

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Gravetter dan Forzano (2019) pendekatan kuantitatif adalah suatu metode yang melibatkan pengolahan data berupa skor angka dengan menggunakan perhitungan statistika. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk memperoleh hasil dapat diinterpretasikan untuk menentukan hubungan antar variabel dalam penelitian. Peneliti memilih metode penelitian pendekatan kuantitatif karena ingin mengidentifikasi pengaruh *gratitude* terhadap stres kerja. Dalam konteks penelitian ini data yang dikumpulkan berupa angka dan dianalisis menggunakan metode statistik.

3.2. Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas yaitu mempengaruhi variabel atau menyebabkan perubahan variabel terikat. Sedangkan variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi atau terjadi karena adanya variabel bebas (Gravetter & Forzano, 2019). Pada penelitian ini variabel terikat stres kerja dan dalam variabel bebas adalah *gratitude*.

3.2.1. Definisi Operasional Variabel Stres Kerja

Stres kerja didefinisikan secara operasional sebagai skor total dari *Job Stress Scale* (JSS). *Job Stress Scale* (JSS) mengukur dua dimensi yaitu stres waktu, dan kecemasan (Parker & DeCotiis, 1983). Indikator pada pengukuran ini adalah semakin tinggi total skor dari *Job Stress Scale* (JSS) maka semakin tinggi stres kerja guru SD.

3.2.2. Definisi Operasional Variabel *Gratitude*

Gratitude secara operasional didefinisikan sebagai skor total pada *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)*. Berdasarkan teori Emmons et al., (2002). GQ-6 mengukur empat facet *gratitude* yaitu intensitas, frekuensi, jangka dan densitas. Indikator pengukurannya adalah semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi rasa syukur yang dimiliki oleh guru SD.

3.3. Populasi dan Sampel

Populasi yang digunakan oleh penelitian ini yaitu individu yang menjalani profesi sebagai guru sekolah dasar (SD) di Indonesia. Pada penelitian ini menentukan jumlah populasi yang sudah valid dan hasil pengambilan data berdasarkan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Kemendikbud, 2023) yaitu sebanyak 1.480.528 guru SD pada tahun ajaran 2022/2023 di Indonesia. Penentuan jumlah sampel ditentukan dari taraf kesalahan 5% yaitu sebanyak 349 responden dan melihat sampel yang diambil dari taraf kesalahan tersebut di tabel penentuan jumlah sampel Issac dan Michael (Gravetter & Forzano, 2019).

Non-probability sampling adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian *Non-probability* sampling adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan kesempatan yang sama kepada setiap anggota populasi yang diambil sampelnya (Gravetter & Forzano, 2019). Jenis pada penelitian ini menggunakan *convenience sampling*. *Convenience sampling* yaitu peneliti menggunakan individu yang mudah untuk didapatkan sebagai responden dan pemilihan berdasarkan ketersediaan dari setiap responden dan kesediaan responden untuk merespon (Gravetter & Forzano, 2019). Peneliti melakukan penyebaran kuesioner dengan memberikan link *google form*. Karakteristik dari subjek penelitian yaitu guru SD yang bekerja secara *fulltime* di Indonesia.

3.4. Instrumen Penelitian

3.4.1. Deskripsi Instrumen *Job Stress Scales*

Penelitian ini menggunakan alat ukur yaitu *Job Stress Scales* (JSS) yang dikembangkan oleh Parker dan DeCotiis (1983) terdapat dua dimensi dalam alat ukur ini yaitu tekanan waktu dan kecemasan. Peneliti melakukan translasi setiap aitem ke dalam Bahasa Indonesia, kemudian melakukan uji keterbacaan untuk melihat apakah aitem yang telah ditranslasi dapat dipahami. Alat ukur ini terdiri dari 13 aitem dengan pilihan respon menggunakan skala likert 1-4 pilihan jawaban yang dimulai dari Sangat Tidak Setuju (1) sampai Sangat Setuju (4). Tabel 3.1 merupakan blue print dari skala stres kerja :

Tabel 3.1. *Blue Print Stres Kerja*

No	Dimensi	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Tekanan Waktu	2, 4, 5, 6, 9, 10, 12	-	7
2.	Kecemasan	1, 3, 7, 8, 11, 13	-	6
	Total Item	13	-	

3.4.2. Deskripsi Instrumen *Gratitude Questionnaire-Six (GC-6)*

Skala yang digunakan pada penelitian ini dalam mengukur variabel *gratitude* menggunakan *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)* yang sudah dikonstruksikan oleh Moningka dan Soewastika (2023). Berdasarkan teori Emmons et al., (2002) hasil uji reliabilitas sebesar 0,73. Alat ukur *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)* terdiri dari 6 aitem dengan pilihan respon yang telah diadaptasi menggunakan skala likert yaitu 1-5 pilihan jawaban yaitu dimulai dari Sangat Tidak Setuju (1) sampai dengan Sangat setuju (5). Skor akan dihitung dengan mempertimbangkan aitem yang bersifat positif (*favorable*) dan aitem yang bersifat negatif (*unfavorable*). Perhitungan skor akan dihitung secara terbalik. Tabel 3.2 merupakan blue print dari skala *gratitude*:

Tabel 3.2. *Blueprint Skala Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)*

Facet	Nomer Aitem		Jumlah Aitem
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Gratitude</i>	1, 2, 4, 5	3, 6	6
Total Aitem	4	2	6

3.4.3. Pengujian Psikometri

Content validity yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan *expert judgement* untuk menghasilkan aitem dengan acuan yang digunakan. Peneliti melakukan pengujian psikometri pada alat ukur stres kerja yaitu *Job Stress Scales* (JSS) dan alat ukur *gratitude* yaitu *Gratitude Questionnaire-6(GQ-6)* yang digunakan pada penelitian ini. Pengujian psikometri dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah alat ukur *Job Stress Scales* (JSS) dan *Gratitude Questionnaire-6(GQ-6)* mempunyai reliabilitas dan validitas yang baik untuk mengukur variabel pada penelitian ini. Pengujian psikometri dilakukan pada tanggal 2 Desember 2022 sampai dengan 7 Desember 2022 dengan menyebarkan kuesioner secara *online* menggunakan *google form* kepada guru SD. Subjek yang diperoleh oleh peneliti sebanyak 52 subjek yang sesuai dengan kriteria peneliti. Pada tahap uji reliabilitas menggunakan bantuan aplikasi JASP versi 0.16.4, sedangkan pada tahap uji validitas menggunakan metode *content validity* melalui *expert judgement* untuk menyelaraskan pertanyaan sesuai dengan tujuan yang akan diukur (Shultz et al., 2014).

3.4.3.1 Pengujian Reliabilitas Alat Ukur stres Kerja

Uji reliabilitas pada penelitian ini dilakukan menggunakan teknik *Cronbach's Alpha*, dimana semua aitem akan diukur untuk mengetahui koefisien reliabilitasnya. Pada teknik *Cronbach's Alpha* dapat dikatakan reliabel dan baik jika memiliki nilai diatas $>0,70$ (Shultz et al., 2014). Pada penelitian ini uji reliabilitas menggunakan metode *internal consistency* untuk memperoleh hasil koefisien reliabilitas pada setiap aitem dengan bantuan aplikasi JASP versi 0.16.4. Pada alat ukur *Job Stress Scales* (JSS) peneliti menggunakan metode *internal consistency* memperoleh hasil koefisien reliabilitas dengan nilai sebesar 0,938 (tabel bisa dilihat

pada lampiran 2). Hal ini dapat dikatakan bahwa alat ukur yang digunakan peneliti sudah mempunyai hasil yang reliabel dan baik untuk dapat digunakan.

3.4.3.2 Pengujian Validitas Alat Ukur Stres Kerja

Alat ukur pada penelitian ini menggunakan uji validitas *content validity*. *Content validity* yaitu metode yang didasarkan pada penilaian para ahli atau *expert judgment* terhadap suatu aitem mengenai sejauh mana aitem mewakili konstruk yang diukur (Azwar, 2015). Pada penelitian ini peneliti melibatkan dosen pembimbing sebagai *expert judgment*. Berdasarkan hasil *expert judgment* setiap alat ukur digunakan dimodifikasi agar kalimat-kalimat pada pernyataan dapat dipahami (Tabel dapat dilihat pada lampiran 4).

3.4.3.3 Analisis Aitem Alat Ukur Stres Kerja

Penguji analisis aitem pada alat ukur *Job Stress Scales* (JSS) menggunakan *item rest correlation* pada aplikasi JASP versi 0.16.4. Terdapat 13 aitem pada alat ukur *Job Stress Scales* (JSS) yang menghasilkan rentan nilai 0,500 sampai dengan 0,820. Hal tersebut dapat dikatakan 13 aitem pada alat ukur *Job Stress Scales* (JSS) memiliki hasil nilai yang baik karena menunjukkan nilai diatas 0,30 sehingga tidak ada aitem yang dieliminasi. Tabel 3.3 menunjukkan hasil analisis aitem pada alat ukur *Job Stress Scales* (JSS).

Tabel 3.3. Hasil Analisis Aitem Stres Kerja

<i>Item</i>	<i>Item-rest correlation</i>
1_Kecemasan	0,786
2_Stres Waktu	0,801
3_Kecemasan	0,739
4_Stres Waktu	0,757
5_Stres Waktu	0,691
6_Stres Waktu	0,762
7_Kecemasan	0,710
8_Kecemasan	0,602
9_Stres Waktu	0,714
10_Stres Waktu	0,500
11_Kecemasan	0,680
12_Stres Waktu	0,820
13_Kecemasan	0,672

3.4.3.4 Pengujian Reliabilitas Alat Ukur *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)*

Pada alat ukur *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)* peneliti menggunakan metode *internal consistency* pada aplikasi JASP versi 0.16.4 memperoleh hasil koefisien reliabilitas sebesar 0,847. Maka dapat dikatakan alat ukur *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)* sudah mempunyai hasil yang reliabel dan baik untuk dapat digunakan (Tabel dilihat pada lampiran 2).

3.4.3.5 Pengujian Validitas Alat Ukur *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)*

Alat ukur pada penelitian ini menggunakan uji validitas *content validity*. *Content validity* yaitu metode yang didasarkan pada penilaian para ahli atau *expert judgment* terhadap suatu aitem mengenai sejauh mana aitem mewakili konstruk yang diukur (Azwar, 2015). Pada penelitian ini peneliti melibatkan dosen pembimbing sebagai *expert judgment*. Berdasarkan hasil *expert judgment* setiap alat ukur yang digunakan dimodifikasi agar kalimat-kalimat pada pernyataan dapat dipahami (Tabel dapat dilihat pada lampiran 3).

3.4.3.6 Analisis Aitem Alat Ukur *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)*

Pengujian analisis aitem pada alat ukur *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)* menggunakan *item rest correlation* pada aplikasi JASP versi 0.16.4. terdapat 6 aitem pada alat ukur *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)* yang menghasilkan rentan nilai 0,500 sampai dengan 0,749. Hal tersebut dapat dikatakan 6 aitem pada alat ukur *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)* memiliki hasil nilai yang baik karena menunjukkan nilai diatas 0,30 sehingga tidak ada aitem yang dieliminasi. Tabel 3.4 menunjukkan hasil analisis aitem pada alat ukur *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)*.

Tabel 3.4 Hasil Analisis Aitem *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)*

Aitem	<i>Item-rest correlation</i>
<i>Intensity 1</i>	0,749
<i>Density 2</i>	0,670
<i>Density 3*</i>	0,518
<i>Density 4</i>	0,624
<i>Span 5</i>	0,696
<i>Frequency 6*</i>	0,510

(*) aitem unfavorable

3.5. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini mencakup statistik deskriptif yaitu uji asumsi dan uji hipotesis. Statistik deskriptif bertujuan memberikan gambaran mengenai karakteristik responden pada penelitian (Gravetter dan Forzano, 2019). Peneliti menggunakan aplikasi JASP versi 0.16.4 untuk melakukan analisis statistik deskriptif. Goss-Sampson (2022) menyajikan berbagai metode uji asumsi yang dapat dijadikan pedoman dalam penelitian. Berikut penjelasan mengenai metode uji asumsi yang diterapkan pada penelitian:

1. Uji asumsi normalitas dilakukan untuk memeriksa apakah terdapat residu error dan variabel dependen telah mendapatkan hasil yang dianggap memenuhi syarat jika nilai $p > 0,05$ (Goss-Sampson, 2022).
2. Pengujian linearitas digunakan untuk melihat adanya hubungan antara variabel dependen dan independen dengan melihat apakah keduanya berada dalam satu titik garis diagonal melalui plot Q-Q (Goss-Sampson, 2022).
3. Pengujian independensi error untuk memastikan bahwa adanya independensi antar variabel (Goss-Sampson, 2022). Pengujian independensi eror dilakukan dengan menggunakan *Durbin-Watson* dimana data dianggap independent jika menunjukkan nilai antara 1-3 (Goss-Sampson, 2022)
4. Uji homoskedastisitas bertujuan untuk menunjukkan bahwa varian di antara kedua data setara sehingga memiliki asumsi bahwa keberagaman data di antara garis regresi bersifat yang sama dan tidak mengandung heteroskedastisitas (Goss-Sampson, 2022). Uji ini dilakukan melalui *Scatter Plots* untuk melihat apakah data telah tersebar dengan rata.

3.6. Prosedur Penelitian

Penelitian ini dapat dilaksanakan melalui beberapa langka, dimulai dari pengumpulan data hingga tahap pengolahan data. Berikut prosedur yang dilakukan oleh peneliti :

1. Peneliti menyebarkan tautan kuesioner melalui berbagai platform media sosial mulai dari bulan Maret hingga Mei 2023.

2. Penyaringan data dilakukan oleh peneliti untuk memastikan kesesuaian data dengan karakteristik total skor.
3. Perhitungan skor dilakukan oleh peneliti menggunakan *Microsoft Excel* untuk mendapatkan hasil skoring.
4. Uji statistik deskriptif dilakukan peneliti dengan tujuan untuk mengevaluasi gambaran dari variabel penelitian.
5. Peneliti melaksanakan uji asumsi yaitu uji normalitas, linearitas, independensi error, dan homoskedastisitas menggunakan aplikasi JASP versi 0.16.4
6. Peneliti melakukan uji hipotesis berdasarkan hasil uji normalitas, peneliti melakukan uji regresi linear dilakukan apabila variabel dependen terbukti normal jika tidak peneliti melakukan regresi logistik.
7. Peneliti menyusun kesimpulan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan.