

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Pada bagian ini akan diuraikan segala hal yang berkaitan dengan identifikasi variabel penelitian, definisi operasional variabel penelitian, subjek penelitian, metode pengumpulan data, validitas dan reliabilitas alat ukur, dan metode analisis data.

Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel bebas : Kematangan emosi
2. Variabel terikat : Stres kerja

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini definisi operasional digunakan untuk menghindari terjadinya perbedaan dalam memahami dan menginterpretasi pengertian dari masing-masing variabel.

1. Kematangan Emosi

Kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosinya. Menurut Walgito (2003) ada lima aspek kematangan emosi yaitu: (a) dapat menerima keadaan dirinya maupun orang lain seperti apa adanya. (b) tidak impulsif. (c) dapat mengontrol emosi dan ekspresi emosinya dengan baik. (d) dapat berfikir secara objektif dan realistis, sehingga bersifat sabar, penuh pengertian dan memiliki toleransi yang baik. (e) Mempunyai tanggung

jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

2. Stres Kerja

Stres kerja merupakan hasil ketidakseimbangan antara persepsi individu mengenai tuntutan kerja dengan persepsinya mengenai kemampuannya menanggulangi tuntutan tersebut. Menurut Beer dan Newman (dalam Rahardja, 2007) stres kerja meliputi: (a) Aspek Fisiologis bahwa stres kerja sering ditunjukkan pada symptoms fisiologis, (b) Aspek Psikologis, (c) Aspek Tingkah laku.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian merupakan individu yang menjadi sumber data penelitian. Menurut (Azwar, 2012) populasi merupakan sekelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Menurut Sugiyono (2009) populasi adalah keseluruhan subjek yang paling sedikit mempunyai sifat dan karakteristik sifat yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan bagian Perencanaan Kantor Pusat PT. Perkebunan Nusantara IV Medan yang berjumlah 48 orang.

2. Sampel

Sampel menurut Sugiyono (2009) adalah subjek atau wakil dari populasi yang diteliti. Besar sampel harus dihitung berdasarkan teknik-teknik tertentu agar sampel yang digunakan dan diambil dari populasi dapat dipertanggung

jawabkan. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan bagian Perencanaan Kantor Pusat PT. Perkebunan Nusantara IV Medan yang berjumlah 48 orang.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling* yang artinya keseluruhan populasi digunakan menjadi sampel dalam penelitian (Sugiyono, 2009). Hal yang mendasari peneliti menggunakan teknik ini karena jumlah populasi tidak mencapai 100 orang.

D. Metode dan Alat Pengumpul Data

Penelitian ini menggunakan metode skala. Hadi (1996) mendefinisikan skala sebagai metode penelitian yang menggunakan daftar pernyataan yang harus dijawab atau daftar isian yang harus diisi oleh sejumlah subjek dan berdasarkan atas jawaban atau isian tersebut, peneliti mengambil kesimpulan mengenai subjek yang diselidiki. Adapun anggapan-anggapan yang dipegang oleh peneliti dalam menggunakan metode ini adalah: (1) bahwa subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri, (2) bahwa apa yang dinyatakan oleh subjek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya, (3) bahwa interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan kepadanya adalah sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti (Hadi, 2004).

Metode skala menurut Walgito (1989) mempunyai beberapa kelebihan dan kekurangan, kelebihan dari metode skala adalah: (1) metode skala adalah metode

praktis, (2) tenaga yang diperlukan sedikit dan tidak memerlukan keahlian tertentu, (3) subjek dapat menjawab dengan leluasa tanpa dipengaruhi oleh orang lain.

Adapun kelemahan metode skala antara lain adalah: (1) peneliti mungkin tidak dapat langsung berhadapan dengan subjek penelitian, sehingga bila hal-hal yang kurang jelas maka keterangan lebih lanjut sulit diperoleh, (2) biasanya skala yang dikeluarkan tidak semuanya kembali, (3) kesalahan dalam pelaksanaan penelitian, kurang jelasnya pernyataan-pernyataan akan menyebabkan kurang validnya bahan yang diperoleh.

Beberapa antisipasi yang dilakukan untuk mengatasi kelemahan skala adalah: (1) dilakukan penyusunan skala yang sebaik-baiknya, yaitu dengan menggunakan bahasa yang sederhana, jelas dan singkat untuk menghindari kesalahan interpretasi, (2) subjek diberikan alternatif jawaban, (3) subjek diberikan penjelasan tentang pengisian skala dengan benar (Walgito, 1989).

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Skala Kematangan Emosi

Skala yang digunakan adalah skala sikap model likert. Metode ini sebenarnya bernama *summated rating*. Skala ini disusun untuk mengungkap sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial. Skala sikap berisi pernyataan-pernyataan objek sikap, yaitu suatu pernyataan mengenai objek sikap. Pernyataan ini terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan yang *favourable* dan pernyataan *unfavorable* (azwar, 2007).

Skala yang akan dibuat yaitu skala kematangan emosi terhadap stres kerja dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek kematangan emosi menurut Walgito (2003) yaitu: (a) dapat menerima keadaan dirinya maupun orang lain seperti apa adanya. (b) tidak impulsif. (c) dapat mengontrol emosi dan ekspresi emosinya dengan baik. (d) dapat berfikir secara objektif dan realistis, sehingga bersifat sabar, penuh pengertian dan memiliki toleransi yang baik. (e) mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

Dengan skala likert ada 4 alternatif jawaban dengan membuat item yang mendukung pernyataan (*favourable*) dan tidak mendukung pernyataan (*unfavourable*). Kriteria untuk penilaian item *favourable* berdasarkan skala likert ini adalah nilai 1 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS), nilai 2 untuk jawaban tidak sesuai (TS), nilai 3 untuk jawaban sesuai (S), nilai 4 untuk jawaban sangat sesuai (SS). Sedangkan untuk item *unfavourable* nilai 4 untuk jawaban sangat sesuai (SS), nilai 3 untuk jawaban sesuai (S), nilai 2 untuk jawaban tidak sesuai (TS), nilai 1 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS).

2. Skala Stres Kerja

Skala ini bertujuan untuk mengukur aspek-aspek stress kerja yang dikemukakan oleh Beehr dan Newman (dalam Rahardja, 2007) meliputi:

a. Aspek fisiologis, bahwa stress kerja sering ditunjukkan pada symptoms fisiologis. Penelitian dan fakta oleh ahli-ahli kesehatan dan kedokteran menunjukkan bahwa stress kerja dapat mengubah metabolisme tubuh, menaikkan detak jantung, mengubah cara bernafas, menyebabkan sakit kepala, dan serangan

jantung. Beberapa yang teridentifikasi sebagai *symptoms* fisiologis adalah meningkatnya detak jantung, tekanan darah, dan resiko potensial terkena gangguan kardiovaskuler, mudah lelah fisik, kepala pusing, sakit kepala, ketegangan otot, gangguan pernapasan, termasuk akibat dari sering marah, sulit tidur, gangguan tidur, sering berkeringat, telapak tangan berkeringat.

b. Aspek psikologis, stress kerja dan gangguan-gangguan psikologis adalah hubungan yang erat dalam kondisi kerja. Simptoms yang terjadi pada aspek psikologis akibat dari stress yaitu kecemasan, ketegangan, mudah marah, sensitive dan jengkel, kebingungan, gelisah, depresi, mengalami ketertekanan perasaan, kebosanan, tidak puas terhadap pekerjaan, menurunnya fungsi intelektual, kehilangan konsentrasi, hilangnya kreativitas, tidak bergairah untuk bekerja, merasa tidak berdaya, merasa gagal, mudah lupa, rasa percaya diri menurun.

c. Aspek tingkah laku (*behavioral*). Pada aspek ini stress kerja pada karyawan ditunjukkan melalui tingkah laku mereka. Beberapa *symptoms* perilaku pada aspek tingkah laku adalah penundaan, menghindari pekerjaan, absensi, menurunnya performansi dan produktivitas, makan secara berlebihan/hilang, tindakan berlebihan, menurunnya hubungan dengan teman dan keluarga, tidak berminat berhubungan dengan orang lain.

Sistem penilaian stres kerja untuk aitem *favorable* berdasarkan skala likert adalah nilai 1 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS), nilai 2 untuk jawaban tidak sesuai (TS), nilai 3 untuk jawaban sesuai (S), nilai 4 untuk jawaban sangat sesuai (SS). Sedangkan untuk item *unfavourable* nilai 4 untuk jawaban sangat

sesuai (SS), nilai 3 untuk jawaban sesuai (S), nilai 2 untuk jawaban tidak sesuai (TS), nilai 1 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS).

E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas Alat Ukur

Validitas merupakan persyaratan yang harus dipenuhi oleh sebuah alat ukur. Validitas ini menyatakan ketepatan, keakuratan maupun kecermatan alat ukur dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Suatu alat ukur dianggap valid apabila alat ukur tersebut dapat memberikan hasil pengukuran yang sesuai dengan maksud dan tujuan dari pengukuran (Azwar, 1989).

Hadi (1990) mengatakan bahwa validitas alat ukur merupakan indeks dari ketepatan atau keakuratan dan ketelitian alat ukur dalam menjalankan fungsi dan pengukurannya. Kemudian disebutkan seberapa jauh alat ukur tersebut dapat membaca dengan teliti, menunjukkan dengan sebenarnya status atau keadaan kriteria pembanding. Dalam hal ini kriteria pembanding yaitu kriteria dalam (*internal criterion*) dan kriteria luar (*external criterion*).

Pembanding yang berasal dari luar alat ukur disebut kriteria luar dan sebaliknya pembanding yang berasal dari dalam alat ukur disebut sebagai kriteria dalam yang berasal dari kesesuaian antara bagian-bagian instrumen dengan instrumen keseluruhan, maka alat ukur dinyatakan memiliki validitas yang tinggi. Penelitian ini mengambil kriteria pembanding yang berasal dari dalam pengukuran alat itu sendiri. Caranya adalah dengan mengkorelasikan nilai-nilai

tiap butir dengan nilai soalnya. Teknik statistika yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* dengan yang dikemukakan oleh *Karl Pearson* (dalam Azwar,1992), yakni sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{\left\{ \left(\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \right) \left(\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N} \right) \right\}}}$$

Keterangan :

- r_{xy} = Koefisien korelasi antar variabel bebas dengan variabel terikat
 $\sum XY$ = Jumlah hasil kali antar skor variabel bebas dengan skor variabel tergantung
 $\sum X$ = Jumlah skor variabel X
 $\sum Y$ = Jumlah skor variabel Y
 $\sum X^2$ = Jumlah kuadrat skor variabel X
 $\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat skor variabel Y
 N = Jumlah subjek

Nilai validitas setiap butir (koefisien *r Product Moment Pearson*) sebenarnya masih perlu dikorelasi karena kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor butir yang dikorelasikan dengan skor total ikut sebagai komponen skor total, dan hal ini menyebabkan koefisien *r* menjadi lebih besar (Hadi, 1996). Formula untuk membersihkan kelebihan bobot ini dipakai formula *part whole* adalah sebagai berikut :

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy})(SD_y) - (SD_x)}{\sqrt{\left\{ (SD_x)^2 + (SD_y)^2 - 2(r_{xy})(SD_x)(SD_y) \right\}}}$$

Keterangan :

- r_{br} = Koefisien korelasi setelah dikoreksi dengan part whole
 r_{xy} = Koefisien korelasi sebelum dikoreksi
 SD_y = Standar deviasi total
 SD_x = Standar deviasi butir

2. Reliabilitas Alat Ukur

Konsep dari reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama selama dalam diri subjek yang diukur memang belum berubah (Azwar, 1997). Analisis reliabilitas alat ukur yang dipakai adalah teknik Hoyt (Azwar, 1997) dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{tt} = 1 - \frac{Mki}{Mks}$$

Keterangan :

- r_{tt} = indeks reliabilitas alat ukur
 1 = konstanta bilangan
 Mki = mean kwadrat antar butir
 Mks = mean kwadrat antar subjek

Adapun digunakannya teknik reliabilitas dari Hoyt ini adalah :

- Jenis data kontinyu
- Tingkat kesukarannya seimbang
- Merupakan tes kemampuan (power test), bukan tes kecepatan (speed test)

F. Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson* (Azwar, 1992). Alasan digunakannya teknik korelasi ini disebabkan karena pada penelitian ini memiliki tujuan ingin melihat hubungan antara satu variabel bebas (kematangan emosi) dengan satu variabel tergantung (stres kerja). Formula dari teknik *Product Moment* yang dimaksud adalah sebagai berikut (Arikunto, 1997):

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{\left\{ \left(\sum X^2 \right) - \frac{(\sum X)^2}{N} \right\} \left\{ \left(\sum Y^2 \right) - \frac{(\sum Y)^2}{N} \right\}}}$$

Keterangan :

- r_{xy} = koefisien korelasi antar variabel bebas dengan variabel terikat
 $\sum XY$ = Jumlah hasil kali antar skor variabel bebas dengan skor variabel tergantung
 $\sum X$ = Jumlah skor variabel X
 $\sum Y$ = Jumlah skor variabel Y
 $\sum X^2$ = Jumlah kuadrat skor variabel X
 $\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat skor variabel Y
N = Jumlah subjek

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik analisis *Product Moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi :

- a. Uji Normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
- b. Uji Linieritas, yaitu : untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel tergantung.