

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif, dimana dalam penelitian yang akan dilakukan menekankan analisis pada data *numerikal* (angka) yang diolah dengan metode statistika, guna memperoleh signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti (Azwar, 2012).

Berdasarkan tujuan penelitian yang akan dilakukan, teknik penelitian yang digunakan adalah pendekatan korelasional untuk memperoleh informasi mengenai taraf hubungan yang terjadi di antara variabel-variabel yang diteliti tanpa melakukan suatu intervensi terhadap variasi variabel yang bersangkutan (Azwar, 2012).

B. Identifikasi Variabel penelitian

Variabel adalah atribut seseorang, atau obyek yang mempunyai variasi antara satu orang dengan orang yang lain atau satu obyek dengan obyek yang lain (Hatch dkk, 1981) (Kerlinger, 2014) variabel adalah konstruk atau sifat yang akan dipelajari (dalam Sugiyono, 2014).

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel Terikat : Stres
2. Variabel Bebas : Konflik Peran Ganda
3. Variabel Sertaan : Kelelahan

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan definisi untuk suatu variabel yang diberikan dengan cara mengubah konsep-konsep yang berupa *constructs*, dengan kata-kata yang menggambarkan perilaku atau gejala yang diamati, dapat diuji dan ditentukan kebenarannya berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel yang dapat diamati (Azwar, 2012). Adapun definisi operasional dari variabel-variabel yang ada pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Stres

Stres adalah suatu respon dimana individu menilai suatu peristiwa dan tuntutan yang melebihi kemampuan, sehingga menimbulkan ketidaknyamanan dari dalam diri individu. Indikatornya dari stres berdasarkan gejala fisiologis dan gejala psikologis Sarafino (dalam Gunawati dkk, 2006).

Gejala fisiologis dari stres yang berupa gejala fisik yaitu antara lain seperti : sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit dan produksi keringat yang berlebihan. yang kedua gejala psikologis dari stres yang berupa gejala psikis yaitu antara lain seperti : daya ingat menurun, perhatian yang menurun, konsentrasi yang menurun, mudah marah, cemas yang berlebih, dan merasa sedih dari gejala perilaku yaitu menyalahkan orang lain dalam permasalahan, membuat keributan, berbohong pada teman.

2. Konflik Peran Ganda

Konflik peran ganda adalah suatu konflik yang terjadi dalam diri individu karena memperoleh dua tuntutan yang berbeda sehingga muncul pertentangan dalam dirinya. Dimensi dari konflik peran ganda berdasarkan konflik berdasarkan

waktu, konflik berdasarkan tekanan dan konflik berdasarkan perilaku Greenhaus dan Beutell (dalam Saranani, 2015).

Konflik berdasarkan perilaku indikatornya tanggung jawab pada tugas perkuliahan dan pekerjaan, serta harapan, dan tugas, kedua konflik berdasarkan waktu indikatornya komunikasi dalam perkuliahan, waktu untuk bekerja, ketiga konflik berdasarkan tekanan indikatornya tekanan dalam pekerjaan, tekanan pada tugas-tugas perkuliahan, dan menentukan prioritas.

3. Kelelahan

Kelelahan adalah suatu keadaan yang dimana individu tidak dapat melakukan suatu pekerjaan dengan maksimal yang berupa lemah otot dan hilangnya motivasi, mata merah, kekurangan energi, sulit untuk konsentrasi saat mengerjakan tugas dan ingin beristirahat. Kelelahan pada mahasiswa kelas karyawan diungkapkan menggunakan angket yang disusun berdasarkan gejala menurut Suma'mur (dalam Parlyna dan Marsal, 2013).

Kelelahan fisik : perasaan berat dikepala, lelah seluruh badan, kaki terasa berat, menguap, merasa kacau pikiran, mengantuk, merasa berat pada mata, kaku dan canggung dalam gerakan, tidak seimbang dalam berdiri, ingin berbaring, sakit kepala, kekauan di bahu, merasa haus, merasa nyeri di punggung, suara serk, merasa kurang sehat dan rasa nyeri pada anggota badan. yang kedua kelelahan mental : tidak dapat konsentrasi, tidak dapat memfokuskan perhatian terhadap sesuatu, cenderung lupa, kurang percaya diri, cemas terhadap sesuatu, tidak dapat mengontrol sikap, tidak dapat tekun dalam melakukan suatu pekerjaan.

D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah 250 mahasiswa kelas karyawan di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

2. Sampel dan Teknik Sampling

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2014). Pengambilan sampel dalam suatu penelitian dilakukan untuk mewakili seluruh populasi, jika suatu penelitian menggunakan sampel penelitian maka penelitian tersebut harus menganalisis secara inferensial untuk mencapai pada generalisasi yang baik, tata cara penarikan kesimpulan harus diperhatikan, dan bobot sampel harus dapat dipertanggungjawabkan (Sugiyono, 2010).

Dalam penelitian kuantitatif ada beberapa teknik sampling dan dalam penelitian ini menggunakan teknik yang akan digunakan oleh peneliti adalah menggunakan *sampling purposive* teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2010). Kriteria sampel dalam penelitian ini ialah : mahasiswa kelas karyawan yang kuliah dan bekerja.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan kegiatan penelitian yang memiliki tujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan data berupa kuesioner yang merupakan teknik pengumpulan data dimana partisipan atau responden mengisi pertanyaan atau pernyataan kemudian diisi dengan lengkap dan mengembalikan kepada peneliti (Sugiyono, 2014).

Berdasarkan dengan teknik pengumpulan data, maka peneliti menggunakan dua macam skala dengan model skala likert yang akan disajikan dengan mengelompokkan menjadi dua kelompok aitem (pernyataan), yaitu aitem *favorabel* yang merupakan aitem yang isinya mendukung, memihak atau menunjukkan ciri adanya atribut yang diukur sehingga mengindikasikan tingginya atribut yang diukur, dan juga aitem *unfavorable* yakni aitem yang isinya tidak mendukung atau tidak menggambarkan ciri atribut yang diukur sehingga mengindikasikan rendahnya atribut yang diukur, dengan menggunakan empat alternatif pilihan jawaban, antara lain.

Tabel 3.1 Skor Penilaian Skala

Jawaban	Aitem <i>Favourable</i>	Aitem <i>Unfavourable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Dalam rangka menyusun dan mengembangkan instrumen, peneliti terlebih dahulu membuat *blue print* yang memuat aspek atau dimensi berperilaku, indikator masing-masing aspek yang akan dijadikan acuan dalam penulisan aitem (Azwar, 2012).

Skala yang dibuat dalam penelitian ini adalah skala stres, skala konflik peran ganda, skala kelelahan yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 3.2 *Blue Print* Skala Stres

No	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah	Prosentase (%)
			Favorable	Unfavorable		
1.	Fisiologis	Sakit kepala Gangguan tidur Gangguan pencernaan Gangguan makan Gangguan kulit Produksi keringat yang berlebihan	1, 4, 6, 7,8 ,9, 11, 13, 14, 15, 16,	2, 3, 5, 10, 12, 17,	17	42,5 %
2.	Psikologis	Gangguan daya ingat Gangguan perhatian Gangguan konsentrasi Mudah marah Cemas yang berlebihan Mudah sedih Menyalahkan orang lain Membuat keributan Berbohong pada teman	18, 19, 21, 23, 24, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 38, 39, 40.	20, 22, 25, 26, 34, 37,	23	57,5 %
TOTAL					40	100%

Tabel 3.3 Blue *Print* Skala Konflik Peran Ganda

No	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah	Prosentase (%)
			Favorable	Unfavorable		
1.	Konflik berdasarkan tekanan	Tekanan dalam pekerjaan Tekanan pada perkuliahan Menentukan prioritas	1, 3, 4, 5, 7,	2, 6, 8, 9	9	30%
2.	Konflik berdasarkan perilaku	Tanggung jawab pada tugas perkuliahan Tanggung jawab pada pekerjaan Harapan tugas	10, 13, 17, 18, 19, 21	11, 12, 14, 15, 16, 20	12	40%
3.	Konflik berdasarkan waktu	Komunikasi dalam perkuliahan Waktu untuk bekerja	24, 30	22, 23, 25, 26, 27, 28, 29	9	30%
TOTAL					30	100%

Tabel 3.4 Blue *Print* Kelelahan

No	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah	Prosentase (%)
			Favorable	Unfavorable		
1.	Kelelahan mental	Tidak dapat konsentrasi Tidak dapat memfokuskan perhatian terhadap sesuatu Cenderung lupa Kurang percaya diri Cemas terhadap sesuatu Tidak dapat mengontrol sikap Tidak dapat tekun mengerjakan suatu tugas	1, 2, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 12, 13, 14	5, 7, 9, 15	15	42,8%
2.	Kelelahan fisik	Perasaan berat dikepala Lelah seluruh badan Kaki terasa berat Menguap Merasa kacau pikiran	16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 35	23,34	20	57,2%

		Mengantuk merasa berat di mata Kaku dan canggung dalam gerakan Tidak seimbang dalam berdiri Ingin berbaring sakit kepala Kekakuan dibahu Merasa haus merasa nyeri di punggung Suara serak Merasa kurang sehat Rasa nyeri pada anggota badan				
TOTAL					35	100%

F. Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas adalah ketepatan dan kecermatan instrumen dalam menjalankan fungsi ukurnya. Yang menunjuk pada sejauhmana skala itu mampu mengungkap dengan akurat dan teliti data mengenai atribut yang peneliti rancang untuk mengukurnya (Azwar, 2014).

Untuk mengetahui ketepatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi pengukurannya, maka dalam penelitian ini dilakukan pengujian keselarasan fungsi aitem dengan fungsi tes yang akan menghasilkan koefisien korelasi aitem-total yang umumnya dikenal dengan sebutan indeks daya beda aitem. Adapun pengujian yang dilakukan dengan menggunakan formula koefisien korelasi product moment pearson (Azwar, 2009). dengan rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum x_i y_i - (\sum x_i)(\sum y_i)}{\sqrt{(n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2)(n \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2)}}$$

Keterangan:

X dan Y : Skor masing-masing variabel

n : Banyaknya subjek

2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah suatu alat ukur yang mengacu kepada keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran (Azwar, 2014).

Apabila suatu alat ukur dipakai dua kali untuk mengukur gejala yang sama dan hasil pengukuran yang diperoleh relative konsisten, maka alat tersebut reliable (Sugiono, 2011).

Uji reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan konsistensi internal dimana prosedurnya hanya memerlukan satu kali pengenaaan tes pada sekelompok individu sebagai subyek penelitian. Tehnik yang digunakan untuk menghitung koefisien reliabilitas atau menguji reliabilitas instrumen adalah dengan menggunakan *Alpha Cronbach*, karena dalam pengambilan data menggunakan skala bertingkat sehingga skornya 1,2,3, dan 4 (Nurgiyantoro dkk, 2004), adapun rumus koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* adalah sebagai berikut,

$$r = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma^2} \right)$$

Keterangan :

r : Koefisien reliabilitas yang dicari

k : Jumlah butir pertanyaan atau pernyataan (soal)

σ_i^2 : Varians butir pertanyaan atau pernyataan (soal)

σ^2 : Varians skor tes

G. Teknik Analisis Data

1. Analisis Data

Teknik analisis data peneliti menggunakan metode statistik yang sudah tersedia, akan menguji hipotesis hubungan antara dua variabel, bila datanya ordinal maka statistik yang peneliti gunakan adalah korelasi parsial adalah pengukuran hubungan antara dua variabel dengan mengontrol atau menyesuaikan efek dari satu atau lebih variabel lain Rusli (2014).

Rumus koefisien korelasi parsial :

$$r_{yx_2.x_1} = \frac{ryx_2 - ryx_1 \cdot rx_1 x_2}{\sqrt{1 - r^2 x_1 x_2} \sqrt{1 - r^2 yx_1}}$$

Keterangan :

r_{y1-2} = korelasi antara variabel Y (terikat) dengan variabel X_1 (bebas), dengan dikontrol variabel X_2

r_{y2} = korelasi antara variabel Y dengan variabel X_2

r_{12} = korelasi antara variabel X_1 dan X_2

Kerangka kerja

