

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, penting untuk menentukan jenis metode yang tepat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan bentuk pendekatan yang menjelaskan hasil dari suatu bentuk variabel dan kemudian mengolahnya menjadi bentuk angka-angka dengan SPSS, hal ini disampaikan menurut Riduwan.<sup>1</sup> Alasan penulis menggunakan pendekatan kuantitatif dengan mempertimbangkan sesuai yang disampaikan oleh Arikunto bahwa sifa dari kuantitatif yaitu: kejelasan unsur tujuan, subjek, sumber data sudah jelas dan rinci sejak awal, dapat menggunakan sampel, kejelasan desain penelitian, dan analisis data dilakukan setelah semua data terkumpul.<sup>2</sup>

Selanjutnya, ketiga jenis dari penelitian ini adalah menggunakan uji regresi. Jenis penelitian yang diterapkan adalah regresi linear sederhana, yang digunakan untuk menguji hubungan antara satu variabel independen dan satu variabel dependen.<sup>3</sup> Pada penelitian ini akan menguji rregresi linear sederhana dari vaiabel tekanan kerja dengan *Psychological well-being*, tekanan kerja dengan kebersyukuran, dan kebersyukuran dengan *Psychological well-being*.

Penelitian ini bertujuan mengembangkan model matematis atau hipotesis terkait fenomena yang diteliti, khususnya hubungan antara tekanan kerja, *psychological well-being*, dan peran kebersyukuran sebagai mediator pada karyawan di Bank CIMB Niaga Kediri Raya. Penelitian ini memprediksi hubungan antara variabel X (tekanan kerja), variabel Y (*psychological well-being*), dan variabel mediasi Z (kebersyukuran).

---

<sup>1</sup> Riduwan, (2010). *Metode & Teknik Menyusun proposal penelitian*. Bandung:Alfabeta. Hal 65.

<sup>2</sup> Arikunto, (2010), *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta:PT Rineka Cipta).hal 32

<sup>3</sup> Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. Hal 74.

## B. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi yang disampaikan oleh Hadjar merupakan suatu kelompok besar individu yang mempunyai karakteristik umum yang sama.<sup>4</sup> Sedangkan pendapat lain disampaikan oleh Sugiyono, populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas objek ataupun subjek yang berkualitas dan berkarakter tertentu yang telah ditentukan peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. Populasi bukan hanya orang, namun juga benda-benda alam lainnya. Populasi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subjek atau objek.<sup>5</sup>

Penelitian korelasional memerlukan adanya populasi, dimana populasi tersebut digunakan sebagai objek yang memiliki karakteristik tertentu yang nantinya akan dicari sampel untuk mengisi kuesioner penelitian tersebut. Populasi merupakan total dari jumlah subjek yang akan diselidiki oleh seorang peneliti hal ini disampaikan menurut Sidik dan Denok.<sup>6</sup> Populasi mengarah pada keseluruhan individu, objek, atau subjek yang menjadi fokus dari penelitian peneliti. Populasi yang diambil dari penelitian ini merupakan karyawan di Bank CIMB Niaga Kediri Raya. Dengan kriteria karyawati di Bank CIMB Niaga Kediri Raya yang telah terdaftar sebagai karyawan di Bank Cimb Niaga yang berjumlah 50 karyawati (data dari Bank CIMB Niaga Kediri Raya).

Alasan menggunakan sampel sebanyak 50 responden dikarenakan berdasarkan data yang diperoleh dari bank CIMB Niaga Kediri Raya yang mana total dari keseluruhan 115 karyawan. Sehingga memungkinkan kategori dari Sugiono, bahwa ukuran layak dan ideal sampel 30 s.d 500.<sup>7</sup> Sehingga pada penelitian ini ideal menggunakan 50 responden, namun untuk memantapkan dan tersedianya responden yang lebih dari 30 maka pada penelitian ini peneliti menggunakan 50

---

<sup>4</sup> Purwanto, (2010), *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*, (Yogyakarta:Pustaka Belajar), hlm 241.

<sup>5</sup> Sugiyono, (2014), *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta), Hal 117.

<sup>6</sup> Priadana, M. Sidik, dan Denok Sunarsi.*Metode Penelitian Kuantitatif*. Tangerang: Pascal Books, 2021.

<sup>7</sup> Sugiyono, 2013, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. (Bandung: ALFABETA), hal 90-91.

responden, hal ini dipilih berdasarkan kriteria-kriteria yang sudah ditetapkan sebagai berikut:

- a. Subjek merupakan karyawan Bank CIMB Niaga Kediri Raya
- b. Berjenis kelamin Perempuan
- c. Sudah menikah
- d. Berstatus karyawan tetap

## 2. Sampel

Berdasarkan jumlah populasi yang sudah ditentukan, penelitian ini perlu menghitung sampel yang berguna untuk mengetahui berapa banyak kuesioner yang akan disebar. Menurut Sugiyono, sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi.<sup>8</sup> Teknik yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan jenis *Non-Probability* dengan teknik *purposive sampling*. Yang mana menurut Sugiyono *Purposive Sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Alasan menggunakan teknik ini karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Dengan demikian jumlah sampel yang digunakan sebanyak 50 responden agar hasil akurasi dari angket atau kuesioner dapat lebih baik. Dengan ukuran sampel karyawan di Bank CIMB Niaga Kediri Raya.

### C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah utama dalam penelitian untuk mendapatkan informasi yang diperlukan, baik data primer maupun sekunder, guna memecahkan masalah atau menguji hipotesis Siregar.<sup>9</sup> Syahrudin dan Salim, menjelaskan bahwa kuesioner, yang bisa berupa pertanyaan terbuka, tertutup, atau kombinasi keduanya, digunakan untuk mengumpulkan data.<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> Sugiyono, 2013, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. (Bandung: ALFABETA), hal 81.

<sup>9</sup> Siregar, Syofian. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*, Edisi Pertama, Jakarta: Kencana.

<sup>10</sup> Syahrudin dan Salim. 2014. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka Media.

Dalam penelitian ini, data dikumpulkan melalui kuesioner yang dibagikan secara offline kepada karyawan di Bank CIMB Niaga Kediri Raya. Kuesioner ini dirancang untuk mengumpulkan informasi mengenai tekanan kerja dan kebersyukuran sebagai mediator terhadap *psychological well-being*. Teknik ini dipilih untuk memastikan data yang diperoleh terstruktur dan konsisten dengan tujuan penelitian, yaitu mengidentifikasi hubungan antara tekanan kerja, *psychological well-being*, dan kebersyukuran.

Selain itu, teknik koesioner juga dipilih karena lebih efektif dari segi biaya juga waktu. Sehingga peneliti dapat memberikan kuesioner kepada responden secara bersamaan dan mengumpulkan data dari banyak responden dengan waktu yang relatif singkat. Jenis kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup, yang mana alternatif jawaban disediakan peneliti dan responden hanya perlu memilih jawaban yang paling sesuai.

Dalam penelitian ini, digunakan skala psikologi berdasarkan model skala Likert. Menurut Azwar, skala ini terdiri dari serangkaian pernyataan sikap yang dinilai dengan skor untuk memperoleh interpretasi dari respons individu.<sup>11</sup> Penelitian ini mengadaptasi skala Likert untuk mengukur *psychological well-being*, tekanan kerja, dan kebersyukuran, dengan pernyataan baik yang positif maupun negatif. Skala tersebut memiliki empat opsi jawaban: sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS) :<sup>12</sup>

**Tabel 3.3 : Kriteria Penelitian Skala Likert**

Favorable	Keterangan	Unfavorable
4	Sangat Sesuai (SS)	1
3	Sesuai (S)	2
2	Tidak Sesuai (TS)	3
1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

<sup>11</sup> Saifudin Azwar, (2008), *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, Hal 107.

<sup>12</sup> Nazir M, (2005), *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia: Bogor.

#### D. Instrumen Penelitian

Skala likert yang disusun terbagi menjadi tiga jenis bagian yakni, bagian pertama berisi pernyataan umum karakteristik dari responden dan bagian kedua berisi tentang skala variabel *psychological well-being*, tekanan kerja dan kebersyukuran.

Skala *Psychological well-being*

**Tabel 3.4 : Blueprint *Psychological well-being***

No	Aspek/ Dimensi	Indikator	Nomor Item		Total	Sumber
			Favorable	Unfavorable		
1.	Otonomi	Dapat mengontrol diri kepada arah yang positif. Mengolah energi dalam diri. Dapat mengambil Keputusan dengan baik.	1,11,21,31	6,16,26	7	Ryff C. D (1989)
2.	Penerimaan diri	Dapat menerima diri baik secara fisik maupun psikis.	2,12,22,32	7,17,27	7	
3.	Hubungan Positif dengan Orang Lain	Dapat menciptakan suasana yang menyenangkan di lingkungan sekitar Membuat orang lain merasa nyaman berada di dekat kita	3,13,23,33	8,18,28	7	

		Dapat menjalin relasi hubungan yang baik dengan orang lain.				
4.	Tujuan Hidup	Memiliki pandangan hidup yang konkrit. Tujuan hidup yang bermotivasi tinggi untuk diraih atau dicapai. Proses pertumbuhan hidup pada individu kearah yang positif.	4,14,24,34	9,19,29	7	
5.	Pertumbuhan Pribadi	Mampu dan memulai memanfaatkan fungsi positif dalam diri. Mengembangkan potensi dan kemampuan diri	5,15,25,35	10,20,30	7	

Skala Tekanan Kerja

**Tabel 3.5 : Blueprint Tekanan Kerja**

No	Aspek/ Dimensi	Indikator	Nomor Item		Total	Sumber
			Favorable	Unfavorable		
1.	Tuntutan Pekerjaan	Beban kerja yang diterima dan harus diselesaikan dalam kurun waktu tertentu. Kerumitan dalam tugas kerja yang harus diselesaikan. Target perusahaan yang tinggi.	1,11,21,29, 35,39	2,12,22,30,40	11	COOPER, C. 1., & Marshall, J (1976)
2.	Kontrol Pekerjaan	Besaran partisipasi yang dapat diberikan individu terhadap keputusan terkait pekerjaan. Keterampilan dalam melakukan	3,13,23,31,36	4,14,24,32	9	

		pekerjaan dengan tuntutan yang diberikan. Mendapatkan umpan balik terkait2 kinerjanya.				
3.	Dukungan Sosial	Sikap kooperatif atasan yang diberikan dengan bersikap dukungan maupun bantuan. Rekan kerja yang supportive. Tetap berada di hubungan baik dengan seluruh rekan di tempat kerja.	5,15,25,37	6,16,26	7	
4.	Budaya Organisasi	System koopertaif serta efektif yang diberlakukan organisasi	7,17,27	8,18	5	

		atau tempat kerja. Struktur organisasi yang jelas dan transparan serta efisien				
5.	Faktor Pribadi	Keterampilan dalam menguasai diri dari stress Personality yang dimiliki seperti ketahanan dan tingkat optimisme yang tinggi	9,19,28,33,38	10,20,34	8	

**Tabel 3.6 : Blueprin Kebersyukuran**

No	Aspek/ Dimensi	Indikator	Nomor Item		Total	Sumber
			Favorable	Unfavorable		
1.	Intensity	Intensitas bersyukur yang tinggi Selalu bersyukur dalam peristiwa yang dilalui	1,8,16,20,25	2,9,21	8	Mc Cullough (2002) dalam Sulistyarini (2010)
2.	Frequency	Frekuensi tingkat bersyukur tinggi dapat mendorong perasaan bersyukur setiap waktu. Mendukung Tindakan kebaikan yang mengarah ke arah kesederhanaan dan kesopanan.	3,10,17,23	4,11,24	7	
3.	Span	Pengalaman dapat mendorong	5,12,18	6,13	5	

		terbentuknya rasa bersyukur Rasa syukur dapat dirasakan melalui rasa syukur terhadap keluarga, pekerjaan, maupun Kesehatan.				
4.	Desinty	Tidak melupakan jasa orang yang membuatnya bersyukur Menerapkan perasaan bersyukur terhadap perilaku orang sekitar terhadap kita.	7,14,19	15,22	5	

## E. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian menurut Agusta, analisis data kuantitatif merupakan suatu kegiatan setelah data dari keseluruhan sampel dari populasi sudah terkumpul.<sup>13</sup> Menurut Beni Ahmad Saebani, data penelitian kuantitatif dianalisis menggunakan sebuah alat yang dinamakan dengan statistika dengan menggunakan metode bantuan dari aplikasi yaitu SPSS 20 for windows.<sup>14</sup> Data yang terkumpul akan diolah secara kuantitatif menggunakan rumus statistik. Pendekatan ini digunakan sebagai teknik analisis data menguji hipotesis dan analisis data penelitian.

Dan selanjutnya yaitu melakukan tabulating data. Dalam proses tabulasi disini pengolahan data dalam penelitian ini peneliti menggunakan aplikasi Microsoft excel dan juga SPSS for windows versi 25 untuk pengeditan juga uji statistic lebih lanjut. Dalam proses ini terdapat beberapa langkah yang harus ditempuh yaitu:

### a. Uji Instrumen

#### 1) Uji Validitas

Menurut Azwar, uji validitas bertujuan untuk memastikan ketelitian alat ukur dalam fungsinya.<sup>15</sup> Tes dianggap valid jika memberikan hasil yang tepat dan akurat. Validitas diuji melalui indeks korelasi item-total yang dikoreksi. Validitas isi diuji dengan analisis rasional dan penilaian profesional, di mana peneliti meminta bantuan dari pembimbing untuk menilai kesesuaian item dan skala instrumen sebelum diuji pada subjek.

Setelah data dikumpulkan, validitas diuji menggunakan SPSS versi 25. Hasil uji validitas dianggap memuaskan jika nilai indeks korelasi item-total  $\geq 0,30$ . Namun, sebagai peneliti pemula, batas validitas yang digunakan adalah  $\geq 0,25$ . Item dengan indeks korelasi item-total  $< 0,25$  dianggap tidak valid, sedangkan item dengan nilai  $> 0,25$  dianggap valid dan memuaskan.

#### 2) Uji Reliabilitas

Menurut Azwar, reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran

---

<sup>13</sup> Agusta, I. (2014). *Teknik Pengumpulan dan Analisis Data Kualitatif*. Jurnal Studi Komunikasi Dan Media. Hal 42.

<sup>14</sup> Ahmad, Saebani Beni. 2008. *Metode Penelitian*. Bandung : Pustaka Setia. Hal 63.

<sup>15</sup> Azwar, S. (2020). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 25.

terhadap objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama pula. Reliabilitas juga dapat diartikan sebagai tingkat konsistensi dari hasil pengukuran yang dilakukan. Koefisien reliabilitas alpha adalah salah satu metode yang digunakan untuk mengukur reliabilitas instrumen. Koefisien reliabilitas alpha memiliki nilai antara 0 sampai dengan 1. Semakin tinggi nilai koefisien reliabilitas alpha, maka semakin tinggi pula reliabilitas instrumen tersebut.<sup>16</sup>

Menurut Azwar (2012), interpretasi koefisien reliabilitas alpha adalah sebagai berikut:

- 0,00 - 0,20: Reliabilitas sangat rendah
- 0,21 - 0,40: Reliabilitas rendah
- 0,41 - 0,60: Reliabilitas sedang
- 0,61 - 0,80: Reliabilitas tinggi
- 0,81 - 1,00: Reliabilitas sangat tinggi

## **b. Uji Asumsi**

Dalam uji asumsi menurut Wiratna Sujarweni, pada penelitian ini menggunakan uji asumsi dasar.<sup>17</sup> Pada penelitian ini menggunakan variabel x (tekanan kerja), variabel y (*Psychological well-being*) dan variabel z (kebersyukuran). Selanjutnya peneliti akan melakukan uji asumsi yang terdiri dari 2 jenis uji yaitu:

### 1) Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian dilakukan guna mengetahui apakah suatu data yang akan digunakan memiliki distribusi normal atau tidak normal. Guna mengetahui apakah data tersebut normal atau tidak, maka dalam penelitian ini menggunakan uji *kollmolgrolf-smirnov*. Uji kolomolgrolf smirnov memiliki teknik analisis data sebagai berikut:

Data distribusi normal : Jika nilai probability sig 2 taileld  $\geq 0,05$

Data distribusi tidak normal : Jika nilai probability sig 2 taileld  $< 0,05$

---

<sup>16</sup> Azwar, S. (2004). Reliabilitas dan validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.hal 76.

<sup>17</sup> Sujarweni, Wiratna. 2014. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press. Hal 48.

## 2) Uji Analisis Deskriptif

Statistik deskriptif merupakan gambaran atau deskripsi segala sesuatu yang terkait pengumpulan data dan ringkasan hasil data. Statistik deskriptif menampilkan ciri-ciri data berikut : varian, standard deviasi, kuartil, mean, dan median. Menurut Sugiyono, statistik deskriptive merupakan statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya dengan maksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum.<sup>18</sup>

### c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui hubungan tekanan kerja dan mediasi kebersyukuran dengan *psychological well-being*. Hal itu dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana.

#### 1) Analisis Linier Sederhana (Uji T)

Uji hipotesis dalam penelitian ini berfungsi untuk mengetahui apakah ada pengaruh hubungan variabel X (Tekanan Kerja) terhadap variabel Y (*Psychological well-being*) di bank CIMB Niaga Kediri Raya. Adapun persamaan regresi linear sederhana adalah sebagai berikut :

$$Y = \alpha + bX$$

Keterangan :

Y = Subjek dalam variabel dependen yang diprediksikan

$\alpha$  = Angka Konstanta dari unstandardized coefficients

b = Angka Koefisien regresi

X = Variabel Independen

Dasar Pengambilan Keputusan Uji t dalam Analisis Regresi, yaitu :

a. Berdasarkan Nilai Signifikansi (Sig.)

---

<sup>18</sup> Sugiyono (2015). Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods). Bandung: Alfabeta.hal 207.

1. Jika nilai signifikansi probabilitas koefisien (Sig).  $<$  probabilitas 0,05 dikatakan ada pengaruh yang dihasilkan dari variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) atau hipotesis diterima.
2. Jika nilai signifikansi probabilitas koefisien (Sig).  $>$  probabilitas 0,05 maka dikatakan tidak ada pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) atau hipotesis ditolak.
  - b. Berdasarkan Perbandingan Nilai t hitung dengan t tabel
    1. Jika t hitung  $>$  t tabel, maka terdapat pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) atau hipotesis diterima.
    2. Jika t hitung  $<$  t tabel, maka tidak ada pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) atau hipotesis ditolak.

## 2) Uji Sobel

Uji sobel digunakan untuk menguji hipotesis penelitian yang mana terdapat variabel ketiga yang memediasi hubungan antara variabel independen dan dependen. Uji sobel memiliki beberapa tahapan :<sup>19</sup>

- a. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh variabel independen terhadap variabel mediasi digunakan uji regresi linier dasar sederhana. Tahapan ini untuk menghitung koefisien  $a$  dan *error b (Sa)*.
- b. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh variabel independen dan mediator terhadap variabel dependen digunakan analisis uji regresi linier berganda. Tahap ini untuk mengetahui koefisien  $b$  dan *error b (Sb)*.
- c. Untuk menentukan tingkat signifikansi nilai  $p$  mediasi, menggunakan bantuan *calculator for sobel test* untuk menghitung uji sobel dengan standar error. Nilai  $p$ -value yang kurang dari 0,01 menunjukkan bahwa variabel mediator mampu memediasi variabel independen terhadap variabel dependen.

---

<sup>19</sup> Abu-Bader, S., & Jones, T. V. (2021). *STATICTICAL MEDIATION ANALYSIS USING THE SOBEL TEST AND HAYES SPSS PROCESS MACRO SOBEL* . International Journal of Quantitative and Qualitative Research Methods, 9.