BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Rancangan penelitian merupakan hasil akhir dari suatu tahap keputusan yang dibuat oleh peneliti berhubungan dengan bagaimana suatu penelitian bisa diterapkan (Nursalam, 2020). Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional dan dengan jenis penelitian *Cross Sectional* yaitu jenis penilaian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu waktu. Pada jenis ini, variabel independen dan dependen dinilai secara simultan pada suatu saat, jadi tidak ada tindak lanjut. Tentunya tidak semua subjek penelitian harus diobservasi pada hari atau waktu yang sama, akan tetapi variabel independen maupun variabel dependen dinilai hanya satu kali saja.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di Puskesmas Kota Tarakan pada tanggal 21 Januari 2026 - 26 Januari tahun 2026.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik

kesimpulannya (Sugiyono, 2012). Populasi dalam penelitian ini perawat yang bertugas di Puskesmas Kota Tarakan dengan jumlah 87 orang perawat.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2012). Agar memperoleh sampel yang representatif dari populasi, maka setiap subjek dalam populasi diupayakan untuk memiliki peluang yang sama untuk menjadi sampel. Adapun rumus yang digunakan untuk mengukur sampel digunakan rumus Slovin, yakni ukuran sampel yang merupakan perbandingan dari ukuran populasi dengan presentasi kelonggaran ketidaktelitian (Notoatmojo, 2018).

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan :

n : Ukuran sampel

N : Ukuran populasi

d : Kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan sampel yang masih dapat ditolerir atau diinginkan (d=0,05)

Berdasarkan atas perhitungan tersebut, maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan sampel sebanyak:

$$n = \frac{87}{1 + N(d)^2}$$

$$n = \frac{87}{1 + 87(0{,}05)^2}$$

$$n = \frac{87}{1 + 87(0{,}0025)}$$

$$n = \frac{87}{1 + 0{,}2175}$$

$$n = \frac{87}{1{,}2175} = 71{,}45/72$$

Penentuan sampel menggunakan teknik sampling jenis *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling* adalah suatu teknik pengambilan sampel didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmojo, 2018). Adapun pertimbangan pemilihan sampel terbagi menjadi kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan diteliti (Sugiyono, 2012). Kriteria inklusi dari penelitian ini adalah:

1) Perawat yang bertugas di Puskesmas Kota Tarakan
2) Perawat yang sudah bekerja selama 2 tahun

b. Kriteria Ekslusi

1) Perawat yang sedang sakit atau cuti bekerja

D. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah menjelaskan semua variabel dan istilah yang digunakan dalam penelitian secara operasional, sehingga mempermudah dalam mengartikan makna penelitian (Nursalam, 2015b)

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Perawat di Puskesmas Kota Tarakan

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Beban Kerja	Persepsi yang dimiliki oleh perawat terhadap komponen dan target volume pekerjaan dalam satuan waktu dan satuan hasil tertentu berdasarkan indicator aktivitas pekerjaan, kegiatan yang dilakukan dan penggunaan waktu kerja	Kuesioner	1. Beban Kerja Berat (13-25) 2. Beban Kerja Sedang (26-38) 3. Beban Kerja Ringan (39-52)	Ordinal
Tingkat Stres Kerja	Suatu tanggapan penyesuaian, diperantarai oleh perbedaan individu/proses psikologis akibat dari suatu tindakan atau peristiwa yang menetapkan permintaan psikologi dan fisik berlebihan kepada seseorang, yang terdiri dari 4 indikator yaitu fisik, emosional, intelektual dan interpersonal.	Kuesioner	1. Stress Ringan (20-39) 2. Stress Sedang (40-59) 3. Stress Berat (60-80)	Ordinal

E. Variabel Penelitian

Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas pada penelitian ini adalah beban kerja, sementara variabel terikatnya adalah tingkat stres kerja perawat.

F. Alat Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpul data merupakan media yang digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti (Sugiyono, 2012). Pembuatan instrumen harus mengacu pada variabel penelitian, definisi operasional dan skala pengukuranya (Notoatmodjo, 2018). Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner dari dua variabel, jumlah pertanyaan dalam kuesioner dari variabel beban kerja dan stres kerja, perlu dilakukan pengujian, melalui uji validitas dan uji reabilitas. Adapun penjelasan dari kuesioner yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

a. Kuesioner Beban Kerja

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini berupa kuesioner Variabel independen (beban kerja) menggunakan kuisioner oleh (Nursalam, 2020 dalam Buanawati, 2019) sebagai instrumen penelitian dengan jumlah 13 pertanyaan yang sudah baku dan telah banyak digunakan untuk melakukan pengukuran terhadap penelitian sejenis atau pada penelitian-penelitian sebelumnya. Kategori penilaian beban kerja dibagi menjadi 3 yaitu, beban kerja berat (13-15), beban kerja sedang (26-38), beban kerja ringan (39-52).

Kuesioner ini sudah dilakukan uji valid dan reliabilitas. Hasil uji validitas didapatkan nilai r hitung (0,489-0,707) > r tabel (0,6319) yang artinya semua item soal pertanyaan valid. Hasil uji reliabilitas nilai *cronbach's* α (0,885) ≥ 0,6 yang artinya kuesioner beban kerja reliabel.

Tabel 3. 2 Aspek Beban Kerja

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah item
Aspek Fisik	Ditentukan berdasarkan jumlah psien yang harus dirawat, yaitu minimal, parsia, total	1, 2, 3, 4,	5, 6	6
Aspek Psikologis	Berdasarkan hubungan antar individu, dengan perawat serta dengan kepala ruangan dan juga berhubungan antara perawat serta dengan Pasien	7, 8, 9, 10, 11, 12,13	-	7
Jumlah		11	2	13

b. Kuesioner Stress Kerja

Kuesioner stres kerja terdiri dari 20 pernyataan dengan menggunakan skala likert (selalu, sering, kadang-kadang, tidak pernah) untuk memperoleh jawaban yang tegas terhadap suatu permasalahan yang ditanyakan. Skor yang diberikan tergantung pada jenis pernyataan dalam kuesioner ini terbagi atas satu jenis pertanyaan yakni pernyataan yang bersifat negatif. Skor yang diberikan nilai "4" jika jawaban item selalu, nilai "3" jika jawaban item sering, nilai "2" jika jawaban item kadang-kadang nilai "1" jika jawaban item tidak

pernah (Mahanani, 2018). Kuesioner ini sudah dilakukan uji valid dan reliabilitas.Hasil uji validitas didapatkan nilai r hitung (0,377-0,783) > r tabel (0,6319) yang artinya semua item soal pertanyaan valid. Hasil uji reliabilitas nilai *cronbach's* α (0,933) ≥ 0,6 yang artinya kuesioner stress kerja reliabel.

Tabel 3. 3 Aspek Stres Kerja

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah item
Aspek Fisik	Ditentukan berdasarkan tanda dan gejala abnormal yang muncul saat bekerja	1, 2, 3, 4, 5	-	5
Aspek Emosional	Berdasarkan perubahan suasana hati akibat dari pengaruh lingkungan kerja	6, 7,8, 9, 10	-	5
Aspek Interpersonal	Berdasarkan hubungan antar individu, dengan perawat serta dengan kepala ruangan dan juga berhubungan antara perawat serta dengan pasien	11, 12, 13, 14, 15	-	5
Aspek Intelektual	Berdasarkan cara penanganan atau koping terhadap stressor yang sedang dihadapi untuk bagaimana mencari solusi atau jalan keluar	16, 17, 18, 19, 20	-	5
Jumlah		20	0	20

G. Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan responden dan proses pengumpulan karakteristik responden yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2020).

1. **Pengumpulan Data Secara Administrasi**
    a. Sebelum dilanjutkan pada tahap ijin penelitian, Skripsi penelitian diuji etik oleh komisi etik Universitas Ngudi Waluyo untuk mendapatkan *ethical approval*.
    b. Ethical approval digunakan sebagai syarat mendapatkan surat ijin penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Tarakan yang akan ditindaklanjuti oleh kampus Universitas Ngudi Waluyo
    c. Penelitian ini dilakukan setelah mendapatkan surat ijin penelitian dari Universitas Ngudi Waluyo
    d. Permohonan ijin selanjutnya dimohonkan kepada Dinas Kesehatan Kota Tarakan.
2. **Pengumpulan Data Secara Teknis**
    a. Peneliti memperkenalkan diri, tujuan penelituan dan prosedur penelitian.
    b. Jika responden setuju menjadi responden akan diberikan *inform consent* sebagai tanda setuju menjadi responden penelitian
    c. Peneliti memberikan kuesioner dan menjelaskan sedikit cara pengisian kuesioner yang diberikan
    d. Kuesioner dijawab atau diisi di rumah agar tidak menggangu jam bekerja perawat
    e. Kuesioner diberikan pada semua tim sesuai dengan jumlah responden
    f. Setelah kuesioner dijawab, kuesioner diarahkan agar dikumpulkan di ruangan masing-masing

g. Setelah semua responden mengisi kuesioner, peneliti akan melakukan tabulasi data berdasarkan jawaban masing-masing kuesioner.

h. Setelah semua data terkumpul peneliti melakukan tabulasi data kemudian menganalisis data yang sudah didapatkan dengan menggunakan aplikasi pengolahan data yaitu *IBM SPSS Statistic 26.*

H. Pengolahan Data

1. Pengumpulan Data

Pada dasarnya, pengumpulan data adalah proses mendapatkan kumpulan data yang ringkas dari kelompok data mentah dan menggunakan rumus tertentu untuk mendapatkan informasi yang diperlukan. Proses pengolahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. *Editing*

Pada awal proses penyesuaian, peneliti memeriksa dan meninjau kembali jawaban responden. Jika ada kesalahan, responden diminta untuk memperbaikinya.

b. *Coding*

Setelah kuesioner diperiksa untuk kelengkapan, responden diberi kode angka yang sesuai dengan kode yang dibuat oleh peneliti. Tiga instrumen digunakan dalam penelitian ini: instrumen beban kerja dan stress kerja perawat. Setiap instrumen memiliki kode berikut:

1) Skoring Kuesioner

a) 1 = TP: Tidak Pernah

b) 2 = KK: Kadang-Kadang

c) 3 = SR: Sering

d) 4 = SL: Selalu

2) Kuesioner Beban Kerja

a) 1 = Beban Kerja Berat

b) 2 = Beban Kerja Sedang

c) 3 = Beban Kerja Ringan

3) Kuesioner Stress Kerja

a) 1= Stress Ringan

b) 2= Stress Sedang

c) 3= Stress Berat

c. *Entry/Transfering*

Setelah data divalidasi, data dimasukkan secara manual ke dalam komputer, dan hasil dari kuesioner dimasukkan ke dalam tabel bantu software Microsoft Excel. Selanjutnya, data diolah menggunakan sistem komputerisasi dan disimpan untuk kemudahan pemanggilan data apabila diperlukan.

d. *Cleaning*

Segera dilakukan pengecekan ulang jika ada perubahan data yang menyebabkan perbedaan hasil. Ini dilakukan dengan menggabungkan dan memeriksa kembali data yang telah dimasukkan ke dalam kuesioner.

e. Tabulasi

Proses menempatkan data dalam bentuk tabel berdasarkan kebutuhan analisis dikenal sebagai tabulasi (Sanitasari *et al*., 2017).

2. Analisis Data

Data yang telah didapatkan diolah dan dianalisisi dengan menggunakan bantuan program aplikasi analisis data (SPSS versi 26.0). Data yang dianalisis merupakan data Univariat dan Bivariat.

a. Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang dilakukan tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmojo, 2018). Pada Penelitian ini, analisis univariat menunjukkan distribusi frekuensi dari gambaran beban kerja dan tingkat stress kerja.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan antara variabel bebas dan terikat atau korelasi. Analisa bivariat dilakukan untuk melihat ada tidaknya hubungan/pengaruh antara variabel independen dengan variabel dependen yang dilakukan dengan menggunakan prosedur pengujian statistik/uji hipotesis yang bermanfaat dalam pengambilan keputusan tentang suatu hipotesis yang diajukan. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan uji *spearman rank*

untuk mengetahui hubungan kedua variabel tanpa dilakukan uji normalitas data terlebih dahulu karena skala ukur yang digunakan adalah skala ordinal. Jika nilai *p value* < 0,05 maka hasil perhitungan statistik bermakna yang berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen.