

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Metode Penelitian yang Digunakan**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan asumsi pendekatan positivis atau mempresentasikan realitas, apa yang akan diteliti dan dijelaskan dalam penelitian kuantitatif akan berkaitan dengan gejala sosial. Terdapat beberapa jenis penelitian kuantitatif yaitu penelitian survei, penelitian eksperimen, serta analisis isi (Priyono, 2008).

Penelitian kuantitatif adalah penelitian empiris yang datanya berbentuk angka-angka, dalam penelitian kuantitatif biasa dikenal dengan metode ilmiah, yaitu langkah-langkah memproses pengetahuan ilmiah dengan menggabungkan pola berfikir rasional serta empirik dengan jalan membangun jembatan penghubung yang berupa pengajuan hipotesis (Syahrums & Salim, 2012).

#### **3.2 Identifikasi Variabel Penelitian**

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diteliti oleh penulis. Variabel-variabel tersebut ialah:

Variabel Tergantung : *Burnout*

Variabel Bebas : Persepsi Beban Kerja

#### **3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian**

##### **3.3.1 *Burnout***

*Burnout* merupakan kondisi dimana seseorang mengalami stres berkepanjangan di tempat kerja yang menyebabkan hilangnya perhatian pada

orang lain hingga berkembang menjadi perasaan tidak mampu dan gagal dalam pekerjaan serta bekerja dalam situasi yang menuntut secara emosional.

*Burnout* dapat dilihat dari jumlah skor yang diperoleh pada *Maslach-Trisni Burnout Inventory* (M-TBI) yang digunakan dan dengan aspek-aspeknya adalah kelelahan emosional, sinisme, dan pencapaian pribadi. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka menunjukkan tingginya *burnout*, begitu pula sebaliknya jika skor pada skala rendah maka menunjukkan rendahnya *burnout* pada karyawan

### **3.3.2 Persepsi beban kerja**

Persepsi beban kerja merupakan pandangan subjektif individu mengenai kegiatan atau tuntutan tugas yang membutuhkan aktivitas mental, aktivitas fisik dan waktu.

Persepsi beban kerja diungkap melalui skala persepsi beban kerja yang dibuat oleh Dewi (2013) dan dengan aspek-aspeknya adalah aspek kognisi dan aspek afeksi. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka menunjukkan semakin tinggi persepsi beban kerja subjek, begitu pula sebaliknya jika skor pada skala persepsi beban kerja rendah, maka menunjukkan semakin rendahnya persepsi beban kerja subjek.

## **3.4 Populasi dan Sampel**

### **3.4.1 Populasi**

Salah satu Langkah yang perlu dilakukan dalam melakukan sebuah penelitian adalah dengan menentukan populasi. Menurut Handayani (2020) populasi merupakan totalitas dari tiap elemen yang akan diteliti dimana terdapat ciri yang sama, bisa berupa individu dalam suatu kelompok,

peristiwa, atau sesuatu yang akan diteliti. Populasi yang akan digunakan pada penelitian ini adalah pegawai tetap yang bekerja di perusahaan bank X di Tangerang dengan lama bekerja minimal 1 tahun.

### **3.4.2 Teknik Pengambilan Sampel**

Sampel merupakan bagian atau porsi dari jumlah total populasi yang sedang diteliti. Sampel harus selalu dilihat sebagai perkiraan keseluruhan daripada keseluruhan itu sendiri (Bailey, 1994). Pada penelitian ini sampel yang akan diambil menggunakan teknik *accidental sampling*, anggota yang dijadikan sampel merupakan siapa saja yang dijumpai secara kebetulan di tempat tertentu serta didasarkan pada situasi waktu, tempat dan sesuai dengan kriteria populasi (Azwar, 2012).

## **3.5 Metode Pengumpulan Data**

### **3.5.1 Alat Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode skala. Model skala yang dipakai dalam penelitian ini menggunakan skala Likert yang terdiri dari skala *burnout* dan skala persepsi beban kerja yang dibuat dalam dua arah item, yaitu item *favourable* dan *unfavourable*. *Maslach-Trisni Burnout Inventory* (M-TBI) alat ukur yang diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Widhianingtanti dan Luijtelaar (2022). Pada variabel persepsi beban kerja menggunakan alat ukur yang disusun oleh Dewi (2013) dengan menggunakan aspek-aspek dari persepsi beban kerja.

### **3.5.2 Blueprint dan Cara Penilaian**

Dalam penelitian ini digunakan dua macam skala, yaitu skala *burnout* dan skala persepsi beban kerja.

### 3.5.3 Skala burnout

Pada alat ukur skala burnout, peneliti menggunakan alat ukur *Maslach-Trisni Burnout Inventory* (M-TBI) dimana alat ukur ini diadaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Widhianingtanti dan Luijtelaar (2022). Skala M-TBI (*Maslach-Trisni Burnout Inventory*) berisi dua puluh dua item pernyataan. M-TBI (*Maslach-Trisni Burnout Inventory*) digunakan untuk mengukur *burnout* pada tenaga kerja Indonesia. Skala ini berisikan dua puluh dua pernyataan yang berdasarkan aspek *burnout* diikuti alternatif jawaban dari skala 0-6 yaitu: (0) tidak pernah, (1) setidaknya beberapa kali dalam setahun, (2) minimal sebulan sekali, (3) beberapa kali dalam sebulan, (4) sekali dalam seminggu, (5) beberapa kali dalam seminggu, (6) sering. *Blueprint burnout* sebagai berikut :

**Tabel 3. 1 *Blueprint* Skala *Burnout***

Skala	Aspek <i>Burnout</i>	Item	Jumlah
M-TBI ( <i>Maslach-Trisni Burnout Inventory</i> )	<i>Emotional Exhaustion</i>	9	22
	<i>Cynicism</i>	5	
	<i>Personal Accomplishment</i>	8	

### 3.5.4 Skala persepsi beban kerja

Pada alat ukur skala persepsi beban kerja, peneliti menggunakan instrumen berupa skala Likert yang dibuat oleh Dewi (2013). Skala ini berisikan dua puluh delapan pernyataan yang berdasarkan aspek persepsi beban kerja dan terdiri dari dua bagian yaitu favorable dan unfavorable. Terdapat lima pilihan jawaban yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), netral (N), setuju (S) dan sangat setuju (SS).

**Tabel 3. 2 Blueprint Skala Persepsi Beban Kerja**

Skala	Aspek Persepsi Beban Kerja	Item	Jumlah
Skala Persepsi Beban Kerja	Aspek kognisi	Aktivitas mental	4
		Kekuatan fisik	5
	Aspek afeksi	Waktu	5
		Aktivitas mental	3
		Kekuatan fisik	6
		Waktu	5
			28

### 3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

#### 3.6.1 Validitas Alat Ukur

Validitas pada alat ukur merupakan sebuah proses pertimbangan yang utama dalam mengevaluasi kualitas suatu instrumen alat ukur (Azwar, 2012). Uji validitas pada alat ukur persepsi beban kerja menggunakan korelasi *product moment* dari Pearson dan *part-whole*, sedangkan uji validitas pada alat ukur M-TBI (*Maslach-Trisni Burnout Inventory*) menggunakan metode analisis CFA (*Confirmatory factor analysis*).

#### 3.6.2 Uji Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan hasil suatu pengukuran yang apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran diperoleh hasil yang relatif sama atau konsisten (Azwar, 2012). Reliabilitas skala M-TBI (*Maslach-Trisni Burnout Inventory*) memiliki nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,916 yang menyatakan skala ini reliabel. Reliabilitas skala persepsi beban kerja memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0,929 yang menyatakan skala ini reliabel.

### 3.7 Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pearson Product Moment* menggunakan program SPSS 20 (*Statistical Product and Service Solutions*) for Windows. Metode *Pearson product*

*Moment* bertujuan untuk menguji korelasi dari persepsi beban kerja dan *burnout* pada karyawan bank X di Tangerang.

