

BAB III

METODE PENELITIAN

1.1 Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan peta bagi peneliti guna menuntun serta menentukan arah berlangsungnya proses penelitian secara benar dan tepat sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan. Metode yang digunakan dalam penelitian “*Burnout* Karyawan Jasa Konstruksi di PT Trontong Media Akses Purwokerto” adalah pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif.

Penelitian kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang kita ketahui. Sedangkan penelitian deskriptif merupakan penelitian berupa pengumpulan data untuk mengetes pertanyaan penelitian atau hipotesis yang berkaitan dengan keadaan dan kejadian sekarang. Mereka melaporkan keadaan objek katau subjek yang diteliti sesuai dengan apa adanya. Tujuan penelitian deskriptif adalah untuk menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik objek atau subjek yang diteliti secara tepat (West dalam Deni Darmawan 2014).

Penjelasan yang dikemukakan oleh Dani Darmawan (2014) tersebut sejalan bahwa metode kuantitatif dapat diklasifikasikan, konkrit, teramati, dan juga terukur, sehingga nantinya dapat digeneralisasikan pada populasi dimana sampel tersebut diambil khususnya mengenai *burnout* karyawan jasa konstruksi di PT Trontong Media Akses Purwokerto.

1.2 Sumber Data

Sumber data merupakan subjek dari mana peneliti memperoleh data. Terdapat dua sumber data dalam penelitian ini yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer merupakan sumber data yang memberikan data langsung kepada pengumpul data atau peneliti untuk kemudian diolah sendiri. Sedangkan yang dimaksud dengan sumber data sekunder adalah sumber yang tidak secara langsung memberikan data kepada pengumpul data atau peneliti, misalnya melalui orang lain atau dokumen. Sumber data yang digunakan oleh peneliti pada penelitian ini, diantaranya:

1. Sumber Data Primer

Data primer pada penelitian ini adalah data utama yang diperoleh dari hasil observasi serta pengisian angket atau kuesioner oleh responden dalam hal ini yaitu karyawan jasa konstruksi yang bekerja di PT Trontong Media Akses. Selain itu, data informasi juga diperoleh dari wawancara tidak terstruktur yang dilakukan peneliti kepada pihak PT Trontong Media Akses Purwokerto.

2. Sumber Data Sekunder

Data sekunder pada penelitian ini ialah bersumber dari studi literatur yang terdiri dari jurnal penelitian, laporan-laporan tertulis, serta dokumen tertulis yang didapatkan dari PT Trontong Media Akses.

1.3 Definisi Operasional

Definisi operasional dibuat untuk memperjelas pengertian dan membatasi ruang lingkup konsep yang digunakan dalam penelitian, sehingga definisi operasional yang dimaksud oleh peneliti meliputi:

1. *Burnout* merupakan jumlah skor total yang diperoleh dari pengukuran terhadap aspek-aspek *burnout* yang terdiri dari kelelahan emosional, kelelahan fisik, kelelahan mental yang dialami oleh karyawan jasa konstruksi di PT Trontong Media Akses Purwokerto
2. Karyawan yang dimaksud dalam penelitian ini merupakan orang yang bekerja di bagian jasa konstruksi PT Trontong Media Akses Purwokerto.
3. PT Trontong Media Akses adalah badan usaha yang bergerak di bidang jasa pemasangan instalasi jaringan dan konstruksi pembangunan infrastruktur jaringan telekomunikasi. Perusahaan ini yang berada di Purwokerto merupakan lokasi penelitian.

1.4 Populasi dan Sampel

Menurut Sugiyono (2012) bahwa populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 38 karyawan jasa konstruksi yang bekerja di PT Trontong Media Akses.

Anggota populasi sekaligus menjadi sampel pada penelitian ini, yaitu 38 responden yang diambil dari keseluruhan anggota populasi dengan menggunakan teknik sampling jenuh atau sensus. Teknik sampling jenuh atau sensus ialah

teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. (Sugiyono, 2012).

1.5 Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap dan pendapat responden terhadap suatu fenomena sosial. Dalam penerapan skala likert maka variabel *burnout* yang nantinya diukur dijabarkan ke dalam indikator variabel meliputi kelelahan emosional, kelelahan fisik, dan kelelahan mental sebagai titik tolak ukur untuk menyusun item-item instrumen yang berbentuk pernyataan maupun pertanyaan. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif hingga sangat negatif, yang dapat berupa kata kata Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-Ragu (R), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Tiap item tersebut selanjutnya diberi skor baik pada item *favorable* dan *unfavorable* seperti pada tabel berikut:

Tabel 3.1 Skala *likert*

No	Jawaban Responden	Skor	
		Favorable	Unfavorable
1	Sangat Setuju (SS)	5	1
2	Setuju (S)	4	2
3	Ragu-Ragu (R)	3	3
4	Tidak Setuju (TS)	2	4
5	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Sumber: Buku Karya Sugiyono Tahun 2012

Sesuai dengan tabel penilaian di atas, instrumen untuk penelitian ini telah dikembangkan lebih lanjut dalam kisi-kisi instrumen. Berikut kisi-kisi instrumen *burnout* yang disajikan dalam bentuk tabel:

Tabel 3.2 Kisi-kisi instrumen

Variabel	Aspek	Indikator	No. Item	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Burnout	Kelelahan Fisik	Sakit kepala	1	1		1
		Otot leher dan bahu tegang	3	3		1
		Keluhan pada tubuh bagian punggung	2,9		2,9	2
		Rentan terhadap penyakit	4	4		1
		Susah tidur	5, 6, 8	6	5, 8	3
		Perubahan kebiasaan makan	10	10		1
		Energi yang rendah	7, 11		7, 11	2
		Sulit bangun pagi	12	12		1
	Kelelahan Emosional	Rasa bosan	1, 2	1	2	2
		Mudah tersinggung	7	7		1
		Mudah marah	3, 6	3	6	2
		Sinisme	9	9		1
		Perasaan tidak ingin menolong orang lain	4		4	1
		Sering mengeluh	5	5		1
		Tidak peduli dengan orang lain	8		8	1
		Putus asa	10		10	1
		Depresi	14		14	1
		Gelisah	11	11		1
		Konflik antara pekerja	12	12		1
		Konflik nilai	13		13	1
	Kelelahan Mental	Perasaan tidak berharga	2, 3, 10	3	2, 10	3
		Rasa benci	1, 4	1	4	2
		Rasa gagal	6	6		1
		Selalu menyalahkan	7		7	1
		Konsep diri yang rendah	5, 11	5	11	2
		Kurangnya simpati terhadap orang lain	9		9	1
		Tidak puas dengan jalan hidupnya sendiri	8, 12	8	12	2
		Kecewa	14	14		1
		Kurang peduli dengan diri sendiri	13	13		1

Sumber : Hasil Analisis Aspek *Burnout*

Validitas alat ukur dalam penelitian ini merupakan validitas muka. Validitas muka dilakukan dengan cara peneliti meminta penilaian secara langsung dari para ahli terhadap suatu alat ukur. Peneliti melakukan uji validitas muka dengan melakukan konsultasi terkait penyusunan instrumen kepada ahli yang dalam hal ini adalah dosen pembimbing penelitian dan penulisan skripsi.

Uji validitas juga diukur melalui perhitungan pearson dalam aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 25 dengan menggunakan 38 sampel. Pada uji validitas item pertanyaan dapat dikatakan valid jika r hitung lebih besar dari r tabel, kemudian sebaliknya apabila nilai r hitung lebih kecil dari nilai r tabel maka item tersebut tidak valid. Berikut hasil perhitungan validitas tiap aspek penelitian *burnout* karyawan jasa konstruksi di PT Trontong Media Akses Purwokerto:

Tabel 3.3 Hasil Pengujian Validitas Aspek Kelelahan Fisik

Item Pertanyaan	r Hitung	r Tabel	Keterangan
Pertanyaan 1	0,733	0,412	Valid
Pertanyaan 2	0,571	0,412	Valid
Pertanyaan 3	0,601	0,412	Valid
Pertanyaan 4	0,627	0,412	Valid
Pertanyaan 5	0,745	0,412	Valid
Pertanyaan 6	0,711	0,412	Valid
Pertanyaan 7	0,702	0,412	Valid
Pertanyaan 8	0,802	0,412	Valid
Pertanyaan 9	0,525	0,412	Valid
Pertanyaan 10	0,495	0,412	Valid
Pertanyaan 11	0,715	0,412	Valid
Pertanyaan 12	0,553	0,412	Valid

Sumber: Data Hasil Penelitian Tahun 2023

Berdasarkan Tabel 3.3 dapat diketahui bahwa uji validitas terhadap item-item pertanyaan aspek kelelahan fisik menunjukkan dari 12 item pertanyaan semuanya valid karena nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel.

Tabel 3.4 Hasil Pengujian Validitas Aspek Kelelahan Emosional

Item Pertanyaan	r Hitung	r Tabel	Keterangan
Pertanyaan 1	0,721	0,412	Valid
Pertanyaan 2	0,687	0,412	Valid
Pertanyaan 3	0,667	0,412	Valid
Pertanyaan 4	0,802	0,412	Valid
Pertanyaan 5	0,829	0,412	Valid
Pertanyaan 6	0,674	0,412	Valid
Pertanyaan 7	0,592	0,412	Valid
Pertanyaan 8	0,771	0,412	Valid
Pertanyaan 9	0,680	0,412	Valid
Pertanyaan 10	0,812	0,412	Valid
Pertanyaan 11	0,417	0,412	Valid
Pertanyaan 12	0,687	0,412	Valid
Pertanyaan 13	0,739	0,412	Valid
Pertanyaan 14	0,655	0,412	Valid

Sumber: Data Hasil Penelitian Tahun 2023

Berdasarkan Tabel 3.4 dapat diketahui bahwa uji validitas terhadap item-item pertanyaan aspek kelelahan emosional menunjukkan dari 14 item pertanyaan semuanya valid karena nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel.

Tabel 3.5 Hasil Pengujian Validitas Aspek Kelelahan Mental

Item Pertanyaan	r Hitung	r Tabel	Keterangan
Pertanyaan 1	0,467	0,412	Valid
Pertanyaan 2	0,711	0,412	Valid
Pertanyaan 3	0,538	0,412	Valid
Pertanyaan 4	0,848	0,412	Valid
Pertanyaan 5	0,776	0,412	Valid
Pertanyaan 6	0,585	0,412	Valid
Pertanyaan 7	0,434	0,412	Valid
Pertanyaan 8	0,566	0,412	Valid
Pertanyaan 9	0,599	0,412	Valid
Pertanyaan 10	0,761	0,412	Valid
Pertanyaan 11	0,728	0,412	Valid
Pertanyaan 12	0,695	0,412	Valid
Pertanyaan 13	0,423	0,412	Valid
Pertanyaan 14	0,736	0,412	Valid

Sumber: Data Hasil Penelitian Tahun 2023

Berdasarkan Tabel 3.5 dapat diketahui bahwa uji validitas terhadap item-item pertanyaan aspek kelelahan mental menunjukkan dari 14 item pertanyaan semuanya valid karena nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel.

Suatu alat ukur dapat dikatakan reliable apabila alat ukur tersebut memberikan hasil yang tetap selama variable yang diukur tidak berubah. Reliabilitas bertujuan untuk menentukan tingkat koesistensi instrument dan menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Makin besar nilai koefisien, makin tinggi kandalan alat ukur dan tingkat koesistensi jawaban. Berikut merupakan koefisien reliabilitas menurut Balian dalam Irawan Soehartono (2015):

Tabel 3.6 Koefisien Reliabilitas Instrumen

No.	Nilai Alpha	Kategori
1.	Kurang dari 0,700	Kurang (Poor)
2.	+0,700 - +0,790	Cukup (Fair)
3.	+0,800 - +0,840	Bagus (Good)
4.	+0,850 - +0,890	Sangat Bagus (Very Good)
5.	+0,900 - +1,000	Luar Biasa Bagus (Excellent)

Sumber : Buku Karya Irawan Soehartono Tahun 2015

Uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah perhitungan Alpha Cronbach menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versi 25. Alpha Cronbach merupakan rumus matematis yang digunakan untuk menguji tingkat reliabilitas ukuran.

Berdasarkan pengujian yang telah dilakukan terhadap 38 responden, diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,958 untuk 40 item pertanyaan. Dari hasil uji reliabilitas ini dapat dikatakan bahwa item pertanyaan pada kuesioner penelitian *burnout* karyawan jasa konstruksi memiliki reliabilitas yang luar biasa bagus (*excellent*). Keadaan tersebut menunjukkan bahwa pengukuran dengan

instrumen yang telah dibuat dapat memperoleh hasil yang reliabel sehingga dapat dipercaya untuk digunakan oleh peneliti.

1.6 Teknik Pengumpulan Data

Adapun pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh melalui teknik penyebaran kuesioner. Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti dengan memberikan seperangkat pernyataan yang mana hasil dari jawaban responden menjadi data hasil penelitian. Prosedur penelitian dilakukan dengan cara penyebaran kuesioner kepada 38 responden yang di dalamnya terdapat pertanyaan yang dibuat secara tertutup dengan menggunakan jawaban Skala *Likert* yang telah ditentukan oleh peneliti. Informasi yang digali dalam kuesioner ini terkait *burnout* yang dialami karyawan meliputi kelelahan emosional, kelelahan fisik, dan kelelahan mental yang dialami karyawan jasa konstruksi di PT Trontong Media Akses Purwokerto.

Selain itu, dalam menggali informasi juga dilakukan wawancara tak berstruktur, menurut Sugiyono (2009) adalah wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan, namun untuk mendapatkan informasi yang lebih dalam tentang responden, maka peneliti dapat juga menggunakan wawancara tidak terstruktur. Dalam hal ini, peneliti melakukan wawancara tidak terstruktur dalam menggali informasi terkait *burnout* karyawan jasa konstruksi PT Trontong Media Akses Purwokerto.

1.7 Teknik Analisa Data

Peneliti melakukan analisis data dengan cara mengelompokkan, membuat suatu urutan atau susunan, serta menyingkat data sehingga mudah untuk dibaca atau dipahami. Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah teknik analisis data kuantitatif dengan statistik deskriptif. Peneliti dalam penelitian ini menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul yang berlaku umum atau generalisasi.

Peneliti melakukan analisis data kuantitatif dengan menganalisis data secara rinci dalam bentuk angka atau presentase dari jawaban responden atas pernyataan penelitian untuk mendapatkan deskripsi tentang masalah penelitian. Kemudian peneliti menyusun data yang diperoleh dari hasil penelitian dalam bentuk skor dan presentase agar data tersebut mudah untuk dipahami dan dianalisis. Peneliti melakukan interval dengan rumus menurut Nazir (2017) dan perhitungan distribusi frekuensi relatif menurut Riduwan (2009) sebagai berikut:

1. Skor maksimal = Nilai tertinggi x jumlah pertanyaan
2. Skor minimal = Nilai terendah x jumlah pertanyaan
3. Range = skor maksimal - skor minimal
4. Banyak kelas = 3 (rendah, sedang, tinggi)
5. Interval = $\frac{Range}{Banyak\ Kelas}$
6. $f_{relatif\ kelas-i} = \frac{f(mutlak)_{kelas-i}}{n} \times 100\%$
7. Selanjutnya adalah mengelompokkan dalam tabel distribusi frekuensi. Bentuk distribusi frekuensi yang digunakan adalah distribusi frekuensi relatif karena disajikan dalam bentuk presentase (%) (Riduwan, 2009). Pengkategorian kelas

interval pada tabel distribusi frekuensi ditentukan dalam tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Berikut tabel distribusi frekuensi pada setiap aspek:

Tabel 3.7 Distribusi Frekuensi

Kelas	Nilai Interval	f (Mutlak)	f (Relatif)

Sumber: Buku Karya Riduwan Tahun 2009

Peneliti kemudian menarik kesimpulan dari hasil dari analisis data sehingga dapat diperoleh jawaban atas pernyataan penelitian. Kesimpulan dari hasil penelitian tersebut selanjutnya dijadikan acuan dalam pemberian saran serta pembentukan usulan program.

1.8 Jadwal Penelitian dan Langkah-Langkah Penelitian

Langkah-langkah penelitian yang dilakukan disesuaikan dengan kondisi lapangan. Berikut garis besar langkah-langkah penelitian yang dilakukan:

1. Pengajuan judul dan studi literatur, yaitu untuk mendapatkan gambaran mengenai fenomena-fenomena sosial sebelum melakukan penelitian. Dalam langkah ini peneliti memperoleh gambaran awal mengenai *burnout* dalam dunia industri serta teori-teori pendukung permasalahan.
2. Penjajagan, untuk mengetahui lokasi penelitian dan melihat ada atau tidaknya fenomena yang akan diteliti. Penjajagan dilakukan untuk mengetahui kondisi di PT Trontong Media Akses Purwokerto.
3. Penyusunan Proposal, dilakukan sebagai suatu prasyarat untuk mengikuti seminar dan selanjutnya menjadi acuan pada penelitian.
4. Seminar Proposal, untuk mempertanggung jawabkan dan menerima masukan serta tanggapan dalam penyempurnaan proposal

5. Penyusunan BAB I, II, dan III yang bertujuan untuk menyiapkan dasar-dasar penelitian sebelum dilakukan pengumpulan data.
6. Penyusunan instrumen merupakan proses penyusunan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian
7. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebar kuesioner kepada responden yang berpedoman pada instrumen penelitian yang telah disusun dan disetujui oleh dosen pembimbing.
8. Pengolahan analisis data dilakukan untuk memperoleh kesimpulan penelitian
9. Bimbingan penulisan merupakan proses menuangkan data hasil penelitian dalam bentuk laporan ilmiah sebagai bentuk legalitas dengan bimbingan dosen pembimbing.
10. Sidang skripsi merupakan pertanggungjawaban peneliti terhadap hasil penelitian secara ilmiah melalui sidang
11. Pengesahan hasil penulisan skripsi dimaksudkan agar hasil penelitian dapat diakui oleh pihak lain yang membacanya

Tabel 3.8 Jadwal Penelitian

No	Jadwal Kegiatan	Pelaksanaan							
		2023							
		Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agt
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Pengajuan Judul dan studi literatur								
2	Penjajagan								
3	Penyusunan proposal								
4	Seminar proposal								

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	Penyusunan BAB I, II, dan III								
6	Penyusunan instrumen								
7	Pengumpulan data								
8	Pengolahan analisis								
9	Bimbingan penulisan								
10	Sidang skripsi								
11	Pengesahan hasil penulisan skripsi								