Detak jantung dan nafas tidak teratur	1, 18	20	3
Tekanan darah meningkat	3	16	2
Merasakan sakit kepala	9	14	2
Tidak puas dalam pekerjaan	19	26	2
Mudah marah, gelisah, cemas, dan bosan	5, 11, 24, 29	4, 6, 15	7
Sering menunda pekerjaan	13	28	2
Perubahan produktivitas	7, 23	2, 12,	4
Ketidakhadiran pada jadwal kerja	25	22	2
Konsumsi rokok atau alkohol meningkat	17, 21	10, 30	4
Perubahan selera makan	27	8	2
<b>Jumlah</b>			<b>30</b>

Responden diminta kesediaannya untuk menjawab seluruh aitem pernyataan skala stres kerja yang telah disediakan dengan cara mengisi alternatif jawaban yang sesuai dengan keadaan yang dirasakan responden.

### 3.5.2 Skala Beban Kerja

Penelitian ini menggunakan skala beban kerja yang berdasarkan pada teori Munandar (2001) yang telah dibuat sendiri oleh peneliti, kemudian dosen pembimbing 2 selaku *expert judgement* memberikan penilaian aitem. Skala ini terdiri dari 30 aitem dengan masing-masing favorabel 18 aitem dan unfavorabel 12 aitem. Responden diminta kesediaannya untuk menjawab seluruh aitem pernyataan skala beban kerja yang telah disediakan dengan cara mengisi alternatif jawaban yang sesuai dengan keadaan yang dirasakan responden. *Blue print* skala beban kerja sebagai berikut :

**Tabel 3. 4 Blueprint Skala Beban Kerja**

Aspek	No.Aitem		Jumlah
	Favorabel	Unfavorabel	
Gangguan kesehatan pada sistem faal tubuh	2, 4, 11, 25, 28, 30	19	7
Gangguan kesehatan secara fisik	6, 20, 22	15, 23	5
Gangguan konsentrasi	8, 26	3, 21	4
Perasaan bingung dan waspada	18, 29	13, 17	4
Ketepatan dalam pelayanan	12, 14	1, 9	4
Kecepatan dalam pekerjaan	16, 24	5, 10	4
Mengerjakan dua atau lebih pekerjaan diwaktu yang sama.	27	7	2
<b>Jumlah</b>			<b>30</b>

### 3.6 Validitas dan Reliabilitas

#### 3.6.1 Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuesioner mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut. (Imam Gozali, 2016:52).

Dari pengertian itu dapat disimpulkan bahwa valid yaitu mengukur apa yang hendak diukur. Sebelum instrument digunakan sebagai alat pengumpul data maka uji coba dilakukan terlebih dahulu kepada responden yang diambil secara acak. Adapun rumus yang digunakan ialah uji korelasi produk momen.

#### 3.6.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. (Imam Gozali, 2016:47)

Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui tingkat kehandalan dari butir-butir pertanyaan yang valid. Pengujian dilakukan dengan mengukur reliabilitas dengan uji statistik *alpha cronbach's* ( $\alpha$ ). Kriteria penilaiannya adalah:

- 1) Jika nilai *Alpha cronbach's*  $> 0,7$  maka aitem valid dikatakan reliabel
- 2) Jika nilai *Alpha cronbach's*  $< 0,7$  maka aitem yang valid dikatakan tidak reliabel

## 3.7 Teknik Analisis Data

### 3.7.1 Uji Asumsi Klasik

Model regresi yang baik adalah memiliki distribusi data normal atau mendekati normal dan juga harus bebas dari asumsi klasik (Normalitas, Linieritas, Heteroskedastisitas, dan multikolinearitas) dalam penelitian ini menggunakan aplikasi komputer JASP (*Jeffry's Amazing Statistik Program*) versi 0.19.0.0.

#### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas untuk menguji apakah nilai residual yang telah distandarisasi pada model regresi berdistribusi normal atau tidak. Cara melakukan uji normalitas dapat dilakukan dengan pendekatan analisis grafik normal *probability* Plot. Pada pendekatan ini nilai residual terdistribusi secara normal apabila garis (titik-titik) yang menggambarkan data sesungguhnya akan mengikuti atau merapat ke garis diagonal.

#### 2. Uji Linieritas

Uji linieritas menjadi salah satu asumsi klasik yang harus terpenuhi untuk menguji hipotesis penelitian. Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel yang digunakan dalam penelitian memiliki hubungan yang linier atau tidak. Jika data terdistribusi secara normal, maka seluruh titik-titik akan berada didekat dengan garis diagonal yang menjadi referensi dalam menentukan normalitas. Jika titik-titik menyebar di atas atau di bawah garis diagonal, maka terdapat masalah pada penyebaran data.

#### 3. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya penyimpangan asumsi klasik. Heteroskedastisitas yaitu adanya ketidaksamaan varian dari residual untuk semua pengamatan pada model regresi. Prasyarat yang harus terpenuhi dalam model regresi adalah tidak adanya gejala heteroskedastisitas. Kriteria analisisnya adalah sebagai berikut :

- a. Jika terdapat pola tertentu, seperti titik-titik yang menghasilkan pola berulang (misal bergelombang, melebar lalu menyempit), maka dapat diindikasikan adanya heteroskedastisitas.

- b. Jika tidak terlihat pola yang jelas dan titik-titik tersebar secara merata di sekitar angka 0 pada sumbu Y, maka tidak ada indikasi heteroskedastisitas.

#### 4. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas dilakukan untuk menentukan ada atau tidaknya korelasi antara variabel-variabel independen dalam model regresi. Idealnya, model regresi yang baik tidak menunjukkan adanya korelasi antar variabel independen. Untuk mendeteksi multikolinieritas, dapat diperiksa nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) dan *tolerance*. *Tolerance* mengukur seberapa banyak variabilitas suatu variabel independen yang tidak dipaparkan oleh variabel independen lainnya. Nilai *tolerance* yang rendah akan menghasilkan VIF yang tinggi, sebab  $VIF = 1/Tolerance$ . Kriteria untuk membuktikan terdapat multikolinieritas adalah sebagai berikut:

- a. Jika  $tolerance \leq 0,10$  dan  $VIF \geq 10$  maka terjadi multikolinieritas.
- b. Jika  $tolerance \geq 0,10$  dan  $VIF \leq 10$  maka tidak terjadi multikolinieritas.

#### 3.7.2 Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan Software JASP versi 0.19.0.0 dengan metode *Moderation regression analysis* (MRA) atau analisis regresi moderasi. Analisis regresi moderasi merupakan analisis regresi yang melibatkan variabel moderasi dalam membangun model hubungannya. Variabel moderasi berperan sebagai variabel yang dapat memperkuat atau memperlemah hubungan antara variabel prediktor (independen) dengan variabel tergantung (dependen). Apabila variabel moderasi tidak ada dalam model hubungan yang dibentuk maka disebut sebagai analisis regresi saja, sehingga tanpa adanya variabel moderasi, analisis hubungan antara variabel prediktor dengan variabel tergantung masih tetap dapat dilakukan. Dalam analisis regresi moderasi, semua asumsi analisis regresi berlaku, artinya asumsi-asumsi dalam analisis regresi moderasi sama dengan asumsi asumsi dalam analisis regresi.