

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada perusahaan yang bergerak dalam bidang konstruksi yaitu PT.X yang berlokasi di Kota Bekasi. Peneliti memiliki alasan menjadikan perusahaan tersebut menjadi objek penelitian ini, karena peneliti menemukan adanya permasalahan *burnout* pada karyawan dan permasalahan tersebut sesuai dengan topik yang diangkat oleh peneliti. Selain itu, data yang dihasilkan dari pra-riset yang telah peneliti lakukan di awal, menemukan adanya gejala *burnout* yang dialami oleh sebagian besar karyawan. Adapun waktu penelitian ini berlangsung dari Januari sampai dengan November 2022. Berikut *timeline* dalam penelitian ini:

Tabel 3.1 Timeline Penelitian

No.	Kegiatan Penelitian	Bulan				
		1	2-7	8	9	10-11
1	Pengajuan judul					
2	Penyusunan proposal					
3	Sidang proposal					
4	Perbaikan proposal					
5	Penyebaran kuesioner					
6	Analisis dan pengolahan data					
7	Penyusunan data					

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

3.2 Desain Penelitian

Sebelum proses penelitian dilakukan, seorang peneliti harus membuat perencanaan penelitian yang disebut dengan desain penelitian. Perencanaan penelitian sangat diperlukan agar penelitian dapat berjalan dengan baik dan tujuan dalam penelitian dapat tercapai. Agar penelitian dapat berhasil maka desain penelitian dirancang dan disesuaikan dengan kebutuhan dalam penelitian. Penelitian ini didesain menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan penelitian yang lebih banyak menggunakan data berupa angka sebagai alat untuk menganalisis sehingga hasil yang diperoleh dapat dideskripsikan dengan jelas. Selain itu, peneliti juga menggunakan metode analisis regresi (*moderrated regression analysis*) sebagai metode dalam menentukan apakah kedua variabel yaitu variabel bebas dan terikat memiliki pengaruh/hubungan atau tidak. Analisis regresi yaitu teknik analisis yang bertujuan untuk mengetahui “pengaruh” variabel *predictor* (bebas) terhadap variabel *criterion* (tak bebas) (Kadir, 2015).

Berdasarkan metode analisis yang digunakan, maka penelitian ini tergolong tipe penelitian asosiatif. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Kadir (2015) penelitian asosiatif merupakan jenis penelitian yang sesuai dengan teknik analisis regresi. Lebih jelasnya penelitian asosiatif merupakan jenis penelitian yang bertujuan menjelaskan hubungan atau pengaruh antara satu variabel dengan variabel lainnya (Riani & Putra, 2017). Dalam hal ini hubungan yang dimaksud ialah antara variabel beban kerja (X_1), stres kerja (X_2), dan *work family conflict* (X_3) sebagai variabel bebas (*independent*) dengan *burnout* (Y) sebagai variabel terikat (*dependent*).

3.3 Populasi dan Sampel

Secara sederhana populasi dapat diartikan sebagai sekelompok individu yang dapat memberikan informasi untuk kepentingan suatu penelitian (Kadir, 2015). Sementara itu, sampel merupakan sebagian kecil dari suatu objek atau subyek yang ada dalam populasi penelitian (Darwin et al., 2021). Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh karyawan PT. X yang terdiri dari divisi

keuangan, purchasing, produksi, HRD & general affair (GA), project & engineering, pemasaran, administrasi & gudang serta product planning inventory control (PPIC). Karena jumlah populasinya relatif kecil, maka seluruh populasi akan digunakan sebagai sampel. Oleh karena itu, sampel dalam penelitian adalah sampel jenuh. Keputusan peneliti dalam menentukan sampel disesuaikan dengan kondisi di perusahaan sekaligus diperkuat dengan pernyataan Sugiyono (2007) apabila jumlah populasi tidak lebih dari 100 maka untuk menentukan sampel sebaiknya ambil dari seluruh populasi tersebut (Romadhoni et al., 2016).

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan sampling jenuh. *Saturated sampling* atau biasa disebut sampling jenuh adalah teknik pengambilan atau penentuan sampel yang diambil dari keseluruhan jumlah populasi dalam suatu penelitian (Darwin et al., 2021). Teknik ini digunakan bila jumlah responden penelitian relatif sedikit. Sehingga dalam teknik ini tidak ada rumus khusus untuk menentukan besaran jumlah sampel yang akan diambil. Teknik sampling jenuh juga dikenal sebagai metode sensus. Berikut rincian sampel yang diambil dari keseluruhan populasi setelah peneliti mengurangi 33% dari populasi untuk dijadikan sebagai sampel uji coba. Rincian sampel tersebut tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3.2 Rincian Sampel dalam Penelitian

No.	Divisi/Departemen	Jumlah Karyawan
1.	Divisi Keuangan	7
2.	Divisi Purchasing	7
3.	Divisi Produksi	9
4.	HRD & General Affair (GA)	7
5.	Divisi Project & Engineering	8
6.	Divisi Pemasaran	7
7.	Administrasi dan Gudang	7
8.	Product Planning Inventory Control (PPIC)	8
Total		60

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

3.4 Pengembangan Instrumen

Dalam penelitian ini, terdiri dari 3 variabel bebas yaitu beban kerja (X_1), stres kerja (X_2), dan *work family conflict* (X_3) dan 1 variabel terikat yaitu *burnout* (Y). Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif dengan kuesioner atau angket sebagai alat dalam mengumpulkan data dari responden.

a. *Burnout*

1) Definisi Konseptual

Burnout merupakan kondisi yang menyangkut psikologis seseorang disertai kelelahan baik fisik, mental maupun emosional yang diakibatkan oleh stres yang berkelanjutan dan dalam jangka waktu yang terus menerus.

2) Definisi Operasional

Pada penelitian ini, variabel *burnout* diukur menggunakan 4 indikator. Perilaku *burnout* karyawan dapat tercermin melalui 4 indikator yaitu *physical exhaustion*, *mental exhaustion*, *emotional exhaustion*, dan *reduced personal accomplishment*. Penentuan indikator tersebut menyesuaikan dengan kebutuhan dalam penelitian ini.

3) Kisi-kisi Instrumen

Instrumen dalam penelitian ini, dibuat dan dirancang untuk mengukur variabel *burnout* melalui butir pernyataan yang di uji coba sehingga menghasilkan informasi atau data yang akurat. Peneliti menggunakan matriks pengembangan instrumen atau kisi-kisi instrumen penelitian sebagai cara mempermudah dalam penyusunan instrumen penelitian. Berikut kisi-kisi instrumen penelitian variabel tersaji dalam tabel di ini.

Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Variabel *Burnout*

No	Indikator	Butir Uji Coba		Drop	Butir Final	
		+	-		+	-
1	<i>Physical exhaustion</i>	-	1, 2	-	-	1,2
2	<i>Emotional exhaustion</i>	-	3,4	-	-	3,4
3	<i>Mental exhaustion</i>	-	5,6	-	-	5,6
4	<i>Reduced personal accomplishment</i>	-	7,8	-	-	7,8

Sumber: R. S. Dewi & Riana, (2019); Rohyani & Bayuardi, (2021); Sijabat & Hermawati, (2021); Sridana & Rahyuda, (2018)

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

Pada kisi-kisi instrumen di atas, setiap item pernyataan dilengkapi dengan skala *likert*. Tujuan digunakan skala *likert* tersebut ialah agar informasi yang diperoleh dalam setiap butir pernyataan dapat dikatakan dalam bentuk angka sehingga data yang diperoleh lebih akurat. Berikut ini kategori jawaban yang tersedia dalam skala *likert* disertai skor setiap item yang tersaji dalam tabel di bawah ini

Tabel 3.4 Skala Penelitian

Kategori Jawaban	Pemberian Skor	
	Item Positif	Item Negatif
Sangat Setuju (SS)	1	5
Setuju (S)	2	4
Ragu-ragu (R)	3	3
Tidak Setuju (TS)	4	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	5	1

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

4) Validitas Instrumen

Validitas instrumen dilakukan untuk mengetahui seberapa akurat atau valid setiap item pernyataan pada variabel *burnout*. Sehingga dapat diketahui mana pernyataan yang valid dan *drop*. Uji validitas dapat dilakukan dengan membandingkan r_{hitung} dengan r_{tabel} . Agar suatu pernyataan atau instrumen dapat dikatakan valid maka $r_{hitung} > r_{tabel}$. Sebaliknya apabila $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka pernyataan dapat dikatakan tidak valid atau *drop*. Taraf signifikansi yang digunakan yaitu 5% dengan nilai r_{tabel} sebesar 0,361 untuk responden berjumlah 30 orang. Jika terdapat instrumen yang tidak valid atau *drop*, maka instrumen tersebut tidak perlu digunakan kembali untuk pengolahan data selanjutnya. Berikut rumus yang digunakan dalam uji validitas dengan korelasi

Product Moment dari *Pearson* penelitian sebagai berikut (Supardi, 2017)

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n(\sum X^2) - (\sum X)^2\}\{n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} : koefisien korelasi skor butir (X) dengan skor total (Y)

n : ukuran sampel (responden)

X : skor butir

Y : skor total

X^2 : kuadrat skor butir X

Y^2 : kuadrat skor butir Y

XY : perkalian skor butir X dengan skor butir Y

Berdasarkan perolehan uji validitas yang telah dilakukan pada 30 responden menunjukkan bahwa seluruh butir pernyataan instrumen dalam penelitian ini dinyatakan valid dan sudah memenuhi kriteria. Hal ini terbukti bahwa 8 butir pernyataan yang diajukan memiliki nilai r_{hitung} yang lebih tinggi dari r_{tabel} . Setelah perhitungan uji validitas, tahap selanjutnya ialah uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Adapun persyaratan dalam uji reliabilitas ini menggunakan uji signifikansi 0,05 atau 5%. Suatu instrumen dapat dikatakan reliabel atau layak apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$ dan nilai koefisien *Cronbach's Alpha* $> 0,7$. Jika dihitung secara manual uji reliabilitas dapat menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Supardi, 2017).

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{\sum S_t^2} \right)$$

Keterangan :

r_{11} : reliabilitas yang dicari

k : banyaknya butir tes

$\sum S_i^2$: skor total varians butir

$\sum S_t^2$: skor varians total

Berdasarkan uraian di atas, agar perhitungan data lebih akurat peneliti menggunakan aplikasi *IBM SPSS*. Berikut perolehan uji reliabilitas yang tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3.5 Uji Reliabilitas Variabel *Burnout*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,929	8

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

Berdasarkan tabel hasil perhitungan uji reliabilitas di atas, dapat dilihat pada kolom *Cronbach's Alpha* dengan 8 item yang sudah diinput memperoleh hasil yaitu 0,929 yang mana koefisien tersebut lebih besar dari r_{tabel} dengan taraf signifikansi 5% atau 0,05 . Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *burnout* terbukti reliabel dengan nilai *Alpha Cronbach* yang termasuk dalam kategori reliabilitas sangat tinggi. Dengan demikian angket atau kuesioner variabel *burnout* memiliki tingkat reliabel yang baik dan hasil kuesioner dapat dikatakan layak untuk mengumpulkan data penelitian. Berikut ini adalah tabel kategori nilai *Alpha Cronbach*.

Tabel 3.6 Kriteria Reliabilitas

No.	Nilai <i>Cronbach Alpha</i>	Kategori
1	0,80 – 1,00	Sangat Tinggi
2	0,60 - 0,80	Tinggi
3	0,40 – 0,60	Sedang
4	0,20 - 0,40	Rendah

Sumber: (Suharsimi, 2015)

b. Beban Kerja

1) Definisi Konseptual

Beban kerja merupakan sejumlah pekerjaan yang diberikan kepada seseorang disertai ketidaksesuaian antara kemampuan, keterampilan maupun keahlian serta waktu yang tersedia tidak cukup dalam menyelesaikan pekerjaan.

2) Definisi Operasional

Pada penelitian ini, variabel beban kerja diukur menggunakan 4 indikator. Pemilihan indikator tersebut telah peneliti sesuaikan dengan kebutuhan dalam penelitian ini, adapun indikator tersebut yaitu waktu jam kerja, cepat dalam bekerja, bekerja saat libur kerja, dan terjaga sepanjang malam karena pekerjaan.

3) Kisi-kisi Instrumen

Instrumen dalam penelitian ini, dibuat dan dirancang untuk mengukur variabel beban kerja melalui butir pernyataan yang diuji coba sehingga menghasilkan informasi atau data yang akurat. Peneliti menggunakan matriks pengembangan instrumen atau kisi-kisi instrumen penelitian sebagai cara mempermudah dalam penyusunan instrumen penelitian. Berikut kisi-kisi instrumen penelitian variabel beban kerja yang tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3.7 Kisi-Kisi Instrumen Variabel Beban Kerja

No	Indikator	Butir Uji Coba		Drop	Butir Final	
		+	-		+	-
1	Waktu jam kerja	1	2	-	1	2
2	Cepat dalam bekerja	4	3	-	4	3
3	Bekerja saat libur kerja	-	5,6	-	-	5,6
4	Terjaga sepanjang malam karena pekerjaan.	7	8	7	-	8

Sumber: I. R. Azwar & Siswanto, (2015); Novitasari, (2019); Puspitasari, (2018)

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

Pada kisi-kisi instrumen di atas, setiap item pernyataan dilengkapi dengan skala *likert*. Tujuan digunakannya skala *likert* tersebut ialah agar informasi yang diperoleh dalam setiap pernyataan dapat dinyatakan dalam bentuk angka sehingga hasil data lebih akurat. Berikut ini kategori jawaban dalam skala *likert* disertai skor tiap item yang tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3.8 Skala Penelitian

Kategori Jawaban	Pemberian Skor	
	Item Positif	Item Negatif
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Ragu-ragu (R)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

4) Validitas Instrumen

Validitas instrumen dilakukan untuk mengetahui seberapa akurat atau valid setiap item pernyataan pada variabel beban kerja. Sehingga dapat diketahui mana pernyataan yang valid dan *drop*. Pengujian validitas instrumen dapat dilakukan dengan membandingkan r_{hitung} dengan r_{tabel} . Agar suatu pernyataan dapat dikatakan valid maka $r_{hitung} > r_{tabel}$. Sebaliknya pernyataan yang tidak valid atau *drop* dapat diketahui apabila $r_{hitung} < r_{tabel}$. Taraf signifikansi yang digunakan yaitu 5% dengan nilai r_{tabel} sebesar 0,361 untuk responden berjumlah 30 orang. Jika terdapat instrumen yang tidak valid atau *drop*, maka instrumen tersebut tidak perlu digunakan kembali untuk pengolahan data selanjutnya. Berikut rumus yang digunakan dalam uji validitas dengan korelasi *Product Moment* dari *Pearson* penelitian sebagai berikut (Supardi, 2017).

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n(\sum X^2) - (\sum X)^2\}\{n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} : koefisien korelasi skor butir (X) dengan skor total (Y)

n : ukuran sampel (responden)

X : skor butir

Y : skor total

X^2 : kuadrat skor butir X

Y^2 : kuadrat skor butir Y

XY : perkalian skor butir X dengan skor butir Y

Berdasarkan perolehan uji validitas yang telah dilakukan pada 30 responden menunjukkan hasil bahwa 7 dari 8 butir item pernyataan yang diajukan dinyatakan valid dan sudah memenuhi kriteria dan 1 diantaranya tidak valid atau *drop*. Setelah perhitungan uji validitas, tahap selanjutnya ialah uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Adapun persyaratan dalam uji reliabilitas ini menggunakan uji signifikansi 0,05 atau 5%. Suatu instrumen dapat dikatakan reliabel atau layak apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$ dan nilai koefisien *Cronbach's Alpha* > 0,7. Secara manual uji reliabilitas dapat dihitung dengan rumus *Alpha Cronbach* (Supardi, 2017).

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{\sum S_t^2} \right)$$

Keterangan :

r_{11} : reliabilitas yang dicari

k : banyaknya butir tes

$\sum S_i^2$: skor total varians butir

$\sum S_t^2$: skor varians total

Berdasarkan uraian di atas, agar perhitungan data lebih akurat peneliti menggunakan bantuan aplikasi *IBM SPSS*. Berikut perolehan hasil uji reliabilitas yang tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3.9 Uji Reliabilitas Variabel Beban Kerja

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,728	7

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

Berdasarkan tabel hasil perhitungan uji reliabilitas di atas, dapat dilihat pada kolom *Cronbach's Alpha* untuk 7 item atau data yang telah diinput memperoleh hasil yaitu 0,728 yang mana koefisien tersebut lebih besar dari r_{tabel} dengan taraf signifikansi 5% atau 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel beban kerja terbukti reliabel dengan nilai *Alpha Cronbach* yang termasuk kategori tinggi. Dengan demikian angket atau kuesioner variabel beban kerja memiliki tingkat reliabel yang baik dan hasil dari kuesioner dapat dikatakan layak untuk mengumpulkan data penelitian. Berikut ini adalah tabel kategori nilai *Alpha Cronbach*.

Tabel 3.10 Kriteria Reliabilitas

No.	Nilai <i>Alpha Cronbach</i>	Kategori
1	0,80 – 1,00	Sangat Tinggi
2	0,60 - 0,80	Tinggi
3	0,40 – 0,60	Sedang
4	0,20 - 0,40	Rendah

Sumber: (Suharsimi, 2015)

c. Stres Kerja

1) Definisi Konseptual

Stres kerja adalah perasaan tertekan yang dirasakan oleh seseorang yang disebabkan oleh tuntutan pekerjaan dan tekanan dari

berbagai pihak. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi pikiran, emosi, dan keadaannya.

2) Definisi Operasional

Pada penelitian ini, variabel stres kerja diukur menggunakan 4 indikator. Kondisi stres pada karyawan dapat tercermin melalui 4 indikator yaitu desakan atau tekanan dalam pekerjaan, kesulitan dalam bekerja, lemah saat bekerja, dan tidak bahagia di tempat kerja. Pemilihan indikator tersebut telah peneliti sesuaikan dengan kebutuhan dalam penelitian ini.

3) Kisi-kisi Instrumen

Instrumen dalam penelitian ini, dibuat dan dirancang untuk mengukur variabel stres kerja melalui butir pernyataan yang diuji coba sehingga menghasilkan informasi atau data yang akurat. Peneliti menggunakan matriks pengembangan instrumen atau kisi-kisi instrumen penelitian sebagai cara mempermudah dalam penyusunan instrumen penelitian. Berikut kisi-kisi instrumen penelitian variabel stres kerja yang tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3. 11 Kisi-Kisi Instrumen Variabel Stres Kerja

No	Indikator	Butir Uji Coba		Drop	Butir Final	
		+	-		+	-
1.	Desakan atau tekanan dalam pekerjaan	-	1,2	-	-	1,2
2.	Kesulitan dalam bekerja	-	3,4	-	-	3,4
3.	Lemah saat bekerja	-	5,6	-	-	5,6
4.	Tidak bahagia di tempat kerja.	-	7,8	-	-	7,8
Sumber: Kusumawati & Dewi, (2021); Sinyadewi & Dewi, (2020)						

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

Pada kisi-kisi instrumen di atas, setiap item pernyataan dilengkapi dengan skala *likert*. Tujuan digunakan skala *likert* tersebut ialah agar informasi yang diperoleh dalam setiap butir pernyataan dapat

dinyatakan dalam bentuk angka sehingga hasil data lebih akurat. Berikut kategori jawaban yang tersedia dalam skala *likert* disertai skor tiap item yang tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3.12 Skala Penelitian

Kategori Jawaban	Pemberian Skor	
	Item Positif	Item Negatif
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Ragu-ragu (R)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

4) Validitas Instrumen

Validitas instrumen dilakukan untuk mengetahui seberapa akurat atau valid setiap item pernyataan pada variabel stres kerja. Sehingga dapat diketahui mana pernyataan yang valid dan *drop*. Uji validitas instrumen dapat dilakukan dengan membandingkan r_{hitung} dengan r_{tabel} . Agar suatu pernyataan dapat dikatakan valid maka $r_{hitung} > r_{tabel}$. Sebaliknya apabila $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka pernyataan dapat dikatakan tidak valid atau *drop*. Taraf signifikansi yang digunakan yaitu 5% dengan nilai r_{tabel} 0,361 untuk responden berjumlah 30 orang. Jika terdapat instrumen yang tidak valid atau *drop*, maka instrumen tersebut tidak perlu digunakan kembali untuk pengolahan data selanjutnya. Berikut rumus yang digunakan dalam uji validitas dengan korelasi *Product Moment* dari *Pearson* penelitian sebagai berikut (Supardi, 2017).

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n(\sum X^2) - (\sum X)^2\}\{n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : koefisien korelasi skor butir (X) dengan skor total (Y)
- n : ukuran sampel (responden)
- X : skor butir
- Y : skor total

X^2 : kuadrat skor butir X
 Y^2 : kuadrat skor butir Y
 XY : perkalian skor butir X dengan skor butir Y

Berdasarkan perolehan uji validitas yang telah dilakukan pada 30 responden menunjukkan bahwa seluruh butir pernyataan instrumen dalam penelitian ini dinyatakan valid dan sudah memenuhi kriteria. Hal ini terbukti bahwa 8 butir item pernyataan yang diajukan memiliki nilai r_{hitung} yang lebih tinggi dari r_{tabel} . Setelah perhitungan uji validitas, tahap selanjutnya ialah uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Adapun persyaratan dalam uji reliabilitas ini menggunakan uji signifikansi 0,05 atau 5%. Suatu instrumen dapat dikatakan reliabel atau layak apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$ dan nilai koefisien *Cronbach's Alpha* $> 0,7$. Jika dihitung secara manual uji reliabilitas dapat menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Supardi, 2017).

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{\sum S_t^2} \right)$$

Keterangan :

r_{11} : reliabilitas yang dicari
 k : banyaknya butir tes
 $\sum S_i^2$: skor total varians butir
 $\sum S_t^2$: skor varians total

Berdasarkan uraian di atas, agar perhitungan lebih akurat peneliti menggunakan bantuan aplikasi *IBM SPSS*. Berikut perolehan hasil uji reliabilitas yang tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3.13 Uji Reliabilitas Variabel Stres Kerja

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,893	8

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

Berdasarkan tabel hasil perhitungan uji reliabilitas di atas, dapat dilihat pada kolom *Cronbach's Alpha* untuk 8 item atau data yang telah diinput memperoleh hasil yaitu 0,893 yang mana koefisien tersebut lebih besar dari r_{tabel} dengan taraf signifikan 5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel stres kerja terbukti reliabel dengan nilai *Alpha Cronbach* termasuk dalam kategori sangat tinggi. Dengan demikian angket atau kuesioner variabel stres kerja memiliki tingkat reliabel yang baik dan hasil dari kuesioner dapat dikatakan layak untuk mengumpulkan data penelitian. Berikut ini adalah tabel kategori nilai *Alpha Cronbach*.

Tabel 3.14 Kriteria Reliabilitas

No.	Nilai <i>Alpha Cronbach</i>	Kategori
1	0,80 – 1,00	Sangat Tinggi
2	0,60 - 0,80	Tinggi
3	0,40 – 0,60	Sedang
4	0,20 - 0,40	Rendah

Sumber: (Suharsimi, 2015)

b. *Work Family Conflict*

1) Definisi Konseptual

Work family conflict atau yang disebut dengan konflik peran ganda adalah konflik yang terjadi akibat ketidakberdayaan seseorang untuk menyeimbangkan peran dan tanggung jawab keluarga dan pekerjaannya.

2) Definisi Operasional

Pada penelitian ini, variabel *work family conflict* diukur menggunakan 4 indikator. Konflik peran ganda yang dialami oleh karyawan dapat tercermin melalui 4 indikator yaitu tuntutan pekerjaan

mengganggu kehidupan rumah tangga dan keluarga, adanya pekerjaan membuat sulit untuk memenuhi tanggung jawab keluarga, adanya keluhan keluarga dan kurangnya waktu istirahat dalam bekerja. Penentuan keempat indikator tersebut menyesuaikan kebutuhan dalam penelitian ini.

3) Kisi-kisi Instrumen

Instrumen dalam penelitian ini, dibuat dan dirancang untuk mengukur variabel *work family conflict* melalui butir pernyataan yang diuji coba sehingga menghasilkan informasi atau data yang akurat. Peneliti menggunakan matriks pengembangan instrumen atau kisi-kisi instrumen penelitian sebagai cara mempermudah dalam penyusunan instrumen penelitian. Berikut kisi-kisi instrumen penelitian variabel *work family conflict* yang tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3.15 Kisi-Kisi Instrumen Variabel *Work Family Conflict*

No.	Indikator	Butir Uji Coba		Drop	Butir Final	
		+	-		+	-
1.	Tuntutan pekerjaan mengganggu kehidupan rumah tangga dan keluarga.	-	1,2	-	-	1,2
2.	Adanya pekerjaan membuat sulit untuk memenuhi tanggung jawab keluarga.	-	3,4	-	-	3,4
3.	Adanya keluhan keluarga yang mengganggu pekerjaan.	-	5,6	-	-	5,6
4.	Kurang waktu istirahat dalam bekerja.	-	7,8	-	-	7,8

Sumber: Azliah & Lataruva, (2021); Finthariasari et al., (2017); Roboth, (2015); Saputra & Rudiartha, (2020)

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

Pada kisi-kisi instrumen di atas, setiap item pernyataan dilengkapi dengan skala *likert*. Tujuan digunakannya skala *likert* tersebut ialah agar informasi yang diperoleh dalam setiap butir pernyataan dapat dinyatakan dalam bentuk angka sehingga hasil data akan lebih akurat.

Berikut ini kategori jawaban yang tersedia dalam skala *likert* disertai skor tiap item yang tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3.16 Skala Penelitian

Kategori Jawaban	Pemberian Skor	
	Item Positif	Item Negatif
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Ragu-ragu (R)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2022)

4) Validitas Instrumen

Validitas instrumen dilakukan untuk mengetahui seberapa akurat atau valid setiap item pernyataan pada variabel *work family conflict*. Sehingga dapat diketahui mana pernyataan yang valid dan *drop*. Uji validitas instrumen dapat dilakukan dengan membandingkan r_{hitung} dengan r_{tabel} . Agar suatu pernyataan dapat dikatakan valid maka $r_{hitung} > r_{tabel}$. Sebaliknya apabila $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka pernyataan dapat dikatakan tidak valid atau *drop*. Taraf signifikansi yang digunakan yaitu 5% dengan nilai r_{tabel} sebesar 0,361 untuk 30 responden. Jika terdapat instrumen yang tidak valid atau *drop*, maka instrumen tersebut tidak perlu digunakan kembali untuk pengolahan data selanjutnya. Berikut ini rumus yang digunakan dalam uji validitas dengan korelasi *Product Moment* dari *Pearson* sebagai berikut (Supardi, 2017).

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n(\sum X^2) - (\sum X)^2\}\{n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} : koefisien korelasi skor butir (X) dengan skor total (Y)

n : ukuran sampel (responden)

X : skor butir

Y : skor total
 X^2 : kuadrat skor butir X
 Y^2 : kuadrat skor butir Y
 XY : perkalian skor butir X dengan skor butir Y

Berdasarkan perolehan uji validitas yang telah dilakukan pada 30 responden menunjukkan hasil bahwa seluruh butir pernyataan instrumen dalam penelitian ini dinyatakan valid dan sudah memenuhi kriteria. Hal ini terbukti bahwa 8 butir pernyataan yang diajukan memiliki nilai r_{hitung} lebih tinggi dari r_{tabel} . Setelah pengujian validitas, tahap selanjutnya ialah uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Adapun persyaratan dalam uji reliabilitas ini menggunakan uji signifikansi 0,05 atau 5%. Suatu instrumen dapat dikatakan reliabel atau layak apabila nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, dan nilai koefisien *Cronbach's Alpha* $> 0,7$. Jika dihitung secara manual uji reliabilitas dapat menggunakan rumus *Alpha Cronbach* sebagai berikut (Supardi, 2017).

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{\sum S_t^2} \right)$$

Keterangan :

r_{11} : reliabilitas yang dicari
 k : banyaknya butir tes
 $\sum S_i^2$: skor total varians butir
 $\sum S_t^2$: skor varians total

Berdasarkan uraian di atas, agar perhitungan data lebih akurat maka peneliti menggunakan bantuan aplikasi *IBM SPSS*. Berikut perolehan uji reliabilitas yang tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3.17 Uji Reliabilitas Variabel *Work Family Conflict*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,943	8

Sumber: Data primer diolah oleh peneliti (2022)

Berdasarkan tabel hasil perhitungan uji reliabilitas di atas, dapat dilihat pada kolom *Cronbach's Alpha* untuk 8 item atau data yang telah diinput memperoleh hasil yaitu 0,943 yang mana koefisien tersebut lebih besar dari r_{tabel} dengan taraf signifikansi 5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *work family conflict* terbukti reliabel dengan nilai *Alpha Cronbach* termasuk dalam kategori sangat tinggi. Dengan demikian, angket atau kuesioner variabel *work family conflict* memiliki tingkat reliabel yang baik dan hasil dari kuesioner dapat dikatakan layak untuk mengumpulkan data penelitian. Berikut ini adalah tabel kategori nilai *Alpha Cronbach*.

Tabel 3.18 Kriteria Reliabilitas

No.	Nilai <i>Alpha Cronbach</i>	Kategori
1	0,80 – 1,00	Sangat Tinggi
2	0,60 - 0,80	Tinggi
3	0,40 – 0,60	Sedang
4	0,20 - 0,40	Rendah

(Suharsimi, 2015)

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Guna memperoleh kesesuaian informasi maupun data untuk penelitian maka seorang peneliti sebaiknya melakukan kegiatan penelitian yang berhubungan secara langsung dengan objek penelitiannya. Kegiatan penelitian tersebut ialah proses pengumpulan data. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan angket sebagai alat dalam mengumpulkan informasi ataupun data untuk kelengkapan dalam penelitian sehingga nantinya data yang dihasilkan bersifat kuantitatif. Angket merupakan metode pengumpulan data

dengan memberikan daftar pertanyaan atau pernyataan yang nantinya diisi oleh responden sesuai dengan kebutuhannya (Darwin et al., 2021).

Dalam proses pengumpulan data, peneliti menyebarkan kuesioner yang berisi beberapa butir pernyataan terkait variabel yang diteliti yaitu beban kerja (X_1), stres kerja (X_2), *work family conflict* (X_3) dan *burnout* (Y). Penyebaran kuesioner dilakukan secara *offline* kepada responden. Kuesioner tersebut menggunakan skala *likert* yang memiliki skala penilaian 1-5 untuk setiap pernyataan.

3.6 Teknik Analisis Data

Berdasarkan jenis data yang dianalisis dalam penelitian ini, maka teknik analisis data yang sesuai yaitu teknik statistik. Analisis data dengan teknik statistik diperlukan agar data berupa angka yang telah diperoleh dari responden dapat ditafsirkan dengan jelas dan ringkas sehingga hasil penelitian dapat mudah dipahami. Dalam memudahkan pengolahan data, peneliti memanfaatkan program *IBM SPSS (statistical product and service solutions) for windows*. Adapun tahapan dalam mengolah data, yaitu sebagai berikut:

a. Uji Persyaratan Analisis

1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan menguji apakah dalam sekumpulan data atau variabel terdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji normalitas menggunakan tes *Kolmogorov-Smirnov*. Uji normalitas menjadi syarat awal dalam melanjutkan tahap uji lainnya. Dengan kata lain, apabila suatu data dikatakan berdistribusi normal maka data tersebut dapat selanjutnya dianalisis dengan analisis regresi. Syarat pengujiannya yaitu:

H_0 : jika suatu variabel memiliki signifikansi 0,05 atau lebih besar, maka data berdistribusi normal dan H_0 diterima.

H_1 : jika signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka data tidak berdistribusi normal dan H_1 ditolak.

Uji normalitas juga bisa dilihat melalui grafik *Nomal Probability Plot*. Uji normalitas dapat dihitung secara manual menggunakan rumus *Chi-kuadrat*, yaitu:

$$X^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e}$$

2) Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linear antara variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian. *Output* pada uji linearitas dapat dilihat dari tabel Anova melalui *Test of Linearity* dan *Deviation from Linearity*. Syarat pengujian dalam uji linearitas yaitu:

- a) Apabila nilai signifikansi *Test of Linearity* < 0,05. Maka variabel bebas memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikatnya. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi *Test of Linearity* > 0,05. Maka variabel bebas tidak memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikatnya.
- b) Apabila nilai signifikansi *Deviation from Linearity* > 0,05. Maka variabel bebas memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikatnya. Sebaliknya, jika nilai signifikansi *Deviation from linearity* < 0,05. Maka variabel bebas tidak memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikatnya.

b. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas bertujuan menguji apakah terdapat ketidaksamaan varian dari residual semua pengamatan dalam model regresi linier. Uji heterokedastisitas dapat dilakukan dengan melihat grafik *scatterplot* yang diperoleh dari nilai *SRESID (Studentized)* dan nilai *ZPRED (Standardized Predicted Value)*. Heterokedastisitas dapat dikatakan memenuhi syarat apabila pada grafik tidak terdapat

pola, dan titik-titik menyebar secara acak. Sebaliknya, apabila terdapat pola dan titik-titik tidak menyebar pada grafik maka, heterokedastisitas dapat dikatakan tidak memenuhi syarat. Selain melalui grafik *scatterplot*, uji heterokedastisitas juga dapat dilakukan dengan uji *spearman's rho*, dengan syarat pengujian yaitu

- a) Jika nilai signifikansi $> 0,05$. Maka tidak terdapat gejala heterokedastisitas dalam model regresi.
- b) Jika nilai signifikansi $< 0,05$. Maka terdapat gejala heterokedastisitas dalam model regresi.

2) Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui adanya korelasi antara satu variabel bebas dengan variabel bebas lainnya. Adanya multikolinearitas dapat dilihat melalui nilai *tolerance* dan VIF (*Variance Inflation Factor*) pada masing-masing variabel bebas. Persyaratan dalam uji multikolinearitas yaitu:

- a) Apabila nilai VIF > 10 dan nilai *tolerance* $< 0,10$ maka terjadi multikolinearitas.
- b) Apabila nilai VIF < 10 dan nilai *tolerance* $> 0,10$ maka, tidak terjadi multikolinearitas.

c. Regresi Linear Berganda

Analisis regresi linear berganda bertujuan untuk mengukur pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikatnya. Analisis regresi linear berganda digunakan dalam penelitian yang memiliki dua atau lebih variabel bebas dengan satu variabel terikat. Dalam penelitian ini regresi linear berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh antara variabel bebas yaitu beban kerja (X_1), stres kerja (X_2), dan *work family conflict* (X_3) terhadap variabel terikatnya yaitu *burnout* (Y). Adapun syarat pengujian dalam regresi linear berganda yaitu:

- 1) Jika nilai koefisien B bernilai 0 maka tidak ada pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikatnya.
- 2) Jika nilai koefisien B bernilai positif maka terdapat pengaruh yang searah antara variabel bebas terhadap variabel terikatnya.
- 3) Jika nilai koefisien B bernilai negatif maka terdapat pengaruh yang tidak searah atau berbanding terbalik antara variabel bebas terhadap variabel terikatnya.

Berikut ini merupakan rumus persamaan dari regresi linear berganda yaitu:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3 + e$$

Keterangan :

- Y : Variabel terikat (*Burnout*)
 a : Bilangan konstanta
 b₁ : Koefisien regresi variabel X₁ (Beban kerja)
 b₂ : Koefisien regresi variabel X₂ (Stres kerja)
 b₃ : Koefisien regresi variabel X₃ (*Work family conflict*)
 X₁ : Variabel beban kerja
 X₂ : Variabel stres kerja
 X₃ : Variabel *work family conflict*
 e : *error*

d. Uji Hipotesis

1) Uji Koefisien Regresi Parsial (Uji t)

Uji koefisien regresi parsial atau disebut dengan uji t bertujuan untuk mengetahui bagaimana variabel bebas mempengaruhi variabel terikatnya secara sendiri-sendiri. Pada penelitian ini, uji t dilakukan untuk mengukur bagaimana beban kerja (X₁), stres kerja (X₂), dan *work family conflict* (X₃) sebagai variabel bebas mempengaruhi *burnout* (Y) sebagai variabel terikat secara sendiri-sendiri (parsial). Pengujian ini dapat dilakukan dengan membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel} atau dengan melihat kolom signifikansi untuk setiap t_{hitung}. Adapun persyaratan dalam uji t, yaitu:

- a) Apabila dilihat dari nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka adanya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat secara parsial. Jika nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka tidak ada pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat secara parsial.
- b) Apabila dilihat dari nilai signifikansi $> 0,05$, maka pengaruh yang diberikan oleh variabel bebas terhadap variabel terikatnya tidak signifikan. Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka pengaruh yang diberikan oleh variabel bebas terhadap variabel terikatnya signifikan.

Secara manual menghitung nilai t_{hitung} dapat menggunakan rumus di bawah ini (Sihabudin et al., 2021).

$$t_i = \frac{b_j}{S_{b_j}}$$

Keterangan :

- t : Nilai t hitung
 b_j : Koefisien regresi
 s_{b_j} : Kesalahan baku koefisien regresi

2) Uji Koefisien Regresi Simultan (Uji f)

Uji koefisien regresi simultan atau disebut dengan uji f bertujuan untuk mengetahui bagaimana variabel bebas mempengaruhi variabel terikatnya secara bersama-sama. Dalam hal ini, uji tersebut digunakan untuk mengukur pengaruh beban kerja (X_1), stres kerja (X_2), dan *work family conflict* (X_3) sebagai variabel bebas secara bersama-sama terhadap *burnout* (Y) sebagai variabel terikatnya. Adapun persyaratan dalam uji F ini, yaitu:

- a) Apabila dilihat dari nilai $f_{hitung} > f_{tabel}$, artinya adanya pengaruh dari variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat. Sebaliknya, apabila nilai $f_{hitung} < f_{tabel}$, artinya tidak ada pengaruh antara variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat.

- b) Apabila dilihat dari nilai signifikansi $> 0,05$, maka pengaruh yang diberikan oleh variabel bebas terhadap variabel terikatnya tidak signifikan. Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka pengaruh yang diberikan oleh variabel bebas terhadap variabel terikatnya signifikan.

Secara manual mengukur besarnya f_{hitung} dapat menggunakan rumus di bawah ini (Sihabudin et al., 2021).

$$F = \frac{R^2 / (k - 1)}{1 - R^2 / (n - k)}$$

Keterangan :

F : Nilai F hitung

R^2 : koefisien determinasi

K : Jumlah variabel

N : Jumlah pengamatan (ukuran sampel)

e. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Uji koefisien determinasi atau disebut dengan *R-square* bertujuan untuk memprediksi seberapa besar sumbangan (*contribution*) diberikan variabel bebas (X) dalam mempengaruhi variabel terikat (Y) secara simultan yang ditunjukkan dengan perkiraan nilai *adjusted R-squared*. Besarnya sumbangan yang diberikan tersebut dinamakan koefisien determinasi berganda atau *multiple coefficient of correlation* yang disimbolkan dengan R^2 . Berdasarkan pernyataan tersebut, maka nilai R^2 (*R-square*) pada tabel *Model Summary* dapat menentukan koefisien determinasi. Koefisien determinasi mempunyai nilai antara 0 dan 1.

- a) Apabila nilai R^2 sama dengan 1 atau mendekati 1 maka variabel independen memberikan *contribution* dalam mempengaruhi variabel dependen.
- b) Apabila nilai R^2 sama dengan 0 atau menjauhi angka 1 maka variabel independen tidak memberikan *contribution* dalam mempengaruhi variabel dependen.

Secara manual dalam menentukan besaran koefisien determinasi dapat menggunakan rumus yang tercantum dalam (Sihabudin et al., 2021) yaitu:

$$R^2 = \frac{(b_1 \sum X_1 Y) + (b_2 \sum X_2 Y) + (b_3 \sum X_3 Y)}{\sum Y^2}$$

