

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yaitu metode yang berfokus pada pengumpulan dan analisis data dalam bentuk angka dengan menggunakan analisis statistik. Menurut Azwar, (2017) metode kuantitatif merupakan pendekatan yang menekankan pada aspek objektivitas, pengukuran variabel, serta penggunaan alat analisis statistik dalam pengolahan data.

Desain penelitian yang digunakan adalah desain kausalitas, yaitu desain penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh atau sebab-akibat antara dua variabel atau lebih (Sugiyono., 2016). Dalam penelitian ini, hubungan yang diuji adalah pengaruh lingkungan kerja sebagai variabel independen terhadap stres kerja sebagai variabel dependen. Desain ini digunakan untuk melihat sejauh mana lingkungan kerja dapat menjadi faktor penyebab terjadinya stres kerja pada karyawan.

1. Variabel dependen : Stres Kerja
2. Variabel independen : Lingkungan Kesrja

B. Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional adalah batasan untuk memandu penelitian ke area yang lebih spesifik. Azwar, (2017) definisi operasional adalah definisi variabel yang dirumuskan

berdasarkan sifat-sifat variabel yang dapat diamati. Definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Stres Kerja

Stres merupakan kondisi internal yang muncul akibat tekanan fisik, lingkungan, maupun sosial yang dianggap mengancam dan berada di luar kendali individu. Dalam konteks kerja, stres diukur berdasarkan dua aspek menurut Cohen dkk. (1983) yaitu ketidakberdayaan yang dirasakan (*perceived helplessness*) dan efikasi diri (*self-efficacy*).

2. Lingkungan Kerja

Lingkungan kerja tidak hanya terbatas pada lingkungan fisik, tetapi juga mencakup aspek psikososial yang secara signifikan mempengaruhi kesehatan mental dan kepuasan kerja karyawan. Lingkungan kerja yang baik bukan hanya menyediakan fasilitas fisik yang memadai, tetapi juga menciptakan suasana kerja yang mendukung kesejahteraan psikologis. Berdasarkan validasi instrumen *working environment scale-10* (WES-10) Rossberg dkk. (2004) mengidentifikasi empat aspek inti yang membentuk lingkungan kerja, yaitu realisasi diri, beban kerja, konflik, dan kegelisahan Rossberg dkk. (2004).

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Azwar, (1998) populasi merupakan kelompok subjek yang menjadi sasaran generalisasi dari hasil penelitian. Dalam penelitian ini, populasi yang

digunakan adalah seluruh karyawan bagian produksi PT Yamazaki Indonesia, yang berjumlah 225 orang.

2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono, (2017) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *non-probability* sampling, yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Lebih lanjut, penelitian ini menggunakan teknik total sampling (sampel jenuh), yaitu teknik di mana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel karena jumlah populasi yang relatif terbatas dan masih memungkinkan untuk diteliti secara keseluruhan. Dengan demikian, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan bagian produksi PT Yamazaki Indonesia yang berjumlah 225 orang dijadikan sampel penelitian.

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Skala Psikologi

Penelitian ini dalam pengumpulan data menggunakan skala psikologi. Skala psikologi merupakan sebuah alat yang berupa pertanyaan atau pernyataan yang digunakan untuk mengukur dan menentukan sebuah atribut psikologis responden (Azwar., 2012) dalam penelitian ini terdapat 2 skala yang akan digunakan, yaitu *Perceived Stres Scale* (PSS) (Cohen, 1983), dan *Work Environment Scale* (WES) (Rossberg, 1981), kedua skala tersebut berbentuk pernyataan, dengan jenis skala adalah

skala *likert*. Skala *likert* sering kali digunakan untuk mengukur sikap, perilaku, dan pendapat tentang fenomena sosial (Azwar, 2017).

a. Skala Stres Kerja

Skala stres kerja yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala adopsi *Perceived Stres Scale* (PSS-10) berdasarkan teori Cohen dkk. (1983) yang telah di alih bahasakan ke dalam bahasa Indonesia oleh Hakim dkk. (2024). Skala ini terdiri dari 10 item dan mengacu pada dua aspek utama, yaitu *perceived helplessness* dan *self-efficacy*. Uji validitas konstruk dilakukan menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA), dan hasilnya menunjukkan bahwa model dua faktor memiliki kecocokan yang baik terhadap data (CFI = 0,95; TLI = 0,93; RMSEA = 0,065; SRMR = 0,047). Uji validitas konvergen dan reliabilitas konstruk menghasilkan nilai AVE sebesar 0,38 dan CR sebesar 0,81 pada kelompok mahasiswa, serta AVE sebesar 0,58 dan CR sebesar 0,93 pada kelompok karyawan. Hal ini menunjukkan bahwa skala PSS-10 versi bahasa Indonesia valid dan reliabel, khususnya pada populasi karyawan.

Variabel stres kerja diukur menggunakan skala likert lima poin dengan kategori jawaban: Sangat Puas (5) hingga Sangat Tidak Puas (1). Adapun *blue print* nya adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Blue Print Skala Stres Kerja

No	Dimensi	Indikator	Item	Jumlah
1.	<i>Perceived helplessness</i>	Individu merasakan ketidakberdayaan	3,2,1	6
		terhadap hal-hal yang terjadi dan tidak terduga	10,6,9	
2.	<i>Perceived self-efficacy</i>	Individu merasa yakin dan percaya diri mampu untuk mengatasi hal-hal yang terjadi di sekitarnya.	4,8,7,5	4
Total				10

b. Skala Lingkungan Kerja

Skala lingkungan kerja dalam penelitian ini menggunakan skala adaptasi, di mana alat ukur aslinya masih dalam bahasa Inggris. Oleh karena itu, dilakukan proses penerjemahan (*translasi*) terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan penilaian oleh ahli (*expert judgement*) dan uji keterbacaan untuk memastikan kejelasan dan kesesuaian konteks budaya. Skala ini mengukur empat aspek utama lingkungan kerja, yaitu realisasi diri, konflik, beban kerja, dan kegelisahan, mengacu pada teori dari Rosseberg dkk. (2016).

Tabel 2. *Blue Print* Skala Lingkungan Kerja

No	Aspek	Indikator	No Item <i>Favorable</i>	Σ
1	Relasi	Pemenuhan kebutuhan, motivasi, dan keinginan yang berhubungan dengan aktualisasi diri	1,2,6,5	4
2	Beban Kerja	Jumlah tugas yang dibebankan pada karyawan baik tinggi dan rendahnya tugas	9,10	2
3	Konflik	Keluhan dan perselisihan antara karyawan dengan karyawan atau karyawan dengan atasan	7,8	2
4	Kegelisahan	Perasaan cemas seperti tegang dan ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi pada sesuatu yang akan terjadi di lingkungan kerja	3,4	2
Jumlah				10

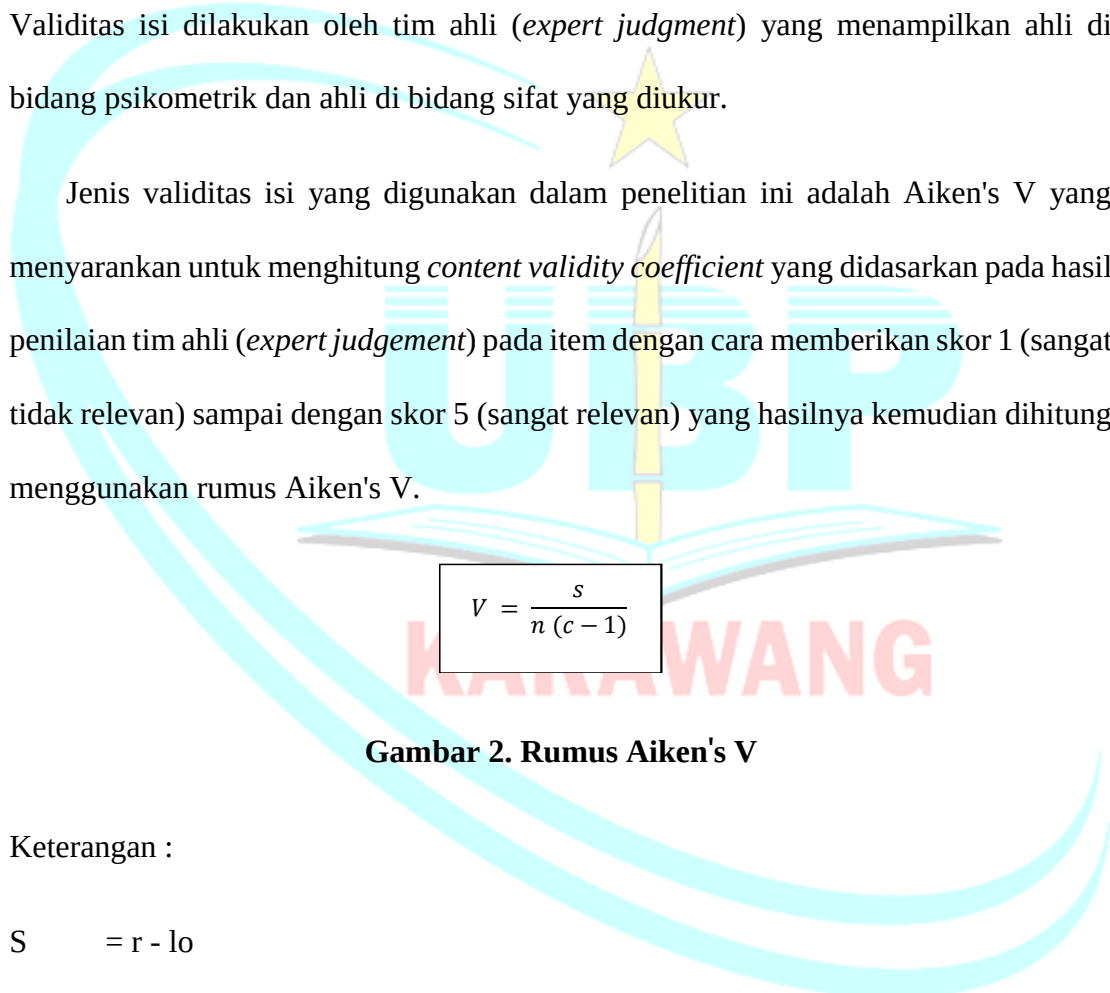
E. Metode Analisis Instrumen

1. Validitas Isi

Menurut Azwar, (2017) validitas adalah sejauh mana alat ukur (seperti kuesioner atau tes) benar-benar mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Jadi, validitas itu penting untuk memastikan bahwa data yang dihasilkan dari instrumen tersebut memang mencerminkan kondisi sebenarnya. Dalam penelitian ini, validitas isi (*content*

validity) digunakan. Artinya, peneliti ingin memastikan bahwa isi dari instrumen (pertanyaan-pertanyaan dalam kuesioner) sudah benar-benar mewakili semua aspek atau komponen dari hal yang ingin diukur. Validitas isi digunakan untuk menunjukkan sejauh mana seperangkat item (pertanyaan) mengukur apa yang sedang diukur. Validitas isi dilakukan oleh tim ahli (*expert judgment*) yang menampilkan ahli di bidang psikometrik dan ahli di bidang sifat yang diukur.

Jenis validitas isi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Aiken's V yang menyarankan untuk menghitung *content validity coefficient* yang didasarkan pada hasil penilaian tim ahli (*expert judgement*) pada item dengan cara memberikan skor 1 (sangat tidak relevan) sampai dengan skor 5 (sangat relevan) yang hasilnya kemudian dihitung menggunakan rumus Aiken's V.


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

Gambar 2. Rumus Aiken's V

Keterangan :

S = $r - l_o$

l_o = Angka penilaian terendah (1)

c = Angka penilaian tertinggi (5)

r = Angka yang diberikan oleh penilai

2. Analisis Aitem

Menurut Azwar, (2017) analisis item ialah seberapa jauh item dapat membedakan subjek atau kelompok subjek yang mempunyai atau yang tidak mempunyai atribut yang diukur. Uji daya diskriminasi item dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor item dengan distribusi skor skala itu sendiri untuk menghasilkan koefisien korelasi item-total (*corrected item total correlation*).

Dalam teknik analisisnya, penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS versi 25. Kriteria untuk menentukan suatu item dikatakan valid dan gugur (tidak valid) dengan cara melihat nilai $r_{ix} > 0,30$. Jika nilai r_{ix} kurang dari $< 0,30$ maka aitem skala tersebut dinyatakan gugur (tidak valid).

3. Reliabilitas

Menurut Azwar, (2017) reliabilitas mengacu pada konsistensi atau keakuratan hasil tes atau keakuratan skor kumpulan aitem. Pengujian reliabilitas dipakai untuk mengetahui sejauh mana alat ukur dapat dipercaya. Suatu instrumen dikatakan reliabel jika jawaban seseorang terhadap pernyataan dalam kuesioner menunjukkan konsistensi atau kestabilan dari waktu ke waktu. Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik Cronbach's Alpha, di mana suatu variabel dianggap reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,70.

Kaidah interpretasi nilai reliabilitas berdasarkan pendapat Guilford, (1956) adalah sebagai berikut :

Tabel 3. Kaidah Guilford

Koefisien Realibilitas	Kriteria
< 0,20	Sangat rendah
0,20 - 0,40	Rendah
0,40 - 0,70	Sedang
0,70 - 0,90	Tinggi
0,90	Sangat tinggi

Oleh karena itu, semakin besar nilai Cronbach's Alpha, maka semakin tinggi pula tingkat reliabilitas dari instrumen yang digunakan dalam penelitian.

E. Teknik Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data yang digunakan dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah model yang memiliki distribusi data normal, atau setidaknya mendekati normal (Sugiyono., 2016). Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan program SPSS versi 25. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (sig.) lebih besar dari 0,05 (sig. > 0,05), sedangkan data dikatakan tidak normal apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (sig. < 0,05).

2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui kedua variabel berhubungan secara linear atau tidak. Menurut Sugiyono, (2016) uji linearitas digunakan untuk mengetahui

apakah variabel terikat (Y) dan variabel bebas (X) mempunyai hubungan yang linear. Dalam uji linearitas peneliti menggunakan *test for lincarity* dengan bantuan program SPSS versi 25 dengan taraf signifikansi 0.05. Kriteria dalam uji normalitas apabila dua variabel dapat dikatakan mempunyai hubungan yang linear jika nilai sig. <0.05, namun jika nilai sig. >0.05 maka dua variabel tidak mempunyai hubungan yang linear.

3. Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linear sederhana, dengan tujuan untuk mencari seberapa besar pengaruh antara variabel independen dan variabel dependen (Sugiyono, 2016).

Dalam melakukan uji analisis regresi sederhana menggunakan program SPSS versi 25 dengan kriteria pengambilan keputusan jika taraf signifikansi < 0.05 diartikan adanya pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y. Sebaliknya, apabila taraf signifikansi > 0.05 artinya tidak ada pengaruh antara variabel X terhadap Y.

Adapun persamaan regresi sederhana dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

Gambar 3. Rumus Regresi Sederhana

Keterangan:

Y : Variabel dependen

a : Konstanta

b : Koefisien regresi pertama

X : Variabel independent

F. Teknik Analisis Data Tambahan

1. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Nilai dari koefisien ini menunjukkan besarnya pengaruh dari variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y). Rumus yang digunakan untuk menghitung nilai koefisien determinasi menurut Sugiyono (2016) adalah sebagai berikut:

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

Gambar 4. Rumus Koefisien Determinasi

Keterangan :

KD = Koefisien determinasi

R = Koefisien korelasi

2. Uji Kategorisasi

Menurut Azwar, (2017) kategorisasi adalah proses untuk mengelompokkan orang-orang ke dalam beberapa tingkatan atau kelompok, berdasarkan hasil pengukuran tertentu. Pengelompokan ini dilakukan untuk melihat di mana posisi seseorang dalam suatu rentang nilai (kontinum), misalnya apakah dia berada pada tingkat rendah, sedang, atau tinggi dalam suatu atribut yang diukur.

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$

Gambar 5. Uji Kategorisasi