

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif¹ adalah penelitian yang dalam pelaksanaannya banyak menggunakan angka-angka mulai dari pengumpulan data, penafsiran, hingga penarikan kesimpulan. Penelitian ini lebih banyak menampilkan dan memaknai angka-angka yang disertai dengan gambar, tabel, grafik, atau tampilan lainnya. Menurut Sugiyono², penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data menggunakan instrumen penelitian, dan menganalisis data secara kuantitatif atau statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Jenis penelitian kausal adalah salah satu jenis penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari satu atau lebih variabel terhadap variabel lain³.

B. Variabel Penelitian

Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini terkandung beberapa variabel, yaitu:

¹ Imam Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan, Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif)* (Yogyakarta, 2021).

² Sugiyono, *Buku Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi R&D Dan Penelitian Pendidikan)*.

³ Misbahuddin and Iqbal Hasan, *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2013).

1. Variabel bebas (X): Variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat⁴. Adapun variabel bebas dalam penelitian ini adalah Kesejahteraan psikologis.
2. Variabel terikat (Y): Variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Adapun variabel terikat dalam penelitian ini adalah Konflik peran ganda.

C. Definisi operasional

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu yang memiliki sikap positif terhadap dirinya dan orang lain, dapat menerima segala kekurangan dan kelebihan dirinya, memahami arti dan tujuan kehidupan, serta mengevaluasi kognitif dan afektif di dalam hidupnya⁵. Kesejahteraan psikologis didasarkan pada beberapa aspek, yaitu kepuasan hidup, dukunga sosial, kebahagiaan, serta kesehatan mental dan fisik. Semakin tinggi skor yang dimiliki oleh individu maka semakin tinggi kesejahteraan psikologi yang dimiliki oleh individu tersebut. Begitu pula sebaliknya

Konflik peran ganda disebut juga work-family conflict atau konflik kerja-keluarga, konflik ini didefinisikan sebagai bentuk konflik peran dimana tuntutan peran dari pekerjaan dan keluarga tidak dapat diselaraskan dengan baik. Terjadi ketika individu berupaya memenuhi peran di tempat kerja, namun usahanya dipengaruhi oleh kemampuan individu untuk memenuhi tuntutan di keluarganya⁶. Semakin tinggi skor yang dimiliki oleh individu maka semakin tinggi konflik peran ganda yang dialami oleh individu tersebut. Begitu pula sebaliknya.

⁴ Sudaryono, Gaguk Margono, and Wardani Rahayu, *Pengembangan Instrumen Penelitian Pendidikan* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013).

⁵ Ryff and Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited."

⁶ Darmawati, *Work Family Conflict (Konflik Peran Pekerjaan Dan Keluarga)* (Parepare, 2019).

D. Sumber Data

Data ialah bahan mentah yang perlu diolah sehingga menghasilkan informasi atau keterangan, baik kualitatif maupun kuantitatif yang menunjukkan fakta⁷

1. Data Primer: Data yang diperoleh atau dikumpulkan langsung di lapangan oleh orang yang melakukan penelitian atau yang bersangkutan yang memerlukannya⁸. Adapun dalam penelitian ini data primer berupa skala.
2. Data Sekunder: Data yang dikumpulkan oleh peneliti dari sumber-sumber yang sudah ada, data ini diperoleh dari perpustakaan atau dari laporan-laporan penelitian sebelumnya⁹. Dalam penelitian ini, data sekunder diperoleh dari penelitian terdahulu, buku, jurnal, artikel, data statistik yang dipublikasikan oleh lembaga pemerintahan, serta informasi dari media massa.

E. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan obyek penelitian yang dapat terdiri dari manusia, hewan, tumbuhan, peristiwa, sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu dalam penelitian¹⁰. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru yang mengajar di SMA Negeri 1 Kutorejo yang berjumlah 79 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut¹¹. Sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik purposive

⁷ Victorianus Aries Siswanto, *Strategi Dan Langkah-Langkah Penelitian* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012).

⁸ Misbahuddin and Iqbal Hasan, *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2013).

⁹ Ibid.

¹⁰ Siswanto, *Strategi Dan Langkah-Langkah Penelitian* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012).

¹¹ Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan, Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif)* (Yogyakarta, 2021).

sampling¹², adalah Teknik penentuan sampel untuk tujuan tertentu saja. Teknik ini berorientasi kepada pemilihan sampel di mana populasi dan tujuan yang spesifik dari penelitian, diketahui oleh peneliti sejak awal. Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah:

1. Perempuan
2. Sudah menikah

Dari kriteria pengambilan sampel, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 41 guru yang memenuhi kriteria tersebut. Oleh karena itu, sampel dalam penelitian ini adalah 41 guru perempuan yang sudah menikah di SMA Negeri 1 Kutorejo. Pemilihan sampel ini dilakukan dengan mempertimbangkan bahwa individu yang sudah menikah lebih mungkin mengalami konflik peran ganda antara tuntutan pekerjaan dan keluarga dibandingkan dengan yang belum menikah.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk memperoleh atau mengumpulkan data dalam memecahkan suatu masalah penelitian dan juga merupakan alat yang digunakan peneliti untuk memecahkan masalah dalam sebuah penelitian¹³. Untuk model skala pengukuran menggunakan Skala Likert¹⁴ yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok tentang kejadian atau gejala sosial. Terdiri dari aitem favorable dan aitem unfavorable dengan empat alternatif jawaban yaitu SS (sangat setuju, S

¹² Ibid.

¹³ Ninit Alfianika, *Buku Ajar Metode Penelitian Pengajaran Bahasa Indonesia* (Yogyakarta: Deepublish, 2016).

¹⁴ Sri Hastuti Noer, *Desain Pembelajaran Matematika; Untuk Mahasiswa Program Studi Pendidikan Matematika Edisi 2* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2019).

(setuju), TS (tidak setuju), STS (sangat tidak setuju). Pada aitem favorable maka digunakan penilaian yaitu SS = 4, S = 3, TS = 2, dan STS = 1, sedangkan pada item unfavorable maka digunakan penilaian yaitu SS = 1, S = 2, TS = 3, dan STS = 4. Skala yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala Kesejahteraan Psikologis yang dikembangkan oleh Ryff¹⁵. Skala ini mencakup enam dimensi kesejahteraan psikologis: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, autonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Tabel 3. 1 Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis

No	Aspek	Indikator	Jenis Pertanyaan		Total
			Favorable	Unfavorable	
1	Autonomi	Kemampuan membuat keputusan independen, Rasa percaya diri mengelola kehidupan sendiri	10,2 37,5	22,4 40,1	8
2	Penerimaan Diri	Penerimaan terhadap diri sendiri, Rasa puas dengan diri sendiri termasuk kekurangan dan kelebihan	9,11 38,8	3,6 39,25	8
3	Hubungan positif dengan orang lain	Kemampuan membangun dan mempertahankan hubungan dekat Memiliki hubungan yang hangat, dan saling percaya dengan orang lain Kepedulian dan empati terhadap orang lain	36,30 41,21 44,51	24,7 43,12 42,52	12
4	Penguasaan lingkungan	Kemampuan mengatur lingkungan sekitar Rasa kontrol terhadap situasi yang dihadapi	15,23 46,33	32,26 45,13	8
5	Tujuan hidup	Memiliki tujuan dan makna hidup yang jelas Merasa bahwa hidup memiliki arah dan tujuan yang penting	14,28 48,19	16,31 47,35	8
6	Pertumbuhan pribadi	Rasa terus berkembang dan menjadi pribadi yang lebih baik Keterbukaan terhadap pengalaman baru dan tantangan	17,34 50,20	18,29 49,27	8
	Jumlah				52

¹⁵ Tricia Seifert, "Ryff Scales of Psychological Well-Being | Wabash National Study," *Center of Inquiry*, 2005.

2. Skala Konflik Peran Ganda

Skala Konflik Peran Ganda yang dikembangkan oleh Jeffrey H. Greenhaus.

Skala ini mencakup tiga aspek; konflik waktu, konflik ketegangan, dan konflik perilaku.

Tabel 3. 2 Blue Print Skala Konflik Peran Ganda

No	Aspek	Indikator	Jenis Pertanyaan		Total
			Favorable	Unfavorable	
1	Konflik Waktu	Waktu yang dihabiskan mengganggu waktu dengan keluarga	1,7	3,8	12
		Waktu yang dihabiskan untuk keluarga mengganggu waktu untuk pekerjaan	13,36	14,34	
		Sulit menemukan waktu yang cukup untuk memenuhi tuntutan peran kerja dan peran keluarga.	16,35	15,33	
2.	Konflik Ketegangan	Stres atau tekanan dari peran kerja memengaruhi kinerja dan kesejahteraan dalam peran keluarga.	4,9	2,12	12
		Stres atau tekanan dari peran keluarga memengaruhi kinerja dan kesejahteraan dalam peran kerja.	20,30	19,31	
		Ketegangan emosional di tempat kerja mempengaruhi suasana hati dan hubungan di rumah.	17,32	18,29	
3.	Konflik Perilaku	Gaya perilaku yang diperlukan di tempat kerja bertentangan dengan gaya perilaku yang diperlukan di rumah.	6,11	5,10	12
		Perilaku yang diperlukan di rumah bertentangan dengan perilaku yang diperlukan di tempat kerja.	22,26	23,25	
		Kesulitan mengubah peran dari pekerja menjadi anggota keluarga, dan sebaliknya.	24,27	21,28	
	Jumlah				36

G. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan Teknik pengumpulan data melalui kuesioner yang berisi pernyataan-pernyataan yang diukur menggunakan skala psikologi. Skala psikologi yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah dua skala, yaitu skala kesejahteraan psikologis dan konflik peran ganda. Nantinya data akan disebarakan secara daring menggunakan *platform survey* online. Responden

diminta untuk mengisi berdasarkan persepsi masing-masing. Sebelum mengisi, responden akan diberikan informasi mengenai tujuan penelitian, serta jaminan kerahasiaan dan anonimitas data mereka. Responden yang setuju untuk berpartisipasi akan mengisi serangkaian pertanyaan dalam waktu yang ditentukan. Mengingat Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive*, guru yang memenuhi spesifikasi sampel di SMA Negeri 1 Kutorejo akan diminta untuk mengisi kuesioner tersebut.

H. Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul akan dianalisis menggunakan software statistik SPSS versi 23. Teknik analisis yang akan digunakan meliputi:

1. Uji Instrument

a. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata “*validity*”, yang berarti sejauh mana ketepatan dan kecermatan alat ukur dalam menjalankan fungsinya. Suatu tes memiliki validitas tinggi jika hasilnya sesuai dengan tujuan pengukuran. Validitas menunjukkan apakah instrument benar-benar mengukur apa yang dimaksud. Cureton menyatakan, “pertanyaan utama validitas tes adalah seberapa baik tes menjalankan tugasnya”.¹⁶ Dengan kata lain, validitas instrument menentukan keakuratan dalam mengungkap karakteristik sebenarnya dari objek yang diukur. Validitas selalu harus dikaitkan dengan tujuan tertentu. Instrument yang valid untuk satu tujuan mungkin tidak valid untuk tujuan lain.

b. Uji Reliabilitas

¹⁶ Djaali, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, ed. Bunga Sari Fatmawati (Jakarta: Bumi Aksara, 2020).

Reliabilitas dari kata “*reliability*”, mengacu pada sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dikatakan dapat dipercaya jika memberikan hasil yang sama saat dilakukan berulang kali pada kelompok yang sama, selama yang diukur tidak berubah.¹⁷ Reliabilitas alat ukur mengacu pada seberapa besar konsisten hasil pengukuran jika dilakukan ulang pada kelompok yang sama. Sementara itu, reliabilitas data berhubungan dengan konsistensi hasil ketika pengukuran dilakukan pada kelompok yang berbeda. Uji reliabilitas dapat dilakukan dengan menggunakan SPSS melalui teknik Cronbach’s Alpha. Nilai reliabilitas dapat diinterpretasikan: > 0,900, sempurna. 0,800-0,899, baik. 0,700-0,799, diterima. 0,600-0,699, dipertanyakan. 0,500-0,599, lemah. Kurang dari 0,500, tidak diterima. Secara umum, nilai cronbach’s alpha yang > 0,7 dianggap reliabel. Sedangkan jika nilai cronbach’s alpha > 0,7 reliabilitasnya dianggap kurang¹⁸.

2. Uji Asumsi

Proses untuk memastikan bahwa data yang digunakan dalam analisis statistik memenuhi persyaratan tertentu. Beberapa asumsi umum yang diuji dalam analisis statistik.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah nilai residu (perbedaan yang ada) yang diteliti memiliki distribusi normal atau tidak normal¹⁹. Tujuan uji ini adalah untuk memastikan apakah data yang akan

¹⁷ Ibid.

¹⁸ Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan, Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif)* (Yogyakarta, 2021).

¹⁹ Agung Edy Wibowo, *Aplikasi Praktis SPSS Dalam Penelitian*, ed. Adji Djojo (Yogyakarta: Gava Media, 2012).

dianalisis mengikuti distribusi normal, sehingga dapat digunakan dalam analisis statistik parametrik. Secara deskriptif, uji normalitas dapat dilakukan dengan menggunakan histogram regression residual yang sudah distandarkan. Sementara itu secara statistik, uji normalitas dapat dilakukan melalui analisis eksplorasi dan melihat nilai signifikansi pada Kolmogorov-Smirnov. Jika nilai probability sig 2 tailed $> 0,05$, maka distribusi data normal. Jika nilai probability sig 2 tailed $< 0,05$, maka distribusi data tidak normal²⁰.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan suatu perangkat uji yang diperlukan untuk mengetahui bentuk hubungan yang terjadi diantara variabel yang sedang diteliti. Berguna untuk melihat apakah ada hubungan linear yang signifikan dari dua variabel yang sedang diteliti²¹. Uji ini sering digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi dan regresi linier. Pengujian linearitas dapat dilakukan menggunakan aplikasi SPSS melalui fitur *Test for Linearity*. Analisis dilakukan dengan melihat nilai signifikansi pada taraf signifikansi 95% ($\alpha=0,05$). Jika nilai sig. $< 0,05$, maka variabel memiliki hubungan linear. Jika nilai sig. $> 0,05$, maka hubungan antara variabel tidak linear²².

3. Uji Hipotesis

Suatu prosedur yang akan menghasilkan suatu keputusan, yaitu keputusan dalam menerima atau menolak hipotesis ini. Dalam pengujian ini, keputusan yang dibuat mengandung ketidakpastian, artinya keputusan bisa

²⁰ Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan, Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif)* (Yogyakarta, 2021).

²¹ Agung Edy Wibowo, *Aplikasi Praktis SPSS Dalam Penelitian*, ed. Adji Djojo (Yogyakarta: Gava Media, 2012)

²² Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan, Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif)* (Yogyakarta, 2021).

benar atau salah²³. Dalam konteks penelitian ini, hipotesis yang diuji biasanya adalah hubungan antara dua variabel

a. Analisis Regresi Sederhana

Analisis statistik yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dan pengaruh antara satu variabel independen (X) dan satu variabel dependen (Y). Untuk menguji hipotesis, gunakan hasil dari analisis regresi sederhana yang biasanya melibatkan beberapa elemen statistik berikut::

- 1) Uji t untuk Koefisien Regresi (b): Digunakan untuk mengetahui apakah koefisien regresi variabel X signifikan.

Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $p < 0,05$, maka tolak H_0 (artinya variabel X berpengaruh signifikan terhadap Y).

Jika $t_{hitung} \leq t_{tabel}$ atau $p \geq 0,05$, maka terima H_0 (artinya tidak ada pengaruh signifikan).

- 2) Uji F (Signifikansi Model): Digunakan untuk menguji keseluruhan model regresi, yaitu apakah hubungan antara X dan Y signifikan.

Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau $p < 0,05$, model regresi signifikan.

- 3) Koefisien Determinasi (R^2): Menunjukkan seberapa besar variabel independen X mampu menjelaskan variasi pada variabel dependen Y.

Semakin mendekati 1, semakin besar pengaruh X terhadap Y.

Contoh: $R^2 = 0,6$ berarti 60% perubahan Y dapat dijelaskan oleh X²⁴.

²³ Misbahuddin and Hasan, *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*. (Jakarta: Bumi Aksara, 2013).

²⁴ Sahadi, *Kinerja Dan Komitmen Seorang Manajer; Riset Sumber Daya Manusia* (Yogyakarta: Teknosain, 2018).