

BAB III.

METODA PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Rancangan penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan metode kausal komparatif. Metode deskriptif adalah prosedur umum dalam suatu penelitian yang menunjukkan suatu fenomena. Sesuai dengan Sugiyono (2018: 11), metode deskriptif adalah penelitian yang dilakukan dengan cara mendeskripsikan variabel-variabel kemudian mencoba menarik kesimpulan. Sedangkan penelitian komparatif kausal adalah penelitian yang ciri-cirinya berupa masalah yang bersifat kausalitas antara dua variabel atau lebih. Perbandingan kausal mencakup dua atau lebih kelompok dan satu variabel bebas sebagai objek penelitian antara subjek atau waktu yang berbeda, kemudian ditemukan hubungan sebab akibat. Regresi linier berganda akan dilakukan untuk melihat hasil uji statistik yang diperoleh dari subjek yang diteliti.

Teknik pengamilan sampling yang dipakai dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu metode *popositivisme sampling*, dimana meneliti suatu populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018).

Jenis penelitian ini dilakukan pada karyawan Ruko Avenue Jakarta Timur. Hal tersebutlah yang akan peneliti mintai keterangan untuk penelitian ini. Latar belakang pemilihan objek penelitian karena karyawan ruko tersebut telah bekerja lama pada lokasi penelitian. Pada penelitian ini bermaksud untuk menjelaskan pengaruh antar variabel melalui pengujian hipotesis terhadap beberapa variabel, maka sifat penelitian ini adalah penelitian eksplanatori (*explanatory research*).

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan wilayah generalisasi penelitian yang dapat berupa negara, kota, benda, peristiwa, makhluk hidup yang dijadikan sebagai objek penelitian (Hendryadil, 2019: 162). Populasi dalam penelitian ini adalah semua karyawan yang bekerja dalam periode tertentu dan jumlahnya masih belum diketahui.

3.2.2. Sampel

Sampel penelitian merupakan bagian dari jumlah atau karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2016). Atau dapat dikatakan bahwa, sampel adalah jumlah dari sebagian populasi yang dapat menjelaskan karakteristik populasi. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan *sampling purposive* yaitu, teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu atau karakteristik tertentu. Berdasarkan metode ini, yakni para karawan di ruko anavenue di Jakarta timur

3.2.3. Data

Sampel adalah bagian dari jumlah atau karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2016). Atau dapat dikatakan bahwa, sampel adalah jumlah dari sebagian populasi yang dapat menjelaskan karakteristik populasi. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan *sampling purposive* yaitu, teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu atau karakteristik tertentu. Berdasarkan metode ini, maka kriteria penentuan sampel yang dipakai dalam penelitian ini, yaitu

1. seluruh karyawan yang bekerja di ruko dengan minimal lama bekerja 1 tahun
2. Responden tidak dibatasi oleh jabatan seperti senior manajer, junior manajer, supervisor, dan manajer partner. Sehingga semua karyawan bekerja dalam ruko dapat diikut sertakan sebagai responden.

Oleh karenanya sampel penelitian sebanyak 100 karyawan. Kekuatan dari penelitian tersebut adalah memungkinkan terpilihnya sampel yang mempunyai bias paling sedikit dan tingkat generalisasi yang tinggi.

3.3 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel digunakan untuk memberikan batasan ruang lingkup permasalahan dan konsep pengukuran yang dilakukan dalam penelitian yang mengukur variabel yang masih berbentuk konsep. Untuk memberikan petunjuk dalam operasional variabel penelitian maka dibuat dua variabel, yaitu variabel independen (bebas) dan variabel dependen. Dengan demikian, variabel independen dan variabel dependen dapat diuraikan sebagai berikut:

3.3.1. Variabel Independen

Variabel independen biasa disebut juga dengan variabel bebas. Menurut Sugiyono (2017:39) bahwa variabel bebas (independen) yang mempengaruhi atau yang menjadi akibat timbulnya variabel lain, yaitu variabel terikat (dependen). Penelitian ini akan meneliti empat variabel independen, yakni:

1) Work Life Balance

Lumunon (2019) menjelaskan *work life balance* merupakan kemampuan karyawan untuk dapat menyeimbangkan antara pekerjaan dengan kebutuhan pribadi. Jadi *work life balance* secara sederhana merupakan suatu kondisi di mana seorang pekerja dapat mengatur waktu secara baik antara pekerjaan di tempat kerja serta kebutuhan pribadi dan kehidupan dalam keluarga.

2) Lingkungan Kerja

Nitisemito (Sangadah & Kartawidjaja, 2020) lingkungan kerja adalah segala sesuatu yang ada disekitar pekerjaan, yang dapat mempengaruhi seorang pekerja dalam menjalankan tugas yang diberikan. Sedangkan Poniasih & Dewi (2015) lingkungan kerja adalah tempat dimana karyawan melakukan tugas mereka, dimana lingkungan tersebut membawa pengaruh baik ataupun kurang baik bagi karyawan dalam mencapai hasil mereka.

3) Stress Kerja

Menurut Prisillya & Angeliq (2020) stres kerja adalah respon karyawan saat bekerja dimana seseorang merasakan rangsangan tuntutan psikologis atau fisik secara berlebihan daripada yang seharusnya dirasakan kepada orang tersebut. Menurut Cahyadi & Prastyani (2020) stres kerja adalah ketidakseimbangan keinginan dan kemampuan memenuhinya sehingga menimbulkan konsekuensi penting bagi dirinya.

3.3.2. Variabel Dependen

Dependen biasanya disebut juga dengan variabel terikat. (Sugiyono, 2017:39) mengemukakan bahwa variabel dependen adalah variabel yang

dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel independen. Variabel dependen dalam penelitian ini yakni Semangat Kerja:

Menurut Hasibuan (2018), semangat kerja adalah keinginan dan kesanggupan seseorang mengerjakan pekerjaannya dengan baik serta berdisiplin untuk mencapai prestasi kerja yang maksimal. Setiap individu bekerja memiliki karakteristik yang berbeda-beda, maka tingkat kepuasan kerjanya pun berbeda-beda.

Tabel 3.1. Indikator Variabel Work Life Balance

No.	Variabel	Indikator	Sub indikator	No. Item
1	<i>Work Life Balance</i> Sumber: Rondonuwu dkk (2018)	Time balance (keseimbangan waktu)	merujuk pada jumlah waktu yang diberikan oleh individu baik bagi pekerjaannya maupun hal-hal diluar	1
		Involvement balance (keseimbangan keterlibatan)	merujuk pada jumlah atau tingkat keterlibatan secara psikologis	2
			merujuk pada jumlah atau tingkat keterlibatan secara komitmen	3
		Satisfaction balance (keseimbangan kepuasan)	merujuk pada jumlah tingkat kepuasan suatu individu terhadap kegiatan pekerjaannya maupun hal-hal diluar pekerjaannya	4

Tabel 3.2. Indikator Variabel Lingkungan Kerja

No.	Variabel	Indikator	Sub indikator	No. Item
2	Lingkungan Kerja Sumber:	fasilitas yang memadai	lingkungan yang memadai akan menghasilkan lingkungan kerja yang kondusif,	5

	Siagian (2018:59)	Temperatur tempat kerja	keamanan dan rasa tertram agar pekerjaanya dapat terlaksana	6
		Keamanan di tempat kerja.	Keunggulan yang didapat memiliki ciri khusus produk yang ditawarkan.	7
		Kebersihan	menjaga kebersihan lingkungan kerja agar terbebas dari penaki	8

Tabel 3.3. Indikator Variabel Stress Kerja

No.	Variabel	Indikator	Sub indikator	No. Item
3	Stress Kerja Sumber: (Prisillya & angelique (2020)	Lingkungan	ketidakpastian lingkungan yang utama: ekonomi, politik dan teknologi. dari struktur organisasional	9
		Organisasional	sbeban kerja yang berlebihan, bos yang sangat menuntut dan tidak sensitif, serta para rekan kerja yang tidak	10
			Tekanan untuk menghindari kesalahan atau menyelesaikan tugas dalam waktu yang terbatas,	11
		Pribadi	permasalahan keluarga, permasalahan ekonomi pribadi dan karakteristik kepribadian yang inheren	12

Tabel 3.4. Indikator Variabel Semangat Kerja

No.	Variabel	Indikator	Sub indikator	No. Item
4	Semangat Kerja Sumber:	Disiplin Usaha	Disiplin diukur dengan melihat kepatuhan karyawan pada atasan dan jam kerja	13

Sarah dkk., (2021)	Kerja sama	kesedian karyawan untuk bekerja sama dengan rekan sekerja maupun dengan atasan untuk mencapai tujuan bersama	14
	Kepuasan kerja	sikap karyawan terhadap pekerjaannya, situasi kerja, serta kerja sama antara pimpinan	15
	Tanggung jawab	kesanggupan karyawan dalam menyelesaikan tugas dan pekerjaan dengan sebaik-baiknya	16

3.4 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan mulai bulan Desember 2022 di Ruko Avenue, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta.

3.5 Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini terbagi menjadi:

- a. Data primer (data asli) adalah data yang diperoleh langsung dan responden data ini yang nantinya akan dianalisis
- b. Data sekunder adalah data yang diperoleh bukan dari sumber utama, melainkan dari pihak-pihak lain ataupun dari data dokumentasi atau arsip.

2. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terbagi menjadi:

- a. Data primer dalam penelitian ini berasal dari kuesioner yang akan disebarakan kepada para karyawan Ruko Avenue. Data yang diambil adalah persepsi responden mengenai *work life balance*, lingkungan kerja, dan stres kerja.
- b. Data sekunder dalam penelitian ini berasal dari pihak-pihak lain (diluar responden penelitian) meliputi data dokumentasi tentang karakteristik objek penelitian.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

1. Daftar pertanyaan (kuesioner)

Kuesioner adalah daftar sejumlah pertanyaan tertulis yang berguna untuk memperoleh informasi dari karyawan Ruko Avenue Jakarta Timur yang berkaitan dengan penelitian ini.

a. Tipe isian

Digunakan untuk memperoleh data tentang pribadi responden, yang meliputi nama tamu, umur, alamat, pekerjaan serta informasi tambahan lainnya.

b. Tipe pilihan

Susunan pertanyaan mewakili setiap variabel yang disusun peneliti atas landasan teori dibab sebelumnya. Jenis kuesioner yang digunakan oleh penulis merupakan suatu kuesioner tertutup, Alasan penulis menggunakan kuesioner ini untuk memberikan kemudahan bagi para responden dalam memberikan jawaban, kuesioner tertutup sangat mudah digunakan dalam sebuah penelitian. Terdapat beberapa pertanyaan dalam kuesioner yang akan disebar, yang berasal dari maasing-masing variabel. Dalam penelitian ini, kuesioner akan diukur dengan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Berikut ini jawaban kuisisioner menggunakan skala likert::

1) Sangat Tidak Setuju (STS)

2) Tidak Setuju (TS)

3) Netral (N)

4) Setuju (S)

5) Sangat Setuju (SS)

2. Observasi

Metode pengumpulan data dengan melakukan pengamatan langsung pada objek yang akan diteliti dengan mencatat sesuatu yang berkaitan dengan penelitian.

3.7 Teknik Analisis data

Metode yang akan peneliti gunakan yakni metoda analisis data secara kuantitatif. Metode ini memaparkan data berupa angka-angka dan menekankan pada proses penelitian yang digambarkan dengan sebuah hasil yang objektif menggunakan analisis statistik deskriptif.

Cara mengelola data peneliti menggunakan alat bantu komputer (software) yang akan digunakan peneliti untuk mempercepat dalam proses pengelolaan data yakni program SPSSVersi ke 26. Software tersebut dipilih karena lebih efektif dalam menghitung nilai statistik, uji kualitas, uji regresi linear, uji asumsi klasik dan uji hipotesis. Hasil pengolahan data dari software ini dijasikan dalam bentuk gambar, tabel ataupun yang lainnya. Hal tersebut bertujuan untuk mempermudah dalam membaca hasil penelitian yang dilakukan.

3.7.1. Uji Statistik Dekriptif

Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Penelitian yang dilakukan pada populasi (tanpa diambil sampelnya) jelas akan menggunakan statistik deskriptif dalam analisisnya. Analisis statistik deskriptif yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah nilai rata-rata (mean), nilai maksimum, nilai minimum, dan standar deviasi untuk mrngambarkan variabel pengaruh Worklife balanve, Stess Kerja dan Lingkungan Kerja serta Semangat Kerja.

3.7.2. Uji Kualitas Data

Uji kualitas data diperuntukan dapat memperoleh sebuah kepastian mengenai valid dan realibel data dalam mengukur hal yang tepat atau tidak dan memastikan bahwa hasil yang ada dapat menggambarkan keadaan yang sesungguhnya. Dalam hal ini, uji kualitas data dilakukan untuk melihat kepastian sebuah data yang ada sebelum diproses menggunakan alat analisis untuk menguji hipotesis. Uji kualitas data terdiri dari uji reliabilitas dan uji validitas (Ghozali, 2016). Kedua uji tersebut di gambarkan sebagai berikut:

3.7.2.1. Uji Validitas

Uji Validitas digunakan untuk mengukur sah atau tidaknya suatu kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid atau sah jika pertanyaan pada kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut. Uji validitas dilakukan dengan cara melihat korelasi skor butir pertanyaan dengan total skor variabel melalui program SPSS dengan melihat pada kolom Corrected Item – Total Correlation (Ghozali, 2016). Pengambilan keputusan apakah pertanyaan valid atau tidak valid dapat didasarkan pada pernyataan dibawah ini (Ghozali, 2016):

1. Apabila nilai r positif, serta nilai r hitung $> r$ tabel atau probabilitas ($\text{sig} \leq 0,05$) maka item kuisisioner valid.
2. Apabila nilai r negatif, serta nilai r hitung $< r$ tabel atau probabilitas ($\text{sig} \geq 0,05$) maka item kuisisioner tidak valid.

3.7.2.2. Uji Reliabilitas

Alat yang digunakan untuk mengukur kuesioner yang merupakan indikator dari variabel. suatu kuesioner dikatakan Reliable atau handal jika jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu (Ghozali, 2016). Pengukuran Reabilitas dapat dilakukan melalui dua acara, yaitu:

1. Repeated Measure atau pengukuran ulang disini seseorang akan diberikan pertanyaan yang sama pada waktu yang berbeda, kemudian akan dilihat hasilnya apakah jawabannya tetap konsisten atau tidak.
2. One Shot atau pengukuran sekali, pengukuran hanya dilakukan sekali dan kemudian hasilnya dibandingkan dengan pertanyaan lain atau mengukur korelasi antara jawaban pertanyaan. Kriteria pengujian dilakukan dengan menggunakan pengujian Cronbach Alpha (α). Suatu variabel dikatakan reliable jika memberikan nilai Cronbach Alpha > 0.70 (Ghozali, 2016).

3.7.3. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui linearitas data, yaitu apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Uji ini digunakan sebagai prasyarat dalam analisis regresi linear. Pengujian pada SPSS dengan

menggunakan *Test for Linearity* pada taraf signifikan 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bila signifikan kurang dari 0,05.

3.7.3.1. Analisis Regresi Linear Berganda

Penelitian ini menggunakan persamaan analisis regresi linear. Dalam regresi linear, persamaan regresi mempunyai lebih dari satu variabel independen. Persamaan regresi yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + e$$

Keterangan:

- Y = Variabel Y
- α = Konstanta
- β_{1-3} = Koefisien regresi
- X = Variabel X

3.7.3.2. Uji t

Uji t digunakan untuk mengetahui secara parsial, apakah ada atau tidak pengaruh antara variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) secara parsial. Untuk menguji tingkat signifikansi, secara parsial antara *work life balance*, lingkungan kerja, dan stres kerja terhadap semangat kerja karyawan dapat dilakukan uji signifikansi dengan menggunakan Uji t dapat dilihat pada tingkat signifikansi sebagai berikut:

1. Jika tingkat signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Ada pengaruh variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat.
2. Jika tingkat signifikansi $> 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Tidak ada pengaruh variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat.

3.7.3.3. Uji statistik F

Uji statistik F pada dasarnya menunjukkan apakah semua variabel independen atau bebas yang dimasukkan dalam model mempunyai pengaruh secara bersama-sama terhadap variabel dependen/terikat (Ghozali, 2016:88). Caranya adalah dengan membandingkan antara nilai p value dengan tingkat signifikansi (α) yang digunakan yaitu 0,10. Jika p value $< \alpha$ ($\alpha=0,10$), maka keputusannya menolak H_0 . Artinya semua variabel independen di dalam model berpengaruh secara simultan terhadap variabel dependen.

3.7.3.4. Koefisien determinasi (R^2)

Koefisien determinasi (R^2) pada intinya mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen. Nilai koefisien determinasi adalah antara nol dan satu. Nilai R^2 yang kecil berarti kemampuan variabel-variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen amat terbatas. Nilai yang mendekati satu berarti variabel-variabel independen memberikan hampir semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variasi variabel dependen (Ghozali, 2016). Besarnya koefisien determinasi (R^2) persamaan regresi digunakan untuk mengetahui besarnya persentase pengaruh semua variabel independen terhadap variabel dependen.