

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif korelasional, di mana pendekatan kuantitatif ini menekankan analisisnya pada data – data *numerical* (angka) yang diolah menggunakan statistika (Azwar, 2012). Maka dari itu, penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif dilakukan dalam rangka pengujian hipotesis hubungan antara variabel yang diteliti.

A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Tergantung (Y)

Variabel tergantung adalah penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain (Azwar, 2012). Pada penelitian ini *Work Life Balance* menjadi variabel tergantung.

2. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas adalah suatu variabel yang variasinya mempengaruhi variabel yang ingin diketahui (Azwar, 2012). Pada penelitian ini peneliti memilih dua variabel bebas, yaitu :

- a. Variabel bebas (X1) : Kesejahteraan psikologi
- b. Variabel bebas (X2) : Persepsi Dukungan Organisasi

B. Definisi Operasional

Definisi Operasional merupakan suatu definisi yang diberikan kepada suatu variable dengan cara memberikan arti, atau menspesifiksn kegiatan, ataupun memberikan suatu oprasional yang diperlukan untuk mengukur variable tersebut (Nazir, 2013). Definisi oprasional bertujuan untuk menghindari salah pengertian dan penafsiran pada setiap variable yang mungkin terjadi. Adapun definisi operasional dari variable-variabel penelitian ini adalah :

1. *Work Life Balance*

Work life balance adalah kemampuan individu dalam menyeimbangkan waktu yang dimiliki untuk dapat terlibat dalam melakukan setiap perannya di dalam pekerjaan, keluarga maupun kegiatan sosial, sehingga mengurangi konflik peran agar terpenuhinya kebutuhan dan terciptanya rasa keselarasan dalam hidup. *Work life balance* akan diukur dengan menggunakan skala yang disusun berdasarkan tiga aspek yaitu keseimbangan waktu, keseimbangan keterlibatan, dan keseimbangan kepuasan. Semakin tinggi total skor pada skala *work life balance* yang dimiliki subjek maka menandakan semakin tinggi pula *work life balance* yang dimiliki dan begitu sebaliknya.

2. Kesejahteraan Psikologi

Kesejahteraan psikologi adalah dorongan positif pada individu dalam melakukan fungsinya secara optimal dan dapat memberikan makna positif terhadap pengalaman hidupnya di masa lalu maupun saat ini untuk

tercapainya tujuan hidup pada individu. Kesejahteraan psikologi akan diukur dengan menggunakan skala yang disusun berdasarkan enam dimensi, yaitu penerimaan diri, pengembangan diri, tujuan hidup, memiliki hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan yang dimodifikasi dari skala *Psychological well-being* milik Ryff yang sudah diadaptasi oleh Enggar dengan reliabilitas yang baik ($\alpha = 0,935$). Semakin tinggi total skor pada skala kesejahteraan psikologi yang dimiliki subjek maka menandakan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologi yang dimiliki dan begitu sebaliknya.

3. Persepsi Dukungan Organisasi

Persepsi dukungan organisasi adalah persepsi individu terhadap organisasi terkait sejauh mana organisasi dapat menghargai upaya atau kontribusi yang telah diberikan individu kepada organisasi dan sejauh mana organisasi memperhatikan atau peduli terhadap kesejahteraan individu. Persepsi dukungan organisasi akan diukur menggunakan skala dengan berdasarkan tiga aspek, yaitu keadilan, dukungan dari atasan, penghargaan dan kondisi tempat kerja. Semakin tinggi total skor pada skala persepsi dukungan organisasi yang dimiliki subjek maka menandakan semakin tinggi pula persepsi dukungan organisasi yang dimiliki dan begitu sebaliknya.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian menggunakan teknik studi populasi. Populasi merupakan kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil

penelitian (Azwar, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat perempuan yang sudah menikah, dengan masa kerja `minimal satu tahun di dua Rumah Sakit Umum di Semarang yaitu RSUD William Booth Semarang dan RSUD Panti Wilasa Citarum. Kriteria tersebut digunakan peneliti dengan pertimbangan perawat perempuan yang sudah menikah harus menghadapi pekerjaan di rumah sakit, melakukan pekerjaan rumah tangga dan melakukan kegiatan sosial..

D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan suatu langkah yang penting dalam sebuah penelitian, metode pengumpulan data menggunakan Skala *Likert*. Terdapat tiga skala yang digunakan yaitu skala *work life balance*, kesejahteraan psikologi dan persepsi dukungan organisasi.

Pada setiap skala terdapat lima alternatif jawaban pada pernyataan *favorable*, yang terdiri dari SS (Sangat Sesuai) sampai STS (Sangat Tidak Sesuai) dengan rentang skor 5 sampai 1. Sebaliknya untuk pernyataan *unfavorable* alternatif jawaban terdiri dari SS (Sangat Sesuai) sampai STS (Sangat Tidak Sesuai) dengan rentang skor 1 sampai 5.

1. Skala *Work Life Balance*

Skala penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek pada *work life balance*, yaitu keseimbangan waktu, keseimbangan keterlibatan, keseimbangan kepuasan.

Tabel 2. *Blueprint Skala Work Life Balance*

Aspek	Item		Jumlah Item
	F	UF	
Keseimbangan waktu			
Indikator	3	3	6
Ketersediaan waktu yang adil			
Keseimbangan keterlibatan			
Indikator	3	3	6
Keterlibatan peran			
Keterlibatan psikologis			
Keseimbangan kepuasan			
Indikator	3	3	6
Kepuasan yang dirasakan dalam berbagai peran individu			
JUMLAH	9	9	18

Keterangan : F (Favourable), UF (Unfavourable)

2. Skala Kesejahteraan psikologi

Skala yang disusun dari berdasarkan enam dimensi pada kesejahteraan psikologi, yaitu penerimaan diri, pengembangan diri, tujuan hidup, memiliki hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan.

Tabel 3. *Blueprint* Skala Kesejahteraan psikologi

Dimensi	Item		Jumlah Item
	F	UF	
Penerimaan diri			
Indikator			
Menerima aspek positif dan negatif yang ada pada dirinya	3	3	6
Memandang masa lalunya secara positif			
Pengembangan diri			
Indikator			
Menyadari potensi yang dimiliki diri			
Memiliki keinginan untuk terus mengembangkan diri	3	3	6
Terbuka dengan pengalaman baru			
Tujuan hidup			
Indikator			
Memiliki tujuan hidup yang terarah	3	3	6
Dapat memaknai hidup yang sedang dijalani maupun yang sudah dilalui			
Memiliki hubungan positif dengan orang lain			
Indikator			
Memiliki kepercayaan dengan orang lain	3	3	6
Memiliki empati yang kuat terhadap orang lain			
Memahami pentingnya memberi dan menerima dalam suatu hubungan			
Otonomi			
Indikator			
Dapat menentukan kehidupannya sendiri tanpa adanya paksaan dari luar	3	3	6
Berperilaku sesuai standar pribadi			
Penguasaan lingkungan			
Indikator			
Dapat mengelola lingkungan di sekitarnya			
Dapat mengontrol aktivitas eksternal yang dijalani	3	3	6
Mampu memilih keadaan sesuai dengan kebutuhan pribadi			
Jumlah	18	18	36

Keterangan : F (Favourable), UF (Unfavourable)

3. Skala Persepsi Dukungan Organisasi

Variabel persepsi dukungan organisasi ini diukur dengan menggunakan skala dengan berdasarkan tiga aspek yang terdapat pada persepsi dukungan organisasi, yaitu keadilan, dukungan dari atasan, penghargaan dan kondisi tempat kerja.

Tabel 4. *Blueprint* Skala Persepsi Dukungan Organisasi .

Aspek	Item		Jumlah Item
	F	UF	
Keadilan indikator Kesempatan individu dalam menyuarakan pendapatnya Didasarkan kepada kebijakan organisasi yang jelas	4	4	8
Dukungan dari atasan indikator Atasan memberikan pengarah terkait pekerjaan Adanya penghargaan yang di berikan atasan	4	4	8
Penghargaan dan kondisi tempat kerja indikator Adanya penghargaan yang diberikan oleh organisasi kepada individu Adanya kepedulian dari organisasi terkait kenyamanan dan kondisi kerja	4	4	8
JUMLAH	12	12	24

Keterangan : F (Favourable), UF (Unfavourable)

E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas Alat Ukur

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan sesuai instrument. Sebuah instrumen atau alat ukur dalam penelitian dikatakan valid jika mampu mengukur apa yang sesuai tujuan,

dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti dengan tepat (Tersiana, 2018). Koefisien korelasi yang diperoleh antara skor item dengan skor total tedihitung menggunakan teknik korelasi *Product Moment* yang selanjutnya dikorelasi dengan korelasi *Part Whole*.

2. Reliabilitas Alat Ukur

Azwar (2012) mengemukakan bahwa alat ukur dikatakan reliabel ketika pengukuran dilakukan beberapa kali maka, hasilnya relatif sama terhadap kelompok subjek yang sama. Penelitian ini akan menggunakan teknik Koefisien *Alpha – Cronbach* dari tinggi rendahnya reliabilitas ditunjukkan oleh suatu angka, yaitu koefisien reliabilitas. Semakin mendekati angka 1,00 menunjukan koefisien reliabilitas alat ukur semakin tinggi.

F. Metode Analisis Data

Analisa data yang pada penelitian ini menggunakan *Program Statistical Packages for Social Sciences (SPSS)*, dalam penelitian ini menggunakan dua metode analisa data, yaitu :

1. Hipotesis Mayor

Pengujian hipotesis mayor pada penelitian ini menggunakan teknik analisa regresi berganda digunakan untuk mengetahui hubungan antara dukungan organisasi dan kesejahteraan psikologi dengan *work life balance*.

2. Hipotesis Minor

Pengujian Hipotesis minor pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* untuk mengetahui korelasi antara variabel

work life balance dengan Kesejahteraan psikologi dan korelasi antara variabel *work life balance* dengan variabel persepsi dukungan organisasi.

