

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Studi *cross sectional* dipilih karena variabel faktor risiko dan efek akan diobservasi secara bersamaan atau satu waktu. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran beban kerja mental dan stress kerja pada karyawan FIFGROUP Kabupaten Semarang.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada karyawan bagian *field collection* di perusahaan FIFGROUP yang terletak di Kabupaten Semarang, Jawa Tengah. FIFGROUP Kabupaten Semarang terdiri dari 2 cabang yaitu cabang Ungaran dan Ambarawa. Waktu pelaksanaan penelitian dari observasi awal, pengajuan surat izin penelitian hingga pengambilan data dilaksanakan dari bulan Januari 2024 – Agustus 2024.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan bagian *field collection* di perusahaan FIFGROUP di Kabupaten Semarang sejumlah 43 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah bagian dari populasi yang akan diteliti. Teknik yang digunakan dalam penentuan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel yang berdasarkan atas suatu pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi ataupun ciri-ciri yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2012). Adapun kriteria inklusi dan kriteria eksklusi dalam penelitian ini meliputi:

- a. Kriteria Inklusi
- 1) Karyawan tetap di FIFGROUP Kabupaten Semarang
 - 2) Karyawan *Field Collection* di FIFGROUP Kabupaten Semarang
- b. Kriteria Eksklusi
- 1) Tidak bersedia menjadi responden penelitian
 - 2) Sedang sakit atau meninggal

Dari populasi sebanyak 43 responden, 5 responden termasuk dalam kategori eksklusi sehingga total sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 38 responden.

D. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Beban Kerja Mental	Beban kerja mental yang diterima karyawan FIFGROUP bagian <i>field collection</i> yang diukur menggunakan 6 dimensi yaitu kebutuhan mental (MD), kebutuhan fisik (PD), kebutuhan waktu (TD), performansi (OP), tingkat usaha (EF), dan tingkat frustrasi (FR)	Kuesioner NASA-TLX	1. Beban kerja mental ringan : skor < 50 2. Beban kerja mental sedang : skor 50-80 Beban kerja mental berat : skor > 80	Ordinal
2.	Stres Kerja	Kondisi yang menciptakan adanya ketidakseimbangan	Kuesioner DASS-21	1. Normal : 0-14 2. Ringan : 15-18	Ordinal

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
		fisik dan psikis, yang mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi ketidakmampuan dalam menghadapi tuntutan tugas sebagai seorang <i>field collection</i> di FIFGROUP		3. Sedang : 19-25 4. Berat : 26-33 5. Sangat Berat : > 34	

E. Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

Sumber data primer yang ada pada penelitian ini diperoleh dari hasil perhitungan pengukuran beban kerja mental menggunakan kuesioner NASA-TLX, sedangkan pengukuran stress kerja menggunakan kuesioner DASS-21.

b. Data Sekunder

Data sekunder yang digunakan pada penelitian ini didapatkan melalui profil perusahaan, buku, jurnal ilmiah, dan publikasi lainnya yang berkaitan dengan variabel yang diteliti yaitu beban kerja mental dan stress kerja.

2. Prosedur Pengumpulan Data

a. Persiapan

Sebelum melakukan penelitian, terdapat beberapa persiapan yang dilakukan. Persiapan tersebut meliputi: penentuan permasalahan yang akan diteliti, penentuan subjek penelitian, studi pendahuluan dengan melakukan observasi awal untuk mengetahui kondisi yang ada di lapangan, mencari sumber data sekunder dari penelitian-penelitian

sebelumnya, penyusunan proposal, persiapan administrasi, penyusunan instrumen, pengadaan peralatan dan bahan untuk penelitian.

b. Uji Kelayakan

Penelitian ini menggunakan subjek manusia, sehingga dilakukan uji kelayakan dari Komisi Etik Penelitian Universitas Ngudi Waluyo dengan nomor 086/KEP/EC/UNW/2024 yang menyatakan bahwa penelitian ini telah memenuhi prinsip-prinsip yang dinyatakan dalam *Standards and Operational Guidance for Ethics Review of Health-Related Research with Human Participants* dari WHO 2011 dan *International Ethical Guidance for Health-Related Research Involving Humans* dari CIOMS dan WHO 2016.

c. Pengambilan Data

Pengambilan data dilakukan selama 3 hari (2 hari di FIFGROUP cabang Ungaran dan 1 hari di FIFGROUP cabang Ambarawa). Langkah-langkah yang dilakukan dalam proses pengambilan data meliputi:

- 1) Mendatangi masing-masing karyawan *field collection* di FIFGROUP cabang Ungaran dan Ambarawa
- 2) Memastikan karyawan tersebut sudah sesuai dengan kriteria kemudian akan dijadikan responden dalam penelitian.
- 3) Menjelaskan tujuan dan tahapan penelitian kepada responden
- 4) Memberikan lembar kuesioner kepada responden tersebut
- 5) Responden mengisi kuesioner terkait data yang dibutuhkan dalam kuesioner penelitian seperti identitas diri responden dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam kuesioner NASA TLX dan kuesioner DASS 21.

d. Penyelesaian

- 1) Mengumpulkan semua data yang diperoleh dalam penelitian
- 2) Menginput data dalam Microsoft Excel dan SPSS
- 3) Menganalisis dan menyimpulkan hasil penelitian
- 4) Menyusun laporan penelitian dan konsultasi dengan dosen pembimbing

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. *Editing* (Penyuntingan)

Proses yang dilakukan untuk meneliti kembali atau seleksi jawaban, kelengkapan, kebenaran pengisian yang sudah terkumpul sebelum melakukan langkah lebih lanjut.

b. *Scoring*

Memberikan skor dalam kuesioner DASS-21 untuk mengukur tingkat stress kerja. Berikut merupakan skor yang akan dijumlahkan sesuai dengan jawaban pertanyaan dalam kuesioner:

- 1) Skor 0 : Tidak pernah
- 2) Skor 1 : Kadang-kadang
- 3) Skor 2 : Sering
- 4) Skor 3 : Sangat sering

c. *Coding*

Memberikan kode berupa angka yang berbeda pada masing-masing data atau variabel untuk mengklasifikasikan jawaban sesuai dengan kategori yang ditentukan. Pemberian kode pada masing-masing variabel dilakukan untuk keperluan analisis univariat yaitu:

1) Stress Kerja

Kode 1 untuk 0-14

Kode 2 untuk 15-18

Kode 3 untuk 19-25

Kode 4 untuk 26-33

Kode 5 untuk > 34

2) Beban Kerja Mental

Kode 1 untuk < 50

Kode 2 untuk 50-80

Kode 2 untuk > 80

d. Entry

Memasukkan data yang sudah diberi kode ke dalam aplikasi SPSS untuk dilanjutkan dengan proses pengolahan data

e. Tabulating

Proses pengelompokkan data ke dalam tabel dengan cara membuat tabel yang berisikan data sesuai kebutuhan analisis

2. Analisis Data

Analisis deskriptif dilakukan pada semua variabel penelitian bertujuan untuk melihat frekuensi (jumlah dan proporsi), menjelaskan dan mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dengan total setiap kolomnya. Tabel tersebut bertujuan untuk melihat perbedaan proporsi variabel Beban Kerja Mental dan Stress Kerja.