

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, dan menggunakan desain penelitian korelasional dengan tujuan untuk mencari hubungan antar variabel, variabel yang digunakan sebagai berikut:

1. Variabel bebas (*independent*) : Beban Kerja
2. Variabel terikat (*dependen*) : *Burnout*

B. Definisi Operasional

1. Beban Kerja

Beban kerja merupakan kegiatan yang harus diselesaikan oleh seseorang dalam periode tertentu yang membutuhkan kecepatan serta konsentrasi, namun dapat menimbulkan stres pada seseorang. Beban kerja dapat diukur menggunakan indikator-indikator yang dikemukakan oleh Tubbs-Cooley dkk yang diadaptasi oleh Devina (2021) yaitu *mental demand*, *physical demand*, *temporal demand*, dan *effort* pada skala *The NASA Task Load Index* (NASA-TLX).

2. *Burnout*

Burnout merupakan keadaan dimana seseorang mengalami kelelahan fisik dan psikis, umumnya *burnout* disebabkan oleh kelelahan

terus-menerus dan membuat diri merasa kewalahan. *burnout* dapat diukur menggunakan indikator-indikator yang dikemukakan oleh Maslach dan Leiter yang diadaptasi oleh Yulianto (2020) yaitu *emotional exhausted*, *depersonalization*, dan *personal accomplishment* pada skala *Maslach Burnout Inventory-Human Service Survey* (MBI-HSS).

C. Subjek Penelitian

Penelitian ini melibatkan Prajurit TNI AD yang bertugas di Kodim 0702 / Purbalingga. Responden pada penelitian adalah orang-orang yang dituju oleh penelitian ini dengan tujuan untuk memberikan informasi terhadap suatu hal. Penentuan responden dalam penelitian ini menggunakan cara *purposive sampling* dimana teknik ini mengambil sampel yang ditentukan agar dapat menyesuaikan tujuan dari penelitian ini. Kriteria responden dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Prajurit aktif yang bertugas di Kodim 0702 / Purbalingga
2. Laki-laki dan perempuan

D. Metode Pengumpulan Data

Guna memperoleh data yang diinginkan sesuai dengan tujuan dari penelitian ini, maka metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Skala

Menurut Azwar (2012) skala merupakan perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon seseorang

terhadap pertanyaan yang diberikan. Respon yang diberikan terhadap skala psikologi diberi skor berdasarkan proses penskalaan (*scalling*). skala psikologi juga dirancang dengan tujuan untuk mengungkap satu tujuan ukur (*undimensional*). Tingkat reliabilitas pada skala harus tinggi karena secara psikometrik relevansi isi dan konteks kalimat sebagai stimulus lebih terbuka terhadap berbagai sumber, sedangkan validitas skala psikologi ditentukan oleh ketepatan operasionalisasi konstruk psikologi yang hendak diukur menjadi indikator keprilakuan dan item-itemnya.

a. Skala Beban Kerja

Skala beban kerja yang digunakan pada penelitian ini bernama *The NASA Task Load Index* (NASA-TLX) berdasarkan teori Tubbs-Cooley dkk yang diadaptasi oleh Devina (2021) yang didasarkan kepada empat aspek yaitu *mental demands*, *physical demands*, *temporal demands*, dan *effort*. Pengukuran beban kerja pada skala ini terdiri dari 4 item *favourable* dan tidak ada item *unfavourable*, sehingga jumlah item pada skala ini berjumlah 4 item. Berdasarkan analisis reliabilitas yang telah dilaksanakan, instrumen penelitian ini memiliki koefisien reliabilitas yang tinggi ($\alpha=.93$) dengan koefisien korelasi yang berkisar dari 0.44 sampai 0.77. Skala ini disajikan dengan bentuk skala *likert* dengan skor 1 sampai 4, 1 (Sangat Tidak Setuju), 2 (Tidak Setuju), 3 (Setuju), dan 4 (Sangat Setuju).

Tabel 1.
Blueprint Skala Beban Kerja

| Faktor | Sebaran Item <i>Favourable</i> | Jumlah |
|------------------------|------------------------------------------|---------------|
| <i>Mental Demand</i> | 1 | 1 |
| <i>Physical Demand</i> | 2 | 1 |
| <i>Temporal Demand</i> | 3 | 1 |
| <i>Effort</i> | 4 | 1 |
| Total | | 4 |

b. Skala *Burnout*

Skala *burnout* yang digunakan pada penelitian bernama *Maslach Burnout Inventory-Human Service Survey* (MBI-HSS) berdasarkan teori Maslach dan Leiter yang diadaptasi oleh Yulianto (2020) yang didasarkan tiga aspek yaitu *emotional exhausted*, *depersonalization*, dan *personal accomplishment*. Pengukuran *burnout* pada skala ini terdiri dari 14 item *favorable* dan 8 item *unfavorable*, sehingga jumlah item yang terdapat pada skala ini berjumlah 22 item. Keseluruhan item pada skala ini memiliki muatan faktor yang berkisar diantara 0,31 sampai 0,90. Skala ini disajikan dalam bentuk skala *likert* dengan skor 0 sampai 6, 0 (tidak pernah sama sekali), 1 (beberapa kali dalam setahun), 2 (sebulan sekali atau kurang), 3 (beberapa kali dalam sebulan), 4 (seminggu sekali), 5 (beberapa kali dalam seminggu), 6 (setiap hari).

Tabel 2.
Blueprint Skala *Burnout*

| Faktor | Sebaran Item | | Jumlah |
|--------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|--------|
| | <i>Favourable</i> | <i>Unvafourable</i> | |
| <i>Emotional Exhausted</i> | 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20 | | 9 |
| <i>Depersonalization</i> | 5, 10, 11, 15, 22 | | 5 |
| <i>Personal Accomplishment</i> | | 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21 | 8 |
| Total | | | 22 |

E. Metode Analisis Data

Menurut Hadi (Heryadi. & Emilia, 2015) menyatakan bahwa analisis data merupakan sebuah cara yang digunakan untuk mengolah data yang telah diperoleh agar mendapatkan suatu kesimpulan. Analisis data pada penelitian ini menggunakan statistik serta aplikasi SPSS *for windows*. Penguasaan statistika merupakan dasar yang harus dimiliki pada metode penelitian kuantitatif karena statistik memberikan cara untuk mengolah dan juga menganalisis data yang diperoleh. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi, teknik ini digunakan untuk mencari hubungan/korelasi antara dua atau lebih variabel penelitian, pada penelitian ini analisis data korelasi dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan *burnout* pada prajurit.

F. Kredibilitas

Penelitian ini akan melakukan uji coba validitas dan juga reliabilitas dalam rangka memenuhi kredibilitas pada alat ukur ini. Pengujian kredibilitas dilakukan dengan tujuan untuk memastikan bahwa item-item dari skala yang akan digunakan layak sebagai sumber data dari penelitian.

1. Uji Validitas

Menurut Sugiyono (2019) mengatakan bahwa instrumen yang valid memiliki arti jika instrumen yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid memiliki arti bahwa instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya di ukur.

Uji validitas bertujuan untuk melihat tingkat kevalidan suatu instrumen yang akan digunakan. Instrumen yang dinyatakan valid akan mengungkap data yang dibutuhkan peneliti sesuai dengan variabel yang digunakan. Validitas item pada penelitian ini dilakukan dengan cara meminta *professional judgment* yang dilakukan oleh validator. Uji validitas yang dilakukan oleh *professional judgment* dilakukan untuk memperoleh penilaian, meminta pendapat atau masukan saran dari validator yang memiliki pemahaman untuk melakukan validasi alat ukur.

2. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2019) instrumen yang reliabel merupakan instrumen yang jika digunakan berulang kali untuk mengukur suatu objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.

Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan SPSS *for windows*. Terdapat dua tahap untuk melakukan analisis uji reliabilitas agar mendapat item yang dapat digunakan. Analisis yang digunakan adalah uji analisis reliabilitas item, item yang lolos adalah item yang memiliki nilai *corred item* dengan skor total *correlation* ≥ 0.3 .

G. Rancangan Penelitian

Adapun rancangan dari penelitian ini terbagi kedalam tiga tahap yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Tahap persiapan, pada tahap persiapan peneliti mencari tau atau mengidentifikasi permasalahan atau topik yang bisa diangkat menjadi penelitian, selanjutnya peneliti mengumpulkan teori-teori serta merumuskan hipotesis penelitian, setelah permasalahan yang akan diangkat diperkuat dengan teori dan juga hipotesis maka dapat dilakukan identifikasi variabel.
2. Tahap pelaksanaan, pada tahap pelaksanaan variabel yang telah ditentukan dapat dibuat instrumen, desain, serta sampel penelitian agar penelitian dapat segera dilaksanakan.
3. Tahap pengolahan data, setelah tahap pelaksanaan dan data yang diinginkan telah diperoleh, data tersebut dianalisis dan juga melakukan pelaporan mengenai hasil dari data lapangan tersebut.