

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel bebas : Resiliensi

Variabel terikatnya : *Work life balance*.

B. Definisi Operasional

Penelitian ini menggunakan dua jenis variabel yakni resiliensi dan *work life balance*. Berikut penjelasan lebih detail terkait variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini :

1. Resiliensi

Resiliensi ialah kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk tetap bertahan dalam kondisi yang sulit dan penuh tekanan dengan mengembangkan kompetensi yang ada dalam dirinya. Pengukuran resiliensi dalam penelitian ini menggunakan skala dari Gina dan Fitriani (2022) berdasarkan lima aspek teori Connor dan Davidson yaitu *personal competence, trust in one instincts, positive acceptance of change and secure relationships, control and factor, dan spiritual influences*.

2. *Work life balance*

Work life balance ialah kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat menyeimbangkan kehidupan kerja dengan kehidupan pribadi sehingga dapat meminimalisir konflik yang akan terjadi. Pengukuran *work life balance* dalam penelitian ini menggunakan skala dari Gunawan (2019) berdasarkan empat aspek teori Fisher yaitu *work intereference with personal*

life, personal life with interference work, work enhancement of personal life, dan personal life enhancement of work.

C. Subjek Penelitian

Subjek yang ditentukan dalam penelitian ini adalah perempuan berusia 20-40 tahun yang bekerja dan sudah menikah. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2014) teknik *purposive sampling* adalah suatu teknik penentuan dan pengambilan sampel yang ditentukan oleh peneliti dengan pertimbangan tertentu.

D. Metode Pengumpulan Data

1. Resiliensi

Skala resiliensi dalam penelitian ini menggunakan adaptasi skala dari Gina dan Fitriani (2022) berdasarkan lima aspek teori Connor dan Davidson yaitu *personal competence, trust in one instincts, positive acceptance of change and secure relationships, control and factor, dan spiritual influences*. Skala resiliensi ini terdiri dari 10 aitem yang bersifat *favorable*. Atas dasar pengujian reliabilitas, nilai reliabilitas dari skala resiliensi yaitu 0,868 yang berarti skala resiliensi tergolong reliabel. Maka aitem ini dapat diandalkan. Berikut ini *blueprint* skala resiliensi.

Tabel 1.
Blueprint Distribusi Skala Resiliensi

Aspek	Butir <i>favorabel</i>	
	Aitem	Jumlah
<i>Personal competence</i>	2, 8	2
<i>Trust in one instincts</i>	6, 7	2
<i>Positive acceptance</i>	1, 3	2
<i>Control and factor</i>	5, 10	2
<i>Spiritual influences</i>	4, 9	2
Total		10

2. *Work life balance*

Skala *work life work life balance* dalam penelitian ini menggunakan adaptasi skala dari Gunawan (2019) berdasarkan empat aspek teori Fisher yaitu *work intereference with personal life*, *personal life with interference work*, *work enhancement of personal life*, dan *personal life enhancement of work*. Skala *work life balance* ini terdiri dari 17 aitem *favorable*. Atas dasar pengujian reliabilitas, nilai reliabilitas dari skala *work life balance* berkisar 0,976 sampai 0,707 yang berarti skala *work life balance* termasuk reliabel. Berikut ini *blueprint* skala *work life balance*.

Tabel 2.
Blueprint Distribusi Skala *Work life balance*

Aspek	Butir <i>favorabel</i>	
	Aitem	Jumlah
<i>Work intereference personal life</i>	1, 2, 3, 4, 5	5
<i>Personal life interference work</i>	6, 7, 8, 9, 10, 11	6
<i>Work enhancement personal life</i>	12, 13, 14	3
<i>Personal life enhancement work</i>	15, 16, 17	3
Total		17

E. Metode Analisis Data

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, yaitu penelitian yang bertujuan menguji keterkaitan antara variabel-variabel yang diteliti yang didasarkan pada hipotesis yang telah ditetapkan (Sumintono & Widhiarso, 2014). Teknik pengolahan data yang digunakan yaitu uji korelasi Spearman's rho dengan bantuan software SPSS 20 for windows. Uji korelasi Spearman's rho dilakukan karena tidak terpenuhinya asumsi parametrik, berupa normalitas data.

F. Kredibilitas

Kredibilitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas.

1. Uji Validitas

Uji validitas bertujuan untuk mengestimasi kelayakan butir-butir dalam tes guna mewakili komponen atau sejauh mana kesesuaian butir-butir dari konstruk yang diukur (Azwar, 2015). Uji validitas skala *work life balance* menggunakan CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) menghasilkan nilai sebesar $> 0,5$ yang berarti item tersebut valid. Uji validitas skala resiliensi menggunakan validitas isi. Kelayakan item yang akan digunakan di uji dengan uji daya diskriminasi. Semakin mendekati angka 1,00 maka, koefisien korelasinya semakin baik.

2. Uji Reliabilitas

Menurut Kaplan dan Saccuzo (Saviera, Susanto, dan Kadiyono, 2021) teknik *Alpha Cronbach* digunakan untuk mengevaluasi tingkat

reliabilitas dari alat ukur dalam penelitian. Nilai *Alpha Cronbach* lebih besar atau sama dengan 70, maka alat ukur dapat diandalkan, jika nilai *Alpha Cronbach* kurang dari 70 maka alat ukur tidak dapat diandalkan. Skala resiliensi dari Gina dan Fitriani (2022) memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,868. Skala *work life balance* dari Gunawan memiliki nilai reliabilitas antara 0,976 sampai 0,707. Berdasarkan teori di atas maka skala resiliensi dan *work life balance* merupakan alat ukur yang dapat diandalkan.

G. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif menurut Kuncoro (Septian & Santoso, 2021) adalah pendekatan ilmiah terhadap pengambilan keputusan manajerial dan ekonomi. Dimana pendekatan ini terdiri atas perumusan masalah, menyusun model, mendapatkan data, mencari solusi, menguji solusi, menganalisa hasil dan mengimplementasikan hasil. Maka dari itu, peneliti harus melaksanakan prosedur yang ada terlebih dahulu. Proses pelaksanaan dalam penelitian ini memiliki empat tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap pengoahan data, dan tahap pelaporan penelitian.

1. Tahap persiapan

Pada tahap ini peneliti melakukan adaptasi alat ukur skala resiliensi dan *work life balance*. Peneliti akan melakukan evaluasi terhadap aitem-aitem dalam skala dengan bantuan profesional *judgement*. Setelah itu peneliti

akan melakukan uji reliabilitas dan validitas untuk mengetahui kelayakan skala yang akan digunakan.

2. Tahap pelaksanaan

Pada tahap ini, peneliti akan melakukan pengambilan data menggunakan skala yang sudah diuji reliabilitas dan validitasnya. Penelitian ini akan dilakukan dengan menyebarkan skala kepada subjek berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Skala penelitian disebarkan melalui *google form* secara *online*

3. Tahap pengolahan data

Pada tahap ini skor skala resiliensi dan *work life balance* yang telah disepakati akan diolah menggunakan program SPSS 20.0 *for windows*.

4. Tahap pelaporan penelitian

Penulisan pelaporan penelitian, berkaitan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan dan dianalisis data yang sudah diperoleh secara tertulis. Hal ini dilakukan supaya peneliti dapat berkomunikasi terhadap pembaca dan dapat dipublikasikan untuk kepentingan organisasi.