

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Azwar (2019), variabel penelitian merupakan nilai yang melekat pada objek, individu, atau aktivitas tertentu yang telah dipilih untuk diteliti dan dianalisis secara mendetail oleh peneliti guna memperoleh kesimpulan. Dalam penelitian ini, terdapat dua jenis variabel yang akan dibahas, yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel-variabel yang digunakan untuk pengujian hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Tergantung : *Work engagement*
2. Variabel Bebas : *Work life balance*

B. Definisi Operasional

1. *Work Engagement*

Work engagement merupakan kondisi psikologis positif yang mendorong generasi Z di perusahaan *startup* Yogyakarta untuk berkomitmen secara intelektual dan emosional, sehingga mereka merasa menjadi bagian yang tak terpisahkan dari pekerjaannya dan mampu memberikan kontribusi di tempat kerja.

Pengukuran *work engagement* dalam penelitian ini menggunakan UWES-9 *Version* oleh Schaufeli dan Bakker yang telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Kristiana dkk. (2018). Skor yang diperoleh dari skala ini merepresentasikan tingkat *work*

engagement dimana semakin tinggi skor yang didapat, semakin baik tingkat keterikatan kerja individu, begitu pula sebaliknya.

2. *Work Life Balance*

Work life balance adalah kondisi dimana kehidupan pribadi dan kehidupan pekerjaan dapat mengefektifkan performa generasi Z di perusahaan *startup* Yogyakarta dalam peran-peran yang dijalankan.

Pengukuran *work life balance* dalam penelitian ini menggunakan *Work life balance Scale* (WLBS) dari Fisher dkk. (2009) telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Gunawan dkk. (2019). Dengan presumsi jika skor tinggi maka *work life balance* akan lebih baik, dan sebaliknya.

C. **Subjek Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh generasi Z yang bekerja di perusahaan *startup* di Yogyakarta. Populasi ini mencakup karyawan yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012 dan aktif bekerja di berbagai perusahaan *startup* di daerah tersebut. Peneliti dalam menentukan subjek menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Azwar (2019), *purposive sampling* merupakan teknik pemilihan sampel yang dilakukan secara sengaja dan tidak acak, dengan mempertimbangkan wilayah, atau strata, melainkan dipilih dengan pertimbangan khusus yang relevan dan selaras dengan tujuan penelitian.

Subjek penelitian ini adalah karyawan generasi Z dengan kriteria sebagai berikut :

1. Kelahiran tahun 1997-2012
2. Perempuan/Laki-laki
3. Bekerja di perusahaan *startup* Yogyakarta

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang berfokus pada analisis data numerik yang dikumpulkan melalui teknik pengukuran dan diolah dengan metode statistik (Azwar, 2019). Metode kuantitatif dipakai untuk menguji hipotesis dengan cara mengumpulkan data menggunakan instrumen penelitian yang kemudian dianalisis secara statistik. Data dikumpulkan dari responden menggunakan skala yang sudah tersedia, dengan tujuan agar responden bebas memberikan jawaban sesuai persepsi mereka sendiri (Azwar, 2019). Skala yang digunakan terdiri dari lima pilihan jawaban, dan uji skala dilakukan untuk mengetahui masalah terkait *work life balance* dengan *work engagement*. Dalam pengumpulan data, peneliti memakai skala likert yang umum digunakan untuk mengukur sikap setuju-tidak setuju atau positif-negatif terhadap objek sosial yang diteliti (Azwar, 2019).

1. Skala *Work Engagement*

Skala *work engagement* pada penelitian ini menggunakan UWES-9 *Version* oleh Schaufeli dan Bakker telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Kristiana dkk. (2019). Skala ini mencakup tiga aspek yaitu semangat (*vigor*), dedikasi (*dedication*), dan penghayatan (*absorption*).

Skala ini terdiri dari 9 pertanyaan dan terdapat 7 pilihan jawaban yaitu: tidak pernah (0), hampir tidak pernah (1), jarang (2), kadang-kadang (3), sering (4), sangat sering (5), selalu (6).

Tabel 3. 1 *Blueprint Utrecht Work Engagement Scale-9 (UWES-9)*

Aspek	Item <i>Favorable</i>	Total
<i>Vigor</i>	1, 2, 5	3
<i>Dedication</i>	3, 4, 7	3
<i>Absorption</i>	6, 8, 9	3
	Jumlah	9

2. Skala *Work Life Balance*

Skala *work life balance* pada penelitian ini menggunakan *Work life balance Scale (WLBS)* dari Fisher dkk. (2009) telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Gunawan dkk. (2019) yang terbagi menjadi dua dimensi, yaitu dimensi *Demands* yang terdiri dari dua indikator, yakni *Work Interference with Personal Life (WIPL)* dan *Personal Life Interference with Work (PLIW)*. Sedangkan dimensi *Resources* juga dibagi menjadi dua indikator, yaitu *Work*

Enhancement of Personal Life (WEPL) dan *Personal Life Enhancement of Work* (PLEW).

Skala *work life balance* terdapat 17 aitem instrumen penelitian, atas rincian 6 aitem *favorable* dan 11 *unfavorable*. Terdapat terdapat 5 pilihan jawaban, yaitu: tidak pernah (1), jarang (2), kadang-kadang (3), sering (4), sangat sering (5).

Tabel 3. 2 *Blueprint Work Life Balance Scale* (WLBS)

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		<i>Fav</i>	<i>Unf</i>	
<i>Demands</i>	<i>Work Interference with Personal Life (WIPL)</i>	-	1,2,3,4,5	5
	<i>Personal Life Interference with Work (PLIW)</i>	-	6,7,8,9,10,11	6
<i>Resource</i>	<i>Work Enchacement of Personal Work (WEPL)</i>	12,13,14		3
	<i>Personal Life Enchacement of Work (PLEW)</i>	15,16,17		3
	Jumlah	6	11	17

E. Metode Analisis Data

Berdasarkan tujuan penelitian ini, analisis data dilakukan menggunakan korelasi *product moment*. Metode ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel yang diteliti. Sebelum melakukan uji korelasi *product moment*, data harus terlebih dahulu diuji dengan uji asumsi sesuai persyaratan analisis statistik parametrik. Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, peneliti akan melaksanakan uji normalitas dan linieritas sebagai langkah awal.

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengevaluasi apakah data yang diperoleh memiliki distribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *software* SPSS versi 26 for *Windows*. Data dianggap berdistribusi normal jika nilai signifikansi $> 0,05$. Namun, apabila nilai signifikansi $< 0,05$, maka data tersebut dikategorikan tidak berdistribusi normal (Azwar, 2025).

b. Uji Linearitas

Dalam penelitian ini, uji linearitas dilakukan dengan menggunakan metode *tes for linearity* dengan bantuan *software* SPSS 26 for windows. Tujuan dari uji linearitas ini sendiri adalah untuk menentukan bagaimana dua variabel yang sedang diteliti saling berhubungan satu sama lain. Dua variabel yang memiliki hubungan linear jika nilai signifikansi $< 0,05$. Di sisi lain, jika variabel nilai signifikansi $> 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan linear antara dua variabel (Azwar, 2025).

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menguji hubungan antara *work life balance* dengan *work engagement*. Untuk mengidentifikasi hubungan antara kedua variabel, penelitian ini menerapkan uji hipotesis parametrik korelasi *product moment* apabila didapatkan uji normalitas

dengan hasil normal, sedangkan apabila sebaliknya maka digunakan uji hipotesis non parametrik *rank spearman*. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, kedua variabel dianggap memiliki hubungan jika nilai signifikansi $P < 0.05$ dan sebaliknya jika nilai P tersebut lebih besar (Azwar, 2022). Proses pengujian dilakukan dengan bantuan *software SPSS 26 for Windows*.

F. Kredibilitas

Skala *work engagement* dalam penelitian ini menggunakan UWES-9 *Version* oleh Schaufeli dan Bakker telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Kristiana dkk. (2019). Kemudian skala *work life balance* pada penelitian ini menggunakan *Work life balance Scale (WLBS)* dari Fisher dkk. (2009) telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Gunawan dkk. (2019). Alasan peneliti menggunakan skala tersebut karena keduanya mempunyai nilai psikometrik yang kuat dan jelas validitas serta reliabilitasnya sehingga layak dipakai dalam penelitian. Sebagaimana penelitian sebelumnya yang langsung menggunakan kedua skala tersebut tanpa dilakukan uji coba yaitu penelitian oleh Himawan (2023) pada generasi Z, kemudian penelitian oleh Alba (2024) dan Rusdiana (2023) pada perusahaan *startup*.

1. Validitas

Skala *work engagement* dalam penelitian ini menggunakan UWES-9 *Version* oleh Schaufeli dan Bakker telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Kristiana dkk. (2019). Analisis data yang

digunakan yaitu *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dan uji Rasch. Validitas dalam pemodelan Rasch diestimasi dengan melakukan uji unidimensionalitas menggunakan metode analisis komponen utama (*Principal Component Analysis*). Hasil pengukuran menunjukkan bahwa *raw variance* data sebesar 53,4% (lebih dari 20%), yang menandakan bahwa syarat minimum untuk unidimensionalitas telah terpenuhi dengan kategori nilai sangat bagus.

Kemudian skala *work life balance* pada penelitian ini menggunakan *Work life balance Scale* (WLBS) dari Fisher dkk. (2009) telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Gunawan dkk. (2019). Pada penelitian ini pengujian validitas dan reliabilitas alat ukur menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). Pada uji validitas, item yang valid ditandai dengan nilai *Standardized Loading Factor* (SLF) $> 0,5$. Berdasarkan hasil uji validitas, skala *work life balance* menunjukkan nilai SLF $> 0,5$ dengan indeks validitas item 0,75-0,912. Hal ini mengindikasikan bahwa semua item pertanyaan dalam skala tersebut memenuhi syarat validitas.

2. Reliabilitas

Skala *work engagement* pada penelitian ini menggunakan *UWES-9 Version* oleh Schaufeli dan Bakker telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Kristiana dkk. (2019). Pada uji reliabilitas hasil analisis *Cronbach Alpha* menunjukkan nilai yang tinggi yaitu 0,85 dengan reliabilitas *person* sebesar 0,71 dan reliabilitas item

mencapai 0,95 yang termasuk dalam kategori sangat bagus. Selain itu, kualitas model juga didukung oleh indikator *goodness of fit* yang baik. (RMSEA = 0,049; CFI, NFI, dan GFI > 0,95). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa UWES-9 mempunyai sifat psikometrik yang kuat dan layak dipakai dalam penelitian.

Kemudian skala *work life balance* pada penelitian ini menggunakan *Work life balance Scale* (WLBS) dari Fisher dkk. (2009) telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Gunawan dkk. (2019). Terdapat uji reliabilitas yang tinggi ditandai dengan nilai *Composite Reliability* (CR) > 0,7 dan nilai *Variance Extracted* (VE) > 0,5. Berdasarkan hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai CR sebesar 0,976 dan VE sebesar 0,707. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa skala *work life balance* mempunyai tingkat reliabilitas yang tinggi.

G. Rancangan Penelitian

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan peneliti memulai dengan memilih topik secara umum yang menarik untuk diteliti yaitu hubungan antara *work life balance* dan *work engagement* pada generasi Z yang bekerja di perusahaan *startup* Yogyakarta. Selanjutnya, peneliti melakukan pendalaman terhadap topik tersebut agar relevan untuk dijadikan objek penelitian. Pendalaman ini juga berfungsi sebagai referensi dalam

menyusun latar belakang penelitian serta memberikan arahan teoritis yang jelas. Diskusi dengan dosen pembimbing juga dilakukan untuk memperoleh saran dan persetujuan terkait dengan rencana penelitian. Selain itu, pada tahap ini peneliti menyusun proposal penelitian agar fokus penelitian tetap terjaga dan tidak melebar ke topik lain yang tidak terkait.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti mengumpulkan data menggunakan skala yang sudah disiapkan sebelumnya untuk memudahkan proses pengumpulan data. Lembar skala tersebut kemudian dibagikan kepada karyawan generasi Z yang bekerja di perusahaan *startup* di Yogyakarta melalui *Google Form*. Setelah data terkumpul, kemudian peneliti melakukan analisis data dengan mengelompokkan informasi yang diperoleh agar dapat dianalisis secara tepat. Pada penelitian kuantitatif ini, peneliti menggunakan *software SPSS 26 for Windows* untuk melakukan analisis data.

3. Tahap Evaluasi

Tahap terakhir adalah evaluasi, di mana peneliti menyusun kesimpulan yang berisi ringkasan singkat mengenai seluruh proses penelitian yang sudah dilaksanakan. Pada tahap ini, peneliti berusaha mengaitkan hasil kesimpulan dengan teori-teori yang relevan serta penelitian sebelumnya sebagai dasar penguatan temuan.