

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan diolah dengan metode analisis statistika (Azwar, 2019). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah asosiatif kausal. Menurut Sugiyono (2018) asosiatif kausal adalah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan sebab akibat antara dua variabel atau lebih. Dalam penelitian ini terdapat variabel *independent* (yang memengaruhi), dan variabel *dependent* (yang dipengaruhi).

Hasil dari penelitian ini adalah informasi sejauh mana pengaruh antara satu variabel dengan variabel lainnya. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang diklasifikasikan menjadi variabel terikat (variabel dependent) dan variabel bebas (variabel independent).

1. Variabel bebas (X), adalah variabel yang memengaruhi, atau yang menjadi sebab timbulnya variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah strategi *coping* stres.
2. Variabel terikat (Y), adalah variabel yang dipengaruhi karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah stres kerja.

B. Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional merupakan merumuskan ulang definisi variabel secara operasional sehingga dapat diamati dan diukur (Azwar, 2019). Definisi operasional dari variabel yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut :

1. Stres Kerja

Stres kerja adalah kondisi tertekan yang dialami oleh karyawan atas interaksinya dengan pekerjaannya yang terjadi karena ketidaksesuaian antara pekerjaan dengan kompetensi yang dimiliki yang diukur melalui aspek-aspek stres kerja menurut Robbins (dalam Wulansari, 2020) yaitu : aspek fisiologi, aspek psikologis, dan aspek perilaku.

2. Strategi *Coping* Stres

Strategi *coping* stres adalah suatu usaha yang dilakukan oleh karyawan dalam mengelola tuntutan-tuntutan baik tuntutan internal maupun eksternal untuk memberikan ketahanan terhadap dampak stres yang diukur melalui aspek-aspek strategi *coping* stres menurut Lazarus dan Folkman (dalam Utaminingtias, 2016) di antaranya yaitu *emotion focused coping* dan *problem focused coping*.

C. Populasi dan Teknik Sampel

Populasi merupakan sekelompok subjek dengan karakteristik yang telah ditetapkan dan dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2019). Penentuan subjek yang digunakan dalam penelitian merupakan suatu hal yang penting supaya penelitian dapat terarah. Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan di Kabupaten Karawang dengan karakteristik sebagai berikut:

1. Karyawan laki-laki atau perempuan di Kabupaten Karawang
2. Usia 18-58 tahun

Klasifikasi usia kerja ini berdasarkan UU No 13 tahun 2003 tentang ketenagakerjaan dan peraturan menteri ketenagakerjaan No 2 tahun 2022 tentang tata cara dan persyaratan pembayaran manfaat jaminan hari tua.

Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa jika populasi banyak (besar) dan tidak memungkinkan bagi peneliti untuk mengamati populasi tersebut, misalnya dikarenakan waktu yang terbatas, tenaga dan dana maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Sampel adalah sebagian dari subjek populasi, dengan kata lain sampel adalah bagian dari populasi. Sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Lemeshow. Menurut Riyanto (2020) penghitungan sampel dengan pendekatan rumus Lemeshow dapat digunakan untuk menghitung jumlah sampel dengan total populasi yang tidak dapat diketahui secara pasti. Untuk menghitung jumlah sampel dengan populasi yang tidak diketahui secara pasti dapat menggunakan rumus Lemeshow, sebagai berikut:

$$n = \frac{z^2 p(1-p)}{d^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

z = nilai standart = 1.96

p = Maksimal estimasi = 50% = 0.5

d = alpha (0.10) atau tingkat kesalahan = 10%

$$n = \frac{1.96^2 0.5(1-0.5)}{0.10^2}$$

Berdasarkan perhitungan diatas, maka jumlah sampel minimal yang dibutuhkan adalah 97 responden.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah *Non Probability Sampling*. Menurut Sugiyono (2017) *non probability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang yang sama bagi setiap unsur anggota populasi yang dipilih menjadi anggota sampel. Kemudian metode pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah teknik *quota sampling*. Teknik *quota sampling* bertujuan untuk menentukan sampel dari populasi yang memiliki ciri tertentu sampai kuota (jumlah) telah ditetapkan (Sugiyono, 2017).

D. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah skala psikologi, instrumen yang digunakan sebagai pengumpul data adalah skala. Skala adalah suatu alat ukur yang berisi pernyataan yang disusun untuk mengukur atribut tertentu melalui respons dalam setiap pernyataan (Azwar, 2019). Skala dalam penelitian ini adalah skala *likert*, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu dengan gradasi jawaban dari sangat positif sampai dengan sangat negatif (Sugiyono, 2018). Dalam skala ini akan terdapat aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Aitem *favorable* adalah aitem yang mendukung teori dari atribut yang diukur dalam skala. Sementara aitem *unfavorable* adalah aitem yang bertolak belakang atau tidak mendukung atau bertentangan dengan teori dari atribut yang diukur (Siregar, 2013). Terdapat dua skala yang akan digunakan, yaitu stres kerja dan strategi *coping* stres.

Skala stres kerja pada karyawan di Kabupaten Karawang menggunakan tipe skala pengukuran likert. Skala likert disusun dalam format *checklist* dan terdapat lima alternatif respon, yakni Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Cukup Setuju (CS), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Setiap pernyataan memiliki lima pilihan sikap yang akan dipilih salah satunya, sehingga pernyataan ini berisi pengukuran skala mengenai objek sikap yang dipilih atau dirasakan oleh responden. Dalam penelitian ini, digunakan jenis instrumen skala psikologi dengan pemberian skor sebagai berikut :

Tabel 3.1
Skor Aitem

No	Tanggapan	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Sangat setuju	5	1
2	Setuju	4	2
3	Cukup setuju	3	3
4	Tidak setuju	2	4
5	Sangat tidak setuju	1	5

1. Skala Stres Kerja

Stres kerja dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala yang dirancang berdasarkan aspek-aspek stres kerja menurut Robbins (dalam Wulansari, 2020) antara lain, aspek fisiologis, aspek psikologis, dan aspek perilaku.

Skala ini dibuat dengan 2 jenis aitem, yaitu aitem *favorable* (mendukung) dan aitem *unfavorable* (tidak mendukung). Cara skoring yang digunakan adalah dengan memberi skor untuk pernyataan *favorable* dengan ketentuan sebagai berikut: Sangat Setuju (SS) = 5, Setuju (S) = 4, Cukup Setuju (CS) = 3, Tidak Setuju (TS)

= 2, Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Sedangkan penilaian untuk pernyataan *unfavorable* diberikan dengan ketentuan sebagai berikut: Sangat Setuju (SS) = 1, Setuju (S) = 2, Cukup Setuju (CS) = 3 Tidak Setuju (TS) = 4, Sangat Tidak Setuju (STS) = 5. Berikut adalah tabulasi skor masing-masing skor berdasarkan jenis pernyataannya.

Tabel 3.2
Skala Stres Kerja

No	Aspek	Aitem		
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Fisiologis	1,2,5,11,12,13	3,4,8,14,15,16	12
2	Psikologis	6,7,17,18,21,29	9,10,19,20,24,33	12
3	Perilaku	22,23,27,30,31,32	25,26,28,34,35,36	12
Jumlah		18	18	36

2. Skala *Coping* Stres

Coping stres dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala yang dirancang berdasarkan aspek-aspek strategi *coping* stres menurut Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2017) antara lain, *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

Skala ini dibuat dengan 2 jenis aitem, yaitu aitem *favorable* (mendukung) dan aitem *unfavorable* (tidak mendukung). Cara skoring yang digunakan adalah dengan memberi skor untuk pernyataan *favorable* dengan ketentuan sebagai berikut: Sangat Setuju (SS) = 5, Setuju (S) = 4, Cukup Setuju (CS) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2, Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Sedangkan penilaian untuk pernyataan *unfavorable* diberikan dengan ketentuan sebagai berikut: Sangat Setuju (SS) = 1,

Setuju (S) =2, Cukup Setuju (CS) = 3 Tidak Setuju (TS) = 4, Sangat Tidak Setuju (STS) = 5. Berikut adalah tabulasi skor masing-masing skor berdasarkan jenis pernyataannya.

Tabel 3.3
Skala Coping Stres

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Problem Focused Coping</i>	- Konfrontasi	1,9	5,17	4
		- Mencari dukungan sosial	2,10	6,18	4
		- Merencanakan pemecahan masalah	3,11	7,19	4
2	<i>Emotion Focused Coping</i>	- Kontrol diri	4,12	8,20	4
		- Membuat jarak	13,25	21,29	4
		- Menilai masalah secara positif	14,26	22,30	4
		- Menerima tanggung jawab	15,27	23,31	4
		- Lari atau menghindar	16,28	24,32	4
Jumlah					32

E. Metode Analisis Instrument

1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya (Azwar, 2019). Konsep validitas menekankan pada kelayakan, kebermaknaan dan kebermanfaatan inferensi berdasarkan skor hasil tes (Azwar, 2019). Alat ukur dikatakan memiliki

validitas yang tinggi jika menghasilkan data yang akurat dan mampu memberikan gambaran mengenai variabel yang hendak diukur (Azwar, 2019).

Peneliti menggunakan jenis validitas isi (*content*) yaitu validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi tes melalui analisis rasional oleh panel yang berkompeten atau melalui *expert judgement* (Azwar, 2019). Penilaiannya mencakup keseluruhan kawasan isi tes yaitu setiap aitem harus relevan dengan tujuan ukur dan tidak keluar dari batasan tersebut (Azwar, 2019). Hasil penilaian bersifat subjektif sehingga berbeda untuk setiap expert, sehingga didapatkan analisis mengenai sejauh mana kesepakatan penilaian para expert secara empirik (Azwar, 2019).

Dalam penelitian ini prosedur penilaian terhadap validitas isi menggunakan Koefisien Validitas Isi – Aiken's V. Menurut Azwar (2019) Aiken telah merumuskan formula Aiken's V untuk menghitung *content- validity coefficient* yang didasarkan pada hasil penilaian dari panel ahli sebanyak n orang terhadap suatu aitem dari segi sejauh mana aitem tersebut mewakili konstruk yang diukur. Penilaian dilakukan dengan cara memberikan angka antara 1 (yaitu sangat tidak mewakili atau sangat tidak relevan) sampai dengan 5 (yaitu sangat mewakili atau sangat relevan). Statistik Aiken's V dirumuskan sebagai:

$$V = \frac{\sum s}{[n(c - 1)]}$$

Keterangan :

s = r – lo

lo = angka penilaian terendah (1)

c = angka penilaian tertinggi (5)

r = angka yang diberikan oleh penilai

Rentang V yang dapat diperoleh adalah antara 0 sampai 1,00 (Azwar, 2019).

2. Uji Analisis Aitem

Uji analisis aitem menggunakan bantuan SPSS versi 26.0 dengan melihat *Item-rest correlation*. Menurut Azwar (2019) apabila suatu aitem memiliki koefisien korelasi $r \geq 0.30$ maka aitem tersebut dapat dinyatakan valid, apabila $r < 0.30$ maka aitem tersebut dapat dinyatakan gugur atau tidak valid namun apabila aitem yang lolos tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, batas kriteria dapat diturunkan menjadi 0.25.

3. Uji Reliabilitas

Menurut Azwar (2019) reliabilitas mengacu kepada suatu proses pengukuran yang dapat dipercaya atau konsistensi hasil suatu pengukuran yang dapat dipercaya terhadap kelompok subjek yang sama memperoleh hasil dengan relatif sama. Uji reliabilitas harus dilakukan hanya pada pernyataan-pernyataan yang sudah memenuhi uji validitas dan yang tidak memenuhi maka tidak perlu diteruskan untuk diuji reliabilitas Azwar (2019).

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 26.0 dengan melihat nilai skor *Alpha cronbach*, teknik ini untuk mencari reliabilitas instrumen Azwar (2019). Apabila korelasi 0,7 atau lebih maka dikatakan aitem tersebut memberikan tingkat reliabel yang cukup, sebaliknya apabila nilai korelasi di bawah 0,7 maka dikatakan aitem tersebut kurang reliabel (Azwar, 2019). Berikut adalah tabel Guilford menurut Sugiyono (2018) sebagai dasar pengambilan keputusan untuk menentukan reliabilitas skala dalam penelitian ini:

Tabel 3.4
Interpretasi Koefisien Guilford

Besarnya Nilai r	Interpretasi
$0,00 \leq r < 0,20$	Sangat rendah
$0,20 \leq r < 0,40$	Rendah
$0,40 \leq r < 0,60$	Sedang
$0,60 \leq r < 0,80$	Tinggi
$0,80 \leq r < 1,00$	Sangat Tinggi

F. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2018) analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel serta jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari keseluruhan responden, menyajikan data pada tiap variabel yang akan diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang akan digunakan. Adapun variabel analisis data sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Menurut Ghozali (2016) uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah pada suatu model regresi, suatu variabel independen dan variabel dependen ataupun keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak normal. Pengujian normalitas data menggunakan uji *kolmogorov smirnov* dalam program aplikasi SPSS versi 26.0 dengan taraf probabilitas (sig) 0,05. Kriteria pengujian uji *kolmogorov smirnov* adalah nilai *probabilitas* (sig) >0,05, maka data berdistribusi normal, sedangkan nilai *probabilitas* (sig) <0,05, maka data tidak berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk melihat linieritas hubungan antara variable terikat dengan variabel bebas (Sugiyono, 2017). Untuk mengetahui hasil dapat

dilihat pada nilai *deviation from linearity sig.* pada tabel anova. Jika nilai signifikan lebih besar atau sama dengan 0,05 maka dianggap linier, jika signifikan lebih kecil atau kurang dari 0,05 maka data dianggap tidak linier. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 26.0 untuk mendapatkan hasil linieritas.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah dugaan awal dengan hasil penelitian memiliki kesesuaian atau tidak. Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji regresi sederhana, dan dilakukan uji analisis data tambahan yaitu uji regresi berganda secara parsial dan simultan.

a. Uji Regresi Linier Sederhana

Regresi sederhana didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausal satu variabel independen dengan satu variabel dependen (Sugiyono, 2018). Digunakan analisis regresi bila ingin diketahui bagaimana variabel dependen/kriteria dapat diprediksikan melalui variabel independen atau prediktor, secara individual. Secara singkat, regresi ini digunakan untuk memprediksi nilai variabel dependen berdasarkan nilai variabel independen. Dalam penelitian ini variabel yang digunakan adalah strategi *coping* stres dengan stres kerja. Adapun rumus perhitungan persamaan umum regresi linear sederhana adalah sebagai berikut :

$$Y = a + b.X$$

Keterangan :

Y = Variabel terikat

X = Variabel bebas

a = Konstanta (nilai dari Y apabila X = 0)

b = Koefisien regresi (pengaruh positif atau negatif)

b. Uji Analisis Data Tambahan

Dalam uji analisis data tambahan peneliti menggunakan analisis regresi linier berganda dengan tujuan menguji seberapa berpengaruh aspek *problem focused coping* dan *emotion focused coping* dalam menentukan stres kerja. Menurut Sugiyono (2018) analisis regresi linear berganda merupakan analisis untuk mengetahui pengaruh variabel bebas (independen) yang jumlahnya lebih dari satu terhadap suatu variabel terikat (dependen).

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2$$

Keterangan :

a = Harga Y bila X = 0 (Konstan)

b₁ = Koefisien regresi variabel b₁

b₂ = Koefisien regresi variabel X₂

X₁ = Subjek pada variabel X₁

X₂ = Subjek pada variabel X₂

Dalam penelitian ini juga dilakukan uji parsial dan uji simultan. Uji parsial adalah pengujian yang berfungsi untuk mengukur seberapa besar kontribusi dari variabel independen terhadap variabel dependen secara mandiri (Ghozali, 2016). Pengambilan keputusan dilakukan dengan melihat nilai signifikansi pada tabel *Coefficients*.

1. Apabila nilai signifikannya > 0,05, maka H₀ diterima dan H_a ditolak.
2. Apabila nilai signifikannya < 0,05, maka H₀ ditolak dan H_a diterima.

Pada penelitian ini uji parsial dilakukan untuk menguji pengaruh secara parsial antara aspek dari variabel strategi *coping* stres terhadap stres kerja. Kemudian menurut Ghozali (2016) uji simultan merupakan pengujian yang digunakan untuk melihat kontribusi secara simultan dari variabel independen terhadap variabel dependen. Uji dilaksanakan dengan langkah membandingkan nilai dari F hitung dengan F tabel. Uji F pada dasarnya menunjukkan apakah semua variabel bebas yang dimasukkan dalam model mempunyai pengaruh secara bersama sama terhadap variabel terikat.

Adapun kriteria dari uji statistik:

1. Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, maka H_0 ditolak, H_a diterima (signifikan).
2. Jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$, maka H_0 diterima, H_a ditolak (tidak signifikan).

4. Uji Koefisien Determinasi

Nilai dari koefisien determinasi digunakan untuk menunjukkan besarnya pengaruh dari variabel independen (X) strategi *coping* stres terhadap variabel dependen (Y) stres kerja. Menurut Sugiyono (2018) rumus yang digunakan untuk menghitung nilai koefisien determinasi yaitu sebagai berikut:

$$KD = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

KD = besar atau jumlah koefisien determinasi

R = nilai koefisien korelasi

5. Uji Kategorisasi

Penelitian ini menggunakan kategorisasi berdasarkan distribusi normal dan signifikansi perbedaan. Kategorisasi berdasarkan distribusi normal dilandasi oleh

asumsi bahwa skor individu dalam kelompok merupakan estimasi skor individu dalam populasi dan asumsi bahwa skor individu dalam populasinya terdistribusi normal (Azwar, 2018). Dengan begitu dapat dibuat ketentuan kategori skor teoritik yang terdistribusi menurut model normal standar. Kategorisasi yang digunakan adalah kategorisasi jenjang dengan penggolongan subjek yang dibagi kedalam 2 kategori diagnosis, berikut rumus kategorisasi:

Tabel 3.5
Kategorisasi

Kategori	Rumus
Rendah	$X < (\mu - 1,0 \sigma)$
Tinggi	$X \geq (\mu + 1,0 \sigma)$

