

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Penelitian merupakan suatu kegiatan ilmiah yang dilakukan secara sistematis, terstruktur, dan terarah untuk mengumpulkan, menganalisis, serta menginterpretasikan data guna memahami suatu fenomena dan mencari solusi atas permasalahan tertentu. Dalam studi ini, peneliti menggunakan metode kuantitatif, yaitu pendekatan yang menitikberatkan pada pengukuran data secara numerik dan analisis statistik sebagai dasar pengambilan kesimpulan. Sahir (2021) menjelaskan bahwa metode kuantitatif merupakan strategi penelitian yang memanfaatkan alat bantu statistik dalam proses pengolahan data, sehingga informasi yang dikumpulkan maupun hasil yang diperoleh ditampilkan dalam bentuk angka. Pendekatan ini memiliki keunggulan dalam menghasilkan data yang objektif, karena proses pengumpulan informasi dilakukan melalui instrumen yang terstandar seperti kuesioner, dan dianalisis menggunakan prosedur pengujian yang valid serta konsisten. Pendekatan dalam penelitian kuantitatif terbagi ke dalam beberapa jenis, antara lain:

1. Pendekatan Komparatif

Pendekatan ini digunakan untuk membandingkan dua atau lebih kelompok atau fenomena guna menemukan perbedaan signifikan di antara keduanya. Dalam konteks ini, peneliti biasanya mengamati variabel tertentu yang diduga berpengaruh dan menjadikannya sebagai tolok ukur dalam analisis.

2. Pendekatan Deskriptif

Metode deskriptif bertujuan untuk menggambarkan secara rinci dan sistematis suatu fenomena atau keadaan berdasarkan data aktual yang diperoleh di lapangan. Pendekatan ini tidak hanya menjelaskan apa yang terjadi, tetapi juga menyajikan karakteristik, distribusi, dan kecenderungan data dengan analisis yang objektif.

3. Pendekatan Eksperimen

Penelitian eksperimental bertujuan untuk menguji hubungan sebab-akibat antar variabel. Dalam pendekatan ini, peneliti melakukan manipulasi terhadap variabel independen dan mengamati pengaruhnya terhadap variabel dependen, dengan menerapkan kontrol terhadap variabel luar yang dapat memengaruhi hasil penelitian.

Berdasarkan pertimbangan terhadap jenis-jenis pendekatan di atas dan sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin dicapai, maka pendekatan yang dipilih oleh peneliti adalah pendekatan deskriptif kuantitatif. Pendekatan ini dianggap paling sesuai untuk menggambarkan fenomena yang sedang diteliti secara menyeluruh dan berbasis data numerik yang dianalisis secara sistematis.

Variabel Penelitian

Sihotang (2023) menyatakan bahwa variabel penelitian merupakan entitas konseptual yang ditandai oleh kemampuan alami untuk melakukan variasi atau diversitas, yang menjadi inti dari penyelidikan studi. Pada Dasarnya, variabel penelitian mencakup seluruh konstruk, konsep yang dikembangkan oleh peneliti untuk diteliti, maka menghasilkan informasi yang kemudian menciptakan suatu kesimpulan.

Dalam penelitian ini, yang menjadi variabel penelitian ini adalah:

1. Variabel Bebas (X)

Yang menjadi variabel bebas didalam penelitian ini adalah Beban Kerja (X).

2. Variabel Terkait (Y)

Yang menjadi variabel terkait didalam penelitian ini adalah Tingkat Stres Karyawan (Y).

3.2. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi dapat diartikan sebagai keseluruhan kelompok individu, benda, atau hal yang memiliki sifat tertentu yang menjadi tujuan atau pusat penelitian.

Populasi dalam studi ini terdiri dari semua karyawan yang bekerja di Museum Pusaka Nias, dengan total 40 orang karyawan.

3.3.2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diambil untuk mewakili keseluruhan populasi dalam suatu penelitian. Sampel merupakan bagian terpilih dari populasi yang dipilih melalui beberapa proses dengan tujuan menyelidiki atau mempelajari sifat-sifat dari populasi induk, Swarjana (2022). Sampel ini diambil dari populasi yang diseleksi melalui metode sampling dalam sebuah penelitian. Menurut Arikunto, jika jumlah subjek penelitian kurang dari 100 orang, sebaiknya seluruhnya dijadikan sampel atau dijadikan sebagai penelitian populasi. Sebaliknya, jika lebih dari 100, maka cukup diambil sebagian sebagai sampel sesuai dengan kemampuan peneliti dari segi waktu, tenaga, dan biaya. Karena dalam penelitian ini jumlah populasi hanya 40 orang, maka peneliti menggunakan seluruh populasi menjadi sampel.

3.3. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan prosedur penting yang digunakan oleh peneliti dalam memperoleh informasi yang dibutuhkan guna menjawab rumusan masalah dalam suatu penelitian. Pemilihan metode yang tepat sangat menentukan validitas dan reliabilitas data yang diperoleh, sehingga berpengaruh langsung terhadap kualitas hasil penelitian. Saat & Mania (2020) mengidentifikasi beberapa teknik pengumpulan data yang umum digunakan dalam penelitian ilmiah, yaitu sebagai berikut:

1. Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data melalui interaksi langsung antara pewawancara dan responden. Dalam proses ini, pewawancara mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang telah disusun sebelumnya untuk menggali informasi secara mendalam terkait topik penelitian. Teknik ini sangat bermanfaat ketika peneliti ingin memahami persepsi, pengalaman, atau sudut pandang subjek secara detail, terutama ketika jumlah responden

terbatas. Wawancara dapat dilakukan secara terstruktur, semi-terstruktur, maupun tidak terstruktur, tergantung pada kebutuhan dan pendekatan penelitian yang digunakan.

2. Angket/Kuesioner

Kuesioner merupakan instrumen tertulis yang berisi sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang harus dijawab oleh responden secara mandiri. Teknik ini efektif untuk menjangkau banyak partisipan dalam waktu yang relatif singkat dan efisien. Kuesioner sangat sesuai untuk mengumpulkan data berupa pendapat, keyakinan, atau persepsi individu terhadap suatu isu. Bentuknya dapat berupa: Angket tertutup, di mana pilihan jawaban telah ditentukan oleh peneliti, Angket terbuka, yang memberikan ruang kepada responden untuk menjawab secara bebas, dan Angket semi-terbuka, kombinasi antara dua bentuk sebelumnya, dengan menyediakan pilihan jawaban dan ruang tambahan untuk respons alternatif.

3. Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati secara langsung fenomena atau objek yang menjadi fokus penelitian. Pengamatan ini dapat melibatkan situasi sosial, aktivitas individu, perilaku kelompok, kondisi fisik suatu tempat, maupun proses alami yang sedang berlangsung. Observasi bisa bersifat partisipatif maupun non-partisipatif, dan dilakukan secara sistematis agar hasilnya dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih menggunakan metode angket (kuesioner) sebagai alat pengumpulan data utama. Kuesioner tersebut dibagikan kepada para responden dan dirancang dalam bentuk pertanyaan tertutup, yang berarti setiap item pertanyaan telah dilengkapi dengan beberapa opsi jawaban yang harus dipilih oleh responden. Setiap jawaban memiliki bobot nilai tersendiri yang telah ditentukan sebelumnya, untuk memudahkan proses kuantifikasi data. Untuk mengukur variabel-variabel yang diteliti, peneliti menerapkan skala Likert, yakni skala pengukuran yang umum digunakan untuk mengetahui tingkat sikap, pandangan, dan persepsi individu

maupun kelompok terhadap suatu fenomena sosial atau isu tertentu. Skala ini memungkinkan peneliti menilai sejauh mana responden setuju atau tidak setuju terhadap pernyataan yang diajukan, sehingga sangat membantu dalam proses analisis data secara kuantitatif.

Angket yang disebarakan kepada responden berisi sejumlah pertanyaan, di mana setiap pertanyaan memiliki lima pilihan jawaban yang disusun berdasarkan skala Likert. Pilihan tersebut terdiri dari:

1. Sangat Tidak Setuju (STS)
2. Tidak Setuju (TS)
3. Ragu-ragu (RG)
4. Setuju (S)
5. Sangat Setuju (SS)

3.4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan metode atau cara yang digunakan untuk mengolah, menginterpretasikan, serta menarik kesimpulan dari data yang telah diperoleh selama proses penelitian. Tujuan analisis data adalah menemukan pola, hubungan, atau makna yang tersembunyi dalam data agar dapat menjawab rumusan masalah penelitian. Pemilihan metode analisis ditentukan oleh tipe data, tujuan studi, serta pendekatan yang diambil oleh peneliti. Dalam memproses data yang telah diperoleh, dilakukan serangkaian langkah analisis sebagai berikut:

3.5.1. Uji Validitas

Uji validitas adalah proses untuk mengukur sejauh mana suatu instrumen (seperti kuesioner atau angket) mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Dengan kata lain, uji ini digunakan untuk memastikan bahwa pertanyaan atau item dalam instrumen benar-benar relevan dan tepat dalam menggambarkan variabel yang sedang diteliti. Khairunnisa (2023) berpendapat bahwa uji validitas merupakan ukuran yang menggambarkan

keabsahan atau kebenaran sebuah alat. Jadi, uji validitas merujuk pada seberapa jauh suatu alat dalam melaksanakan fungsinya.

Peneliti melakukan analisis data dengan memanfaatkan perangkat lunak SPSS versi 26.0 sebagai alat bantu. Program ini digunakan untuk melakukan uji validitas, yaitu untuk mengetahui apakah butir-butir pertanyaan dalam instrumen penelitian benar-benar mengukur variabel yang dimaksud. Dengan bantuan SPSS, proses pengolahan data menjadi lebih cepat, akurat, dan sistematis. Berdasarkan pendapat diatas maka peneliti memakai rumus kolerasi *product moment*, yang dimana:

$$r = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n\sum x^2 - (\sum x)^2][n\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Ket:

r_{XY} : koefisien korelasi antara variabel X dan Variabel Y

n : banyaknya data pengamatan

X : nilai variabel independen

Y : nilai variabel dependen

$\sum XY$: jumlah perkalian X dan Y

3.5.2. Uji Reliabilitas

Budiastuti & Bandur (2021), mendefinisikan uji reliabilitas sebagai konsistensi suatu hasil penelitian dengan menerapkan berbagai teknik penelitian dalam situasi lokasi dan waktu yang berbeda. Secara khusus, ide tentang reliabilitas merujuk pada konsistensi nilai skor pada pertanyaan-pertanyaan yang ada di dalam kuesioner Anda. Tujuan dari uji ini adalah untuk memastikan bahwa alat ukur yang digunakan dapat diandalkan dalam mengukur variabel penelitian, meskipun diterapkan pada waktu atau situasi yang berbeda namun dengan format pertanyaan yang sama. Jika instrumen menunjukkan hasil yang konsisten, maka dapat dikatakan memiliki tingkat reliabilitas yang baik.

Uji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan nilai *Cronbach's Alpha* untuk mengevaluasi konsistensi internal antar item

dalam kuesioner. Teknik ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pertanyaan-pertanyaan dalam instrumen saling berkaitan dan konsisten dalam mengukur variabel yang sama.

Adapun acuan penilaiannya adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai *Cronbach's Alpha* > 0,60, maka instrumen dianggap reliabel atau dapat dipercaya.
2. Sebaliknya, jika nilai *Cronbach's Alpha* < 0,60, maka instrumen dinilai tidak reliabel atau kurang konsisten

3.5.3. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan suatu metode yang digunakan untuk menentukan apakah data yang dianalisis berasal dari populasi dengan distribusi normal atau mengikuti pola sebaran normal. Uji normalitas umumnya diterapkan untuk mengevaluasi data yang memiliki skala ordinal, interval, atau rasio. Dalam analisis yang menggunakan pendekatan parametrik, syarat utama yang harus dipenuhi adalah bahwa data harus berasal dari distribusi normal. Namun, apabila data tidak berdistribusi normal, jumlah sampel tergolong kecil, atau jenis data berskala nominal, maka pendekatan parametrik sebaiknya tidak digunakan.

3.5.4. Regresi Linear Sederhana

Regresi Linear Sederhana adalah salah satu metode statistik yang digunakan untuk melihat hubungan antara dua variabel, yaitu satu variabel bebas (X) dan satu variabel terikat (Y). Tujuannya adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari variabel X terhadap variabel Y, serta seberapa besar pengaruh tersebut. Secara umum, bentuk persamaan regresi linear sederhana adalah:

$$Y = a + bX$$

Keterangan :

- Y = variabel terikat (yang diprediksi)
- X = variabel bebas (yang mempengaruhi)

- a = konstanta (nilai Y saat $X = 0$)
- b = koefisien regresi (menunjukkan besarnya perubahan Y untuk setiap peningkatan 1 unit pada X)

3.5.5. Koefisien dan Korelasi

Untuk menguji dan membuktikan hasil secara statistik, maka dilakukan dengan uji korelasi *product moment* dengan bantuan *SPPS for Window* Versi 26.0. Koefisien korelasi adalah nilai yang menggambarkan seberapa kuat atau lemah hubungan antara dua variabel atau lebih. Atau untuk menilai sejauh mana keterkaitan antara dua variabel atau lebih, Untuk interpretasi terhadap koefisien korelasi disajikan sebagai berikut:

Tabel 3.1
Pedoman untuk Memberikan Interpretasi terhadap Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Tinggi
0,80 – 1,000	Sangat Tinggi

Sumber : Sugiyono (dalam Idartini, dkk, 2024).

3.5.6. Koefisien Determinasi

Determinasi menunjukkan seberapa besar kontribusi variabel bebas dalam menjelaskan perubahan pada variabel terikat. Nilai ini membantu mengetahui seberapa efektif model regresi dalam menjelaskan hubungan antar variabel. Sahir (2021) menyatakan bahwa koefisien determinasi merupakan koefisien determinasi (R^2) adalah suatu ukuran statistik yang menunjukkan seberapa besar pengaruh atau kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan variasi variabel terikat dalam suatu model regresi. Semakin besar nilai R^2 (mendekati 1 atau 100%), maka semakin besar pula pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Sebaliknya, semakin kecil nilai R^2 (mendekati 0), maka semakin kecil pengaruhnya. Adapun rumus

umum yang digunakan untuk menghitung koefisien determinasi adalah sebagai berikut:

$$Kp = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

KP = nilai koefisien determinasi

R2 = nilai koefisien korelasi

3.5.7. Uji Hipotesis (uji t)

Uji parsial atau uji t merupakan pengujian kepada koefisien regresi secara parsial, untuk mengetahui signifikansi secara parsial atau masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat. Hipotesis yang digunakan dalam pengujian ini adalah:

H_0 : t hitung $\leq$ t tabel maka tidak terdapat pengaruh antara variabel dependent terhadap variabel independen.

H_a : t hitung $>$ t tabel maka terdapat pengaruh antara variabel dependent independen.

Secara teknis, proses pengujian dilakukan dengan membandingkan nilai t hasil perhitungan (t hitung) dengan nilai t yang terdapat pada tabel distribusi t (t tabel) pada tingkat signifikansi sebesar $\alpha = 0,05$.

3.5. Lokasi Penelitian

Peneliti melakukan penelitian di Museum Pusaka Nias yang beralamat di Jl. Yos Sudarso, No. 134-A, Desa Iraonogeba, Kec. Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli, Prov. Sumatera Utara, Kode Pos 22812.