

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan Penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif. Definisi penelitian kuantitatif yaitu penelitian dengan dasar deduktif induktif. Konsep awal berasal dari gagasan para ahli, kerangka teori, ataupun pemahaman berdasarkan pengalaman peneliti, yang sejak itu telah berevolusi menjadi proses untuk mendapatkan persetujuan (*verifikasi*) atau penolakan dalam bentuk data empiris lapangan.⁷²

Tujuan penelitian kuantitatif adalah untuk mengembangkan fakta, menguji teori, membangun hubungan antara variabel, memberikan analisis statistik, dan mengevaluasi hasil. Pendekatan kuantitatif harus menggunakan penelitian desain yang terstruktur, baku, formal, dan matang. Karena desain adalah jenis penelitian yang akan dilakukan secara teratur harus spesifik dan rinci.⁷³

Penelitian ini untuk menguji pengaruh Variabel X1 (Beban kerja), X2 (*Work-Family Balance*) terhadap Y (*Burnout*). Sedangkan untuk menganalisis pengaruh masing-masing variabel teknik analisis regresi linear berganda.

⁷² Ahmad Tanzeh, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Teras, 2009), 99.

⁷³ Ahmad Tanzeh, *Metotologi Penelitian Praktis*. (Yogyakarta :Teras, 2011). Hal. 10

2. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, penelitian deskriptif merupakan metode yang dapat menggambarkan dan menginterpretasikan objek.⁷⁴ Penelitian deskriptif merupakan salah satu desain penelitian yang paling sederhana dibandingkan dengan penelitian lain karena dalam penelitian ini peneliti tidak melakukan apapun terhadap subjek yang diteliti. Artinya dalam penelitian ini peneliti tidak mengubah, menambah atau memodifikasi obyek atau wilayah penelitian. Dan jenis penelitian deskriptif yang digunakan peneliti adalah penelitian hubungan sebab akibat dimana peneliti bermaksud untuk mengetahui pengaruh beban kerja dan *work family balance* terhadap *burnout*.

B. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah Guru wanita Sekolah dasar di Kota Kediri yang berjumlah 1526 guru.⁷⁵ Populasi yang diambil yakni guru SD wanita yang sudah menikah, populasi yang diambil yakni dari tiga kecamatan yang berada di Kota Kediri yakni Kecamatan Mojosuro ada 53 sekolah dasar dan 577 guru, Kecamatan Kota ada 45 sekolah dasar dan 552 guru dan Kecamatan Pesantren ada 40 sekolah dan 397 guru untuk dijadikan penelitian yang berjumlah 1526 populasi guru.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian dari populasi. Karena ia merupakan bagian dari populasi, tentulah ia harus memiliki ciri yang dimiliki populasinya. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *Accidental sampling* adalah teknik

⁷⁴ Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Prakteknya*. Jakarta: Bumi Aksara, 2007), hal. 157

⁷⁵ Dinas Pendidikan Kota Kediri, 2020.

penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu sesuai sebagai sumber data. Dalam teknik *accidental sampling*, pengambilan sampel tidak ditetapkan lebih dahulu. Peneliti langsung saja mengumpulkan data dari unit sampling yang ditemui.⁷⁶ Untuk penentuan jumlah sampel menggunakan *tabel isssac* dengan populasi 1526 ditentukan sampel di Kecamatan Kota 88 guru sekolah dasar, Kecamatan Pesantren 80 guru sekolah dasar dan Kecamatan Mojojoto 115 guru sekolah dasar dan berjumlah 283 dengan eror 5%

C. Instrumen Penelitian

Agar memperoleh data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner yang berbentuk pernyataan. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert yang menggunakan frekuensi respon setiap individu dengan skor 1 sampai 4 untuk mengeliminasi tipe respon sedang atau netral, karena dapat menimbulkan intensitas subjek menjawab netral terhadap topik tersebut, terutama untuk subjek yang tidak yakin apa arti jawabannya yang mendorong subjek untuk memutuskan sendiri apakah itu baik atau buruk.⁷⁷

Dalam penelitian ini data yang didapat langsung oleh Guru SD wanita untuk mengisi kuisisioner dan wawancara, kuisisioner akan di sebarakan secara online melalui *google form*. populasi diambil yakni guru wanita SD yang susah berkeluarga. Data pada penelitian ini diperoleh dengan membagikan kuesioner dalam bentuk skala penelitian pada guru SD wanita di kota kediri yang sudah menikah, skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan *skala likert*, pengukuran yang

⁷⁶ Sugiyomo, *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta 2012),51.

⁷⁷ Sevilla, C. G., *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta: UI Press, 1993)

digunakan ada empat *skala likert* yaitu SS (Sangat Setuju diberi skor 4), S (Setuju diberi skor 3), TS (tidak setuju diberi skor 2), dan STS (Sangat tidak setuju diberi skor 1).⁷⁸

Tabel 3.1
Skor Skala Beban Kerja

Skor Favorabel	Respon Jawaban	Skor Unfavorabel
4	Sangat Setuju (SS)	1
3	Setuju (S)	2
2	Tidak Setuju (TS)	3
1	Sangat Tidak Setuju (STS)	4

Pada penelitian ini terdapat tiga skala yang peneliti gunakan untuk mengumpulkan data, yaitu:

1. Skala Beban kerja

Skala beban kerja menggunakan teori dari Stavelan dan Hart, dan dikembangkan oleh peneliti.

Tabel 3.2
Blue Print Skala Beban Kerja sebelum Uji Coba

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Aitem
			F (+)	UF (-)	
1	<i>Psycal Demand</i>	- Besarnya aktifitas fisik dalam menjalankan tugas	1, 4, 5	8, 18,71	12
		- Perseptual aktivitas fisik	12, 69, 72	14, 16, 20	
2	<i>Effort</i>	- Usaha yang dikeluarkan secara fisik	2, 3, 58	9, 21, 66	12
		- Usaha yang dikeluarkan secara mental	6, 43, 70	7, 26, 67	

⁷⁸ Muthi'a Rizki Rahmawati dan Mikhriani, "Kepuasan kerja dan *burnout* terhadap intensitas *turnover* pada karyawan organik dan anorganik di AJB Bumiputera Syari'ah Yogyakarta", *Jurnal_md*, (Juni 2016), 47.

3	<i>Mental Demand</i>	- Besarnya aktifitas mental	11, 61, 65	10, 30, 29	12
		- Perseptual yang dibutuhkan untuk melihat, mengingat dan mencari	28, 38, 13	24, 41, 15	
4	<i>Temporal Demad</i>	- Jumlah tekanan waktu yang dirasakan selama pekerjaan berlangsung, Pekerjaan perlahan dan santai Pekerjaan cepat dan melelahkan.	25, 33, 17	35, 37, 47	12
		- Tekanan waktu yang dirasakan selama pekerjaan berlangsung.	27, 31, 49	23, 52, 53	
5	<i>Frustration level</i>	- Perasaan tidak aman dan putus asa.	32, 34, 22	40, 45, 19	12
		- Tersinggung dan terganggu.	36, 48, 54	39, 51, 56	
6	<i>Performance</i>	- Keberhasilan dalam pekerjaan	42, 57, 59	46, 55, 68	12
		- Seberapa puas dengan hasil kerja	44, 50, 60	62, 64, 63	
Total					72

2. Skala *Work-Family Balance*

Menggunakan Skala yang disusun oleh Ayuningtias dan mengacu pada dimensi teori Greenhauss, Collins dan Shaw dan dimodifikasi oleh peneliti. Skala *work family balance* milik Ayuningtias awalnya terdapat 18 aitem memiliki reliabilitas sebesar 0,858 namun Ayuningtias menyeleksi kembali aitem yang nilai koreksinya dibawah 0,3 sehingga gugur satu aitem dan nilai reabilitasnya menjadi 0,862.

Tabel 3.3
Blue Print Work-Family Balance sebelum Uji Coba

No	Aspek	Indikator	F	UF	Aitem
1	Keseimbangan Waktu (<i>time balance</i>)	- Kemampuan membagi waktu pekerjaan dan keluarga	1, 4, 7	10, 21, 30	12
		- Mengklasifikasi peran kerja dan ibu rumah tangga	2, 5, 11	14, 17, 20	
2	Keseimbangan keterlibatan (<i>involvement balance</i>)	- Keterlibatan Psikologis menjadi guru dan IRT	3, 22, 31	6, 9, 28	12
		- Merasa bahagia ketika dapat bekerja dan mengurus keluarga.	23, 29, 32	8, 12, 16	
3	Keseimbangan kepuasan (<i>satisfaction balance</i>)	- Kepuasan menjadi guru dan IRT.	13, 15, 19	18, 24, 36	12
		- Perasaan nyaman menjalani dua peran sekaligus.	25, 33, 35	26, 27, 34	
Total					36

3. Skala *Burnout*

Skala yang digunakan dalam penelitian ini didapatkan menggunakan teori acuan dari Maslach *Burnout Inventory Educators Survey* (MBI-ES) dimodifikasi oleh Diska Amelia dan dikembangkan oleh peneliti. Pada skala *burnout* didapati nilai koefisien *alpha-cronbach* sebesar 0,949 dari 40 aitem. Berdasarkan hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa skala *burnout* memiliki reliabilitas yang baik.

Tabel 3.4
Blue Print Burnout sebelum Uji Coba

No.	Aspek	Indikator	F	UF	Aitem
1.	<i>Exhaustion</i>	a. Kelelahan fisik	12, 20, 35	1, 7, 8	12
		b. Kelelahan Psikologis	3, 9, 13	19, 22, 30	
2.	<i>Cynicism</i>	a. Sikap negatif dan kasar	5, 18, 21	10, 39, 42	18
		b. Penarikan diri dari lingkungan	2, 17, 24	4, 6, 41	
		c. Kehilangan idealisme	33, 40, 36	16, 25, 32	
3.	<i>Low personal accomplishment</i>	a. Rasa tidak mampu melakukan tugas baru	11, 14, 27	15., 28, 31	12
		b. Penolakan tugas baru	29, 34, 26	23, 37, 38	
Total					42

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Sumber Data

Penelitian ini menggunakan data jenis primer dan sekunder

a) Sumber Data Primer

Data yang didapatkan dari responden langsung. Sedangkan sumber data primer pada penelitian ini didapatkan dari hasil skala Beban kerja menggunakan skala yang di kembangkan oleh Munandar, Skala *Work-Family Balance* menggunakan skala disusun oleh Yufenta Indry Novitasari dan mengacu pada dimensi dan teori Greenhauss, Collins dan Shaw dan

skala *Burnout* menggunakan skala Maslach *Burnout Inventory Educators Survey* (MBI-ES).⁷⁹

b) Sumber data Sekunder

Merupakan kumpulan data yang bukan merupakan upaya peneliti, melainkan data dari sumber lain yang diolah oleh peneliti lain. Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah artikel, jurnal, buku, dan penelitian sebelumnya.⁸⁰

2. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data yaitu kuesioner. Kuesioner ini merupakan konvensi yang digunakan sebagai dasar untuk menentukan panjang dan pendek interval data pada alat ukur, sehingga alat ukur tersebut dapat menghasilkan data kuantitatif. Proses penyajian dan pengukuran berupa daftar pertanyaan dan pernyataan.⁸¹

Variabel dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan kuesioner, metode pengumpulan data dengan memberikan dua pertanyaan dan pernyataan tertulis kepada responden.⁸²

E. Teknik Analisis Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah proses memperoleh informasi berupa angka-angka yang digunakan sebagai informasi tentang apa yang kita ketahui.⁸³

⁷⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung, Alfabeta, 2011), 13.

⁸⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung, Alfabeta, 2011), 137.

⁸¹ Saifudin Azwar, *Metode Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi dan Pendidikan*, (Surabaya: Pustaka Pelajar Offset, 2010), 79.

⁸² *Ibid.*,

⁸³ Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014), 37

Hasil penelitian ini akan mengetahui tingkat masing-masing variabel, yaitu variabel Beban kerja, *Work-Family balance* dan variabel *Bunout*. Hasil penelitian ini juga dapat mengetahui pengaruh masing-masing variabel yaitu variabel Beban kerja, *Work-Family balance* dan variabel *Bunout*.

Mengidentifikasi dan menjelaskan masing-masing variabel penelitian, hal ini dapat dilakukan dengan menggunakan analisis rata-rata (mean), distribusi frekuensi, perhitungan median dan standar deviasi, ini merupakan jenis analisis analisis deskriptif. Saat menganalisis data, gunakan alat kuantitatif, yaitu statistik. Upaya analisis data, terutama untuk memastikan hasil pertanyaan, observasi maupun wawancara dapat tersusun secara sistematis.

1. Tabulasi Data

Mengisi tabel dengan data yang diperoleh dan menyusun serta menghitung angka di atasnya. Rangkuman ini digunakan untuk memudahkan pembaca dalam membaca data penelitian.⁸⁴

2. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas Data

Uji Statistik untuk mengetahui apakah data terdistribusi teratur atau tidak adalah uji normalitas. Data berdistribusi normal adalah data yang baik. Teknik yang digunakan menggunakan *Chi Square*, *Liliefors* atau *Kolmogorov Smirnov* untuk melakukan uji kenormalan. Menggunakan Uji statistik *Non Parametric Kolmogorov smirnov (K-S)* merupakan salah satu teknik yang paling sederhana untuk melihat normalitas. Residual berdistribusi normal jika nilai K-S tidak signifikan pada ($p < 0,05$).⁸⁵

⁸⁴ M. Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Prenadamedia, 2012), 165

⁸⁵ Purwanto, *Statistika Untuk Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 156.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas digunakan untuk menentukan apakah spesifikasi model akurat atau tidak. Versi program SPSS 25 dengan kolom linearitas dan variasi dari linearitas pada tabel ANOVA digunakan dalam uji linearitas penelitian ini. Terdapat hubungan linier antara kedua variabel yang diteliti jika nilai penyimpangan dari linieritas lebih dari 0,05 dan nilai signifikansi linieritas lebih kecil dari 0,05.

c. Uji Multikolinearitas

Menurut Supriyadi, teori ini merupakan asumsi mendasar bahwa tidak ada hubungan yang kuat antar variabel independen. Pengaruh multikolinearitas akan menyebabkan model kesulitan mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Pengujian untuk mengukur adanya multikolinieritas terdiri dari pengujian nilai toleransi (TOL) dan koefisien varians (VIF) masing-masing variabel. Jika nilai *tolerance* < 0,10 atau jika nilai *tolerance* > 10 dan nilai VIF > 10 maka multikolinearitas terjadi secara terbalik.⁸⁶

d. Uji Auto-Korelasi

Asumsi non-autokorelasi adalah Asumsi yang mensyaratkan bahwa variabel-variabel dalam model regresi linier tidak berkorelasi satu sama lain, atau korelasi antara sampel yang berbeda atau sampel dalam waktu *cross-autocorrelation*, maupun yang autokorelasi silang atau korelasi antara faktor

⁸⁶ Edy Supriyadi, “SPSS + AMOS Statistical data Analysis : Mengolah data untuk penelitian”, (Jakarta: IN Media, 2014), 35.

yang sama atau sampel pada waktu yang berbeda dari sebuah variabel tak bebas. dasar pengambilan keputusan adanya tidaknya auto korelasi :⁸⁷

Tabel 3.5
Auto-korelasi

Nilai d hitung	Keputusan
$d < dL$	Tolak hipotesis nol, ada autokorelasi positif
$dL \leq d \leq dU$	Tidak ada Keputusan
$dU < d < 4-dL$	Gagal tolak hipotesis, tidak ada autokorelasi
$4-dU \leq d \leq 4-dL$	Tidak ada Keputusan
$4-dL < d$	Tolak Hipotesis nol, ada autokorelasi negatif

e. Uji Heterokedastisitas

Uji heteroskedastisitas membantu untuk menentukan apakah ada perubahan dari asumsi klasik. Heteroskedastisitas, yaitu varian dari residual untuk semua pengamatan dalam model regresi. Jika terjadi heteroskedastisitas menunjukkan *scater diagram* tidak menghasilkan pola distribusi menunjukkan tidak terjadi heteroskedastisitas.⁸⁸

3. Uji Hipotesis

Untuk mengetahui pengaruh antara variabel dependen dengan variabel independen khususnya dengan menggunakan pengujian hipotesis. Tujuan penggunaan uji ini adalah untuk membuktikan hipotesis yang sudah dirumuskan. Pengujian menggunakan analisis regresi berganda. Dalam menghubungkan antara variabel X1, X2 dan variabel Y dapat menggunakan analisis regresi berganda. Dalam penelitian ini regresi linear berganda yakni

⁸⁷ Joko Ade Nursiyono, dan Pray P.H Nadeak, “*Setetes ilmu regresi linier*”, (Malang: Media Nusa Creative,2016), 80.

⁸⁸ Muhammad Zaebuddin, “*Isu, problematika dan dinamika perekonomian dan kebijakan publik*”, (Sleman: CV BUDI UTAMA, 2018), 185.

untuk menguji variabel X1 (Beban Kerja), X2 (*Work Family Balance*) dengan variabel Y (*Burnout*).⁸⁹

⁸⁹ Umar, Husein. 2014. *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. Jakarta: Rajawali Pers). 114.