

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan komparasi. Dalam penelitian ini peneliti mencoba membedakan stres antara ibu rumah tangga yang bekerja dengan ibu rumah tangga yang tidak bekerja.

#### **B. Variabel Penelitian**

Untuk dapat menguji hipotesa penelitian, terlebih dahulu dilakukan identifikasi variabel yang ada dalam penelitian. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang digunakan yaitu:

1. Variabel terikat (Y) : Stres
2. Variabel bebas (X) : Status ibu rumah tangga
  - a. Ibu rumah tangga yang bekerja
  - b. Ibu rumah tangga yang tidak bekerja

#### **C. Definisi Operasional**

Untuk membatasi ruang lingkup yang hendak diteliti maka penelitian memandang perlu membuat definisi operasional sebagai berikut:

##### **1. Stres**

Stres adalah keadaan yang dialami oleh ibu rumah tangga yang bekerja dan ibu rumah tangga yang tidak bekerja yang terlihat dari perilaku ibu yang sering mengeluhkan gejala biologis seperti pusing, susah tidur, jantung <sup>berdetak</sup> lebih cepat, mudah lelah dan letih, gelisah, dari

gejala psikologis seperti mudah marah, pasrah, mudah cemas, mudah khawatir, dari gejala kognitif dan perilaku seperti mudah lupa, sulit berkonsentrasi, suka terburu-buru, kurang bersemangat, merasa tidak berdaya . Hal ini tergambar dari beberapa gejala yang dikemukakan oleh Davison, Neale & Kring (2006) yaitu biologis, psikologis kognitif dan perilaku. Stres pada ibu rumah tangga yang bekerja dan ibu rumah tangga yang tidak bekerja ditunjukkan oleh skor skala stres.

## **2. Status Ibu Rumah Tangga**

### **a) Ibu rumah tangga yang bekerja**

Yaitu ibu rumah tangga yang selain mengurus suami, anak dan mengerjakan segala pekerjaan rumah setiap hari, ia juga memiliki pekerjaan lain, seperti berwiraswasta atau bekerja dalam berbagai bidang pendidikan, kesehatan, ekonomi, sosial, maupun politik. Mereka bekerja karena ingin mencari tambahan penghasilan untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Disamping itu ia juga ingin mengekspresikan dirinya di tengah keluarga dan masyarakat.

### **b) Ibu rumah tangga yang tidak bekerja**

Yaitu ibu rumah tangga yang mengabdikan seluruh waktunya untuk melayani suami, mendidik anak-anaknya, dan mengurus berbagai macam pekerjaan rumah tangga. Disamping itu mereka juga mengikuti berbagai macam kegiatan sosial seperti menjadi anggota arisan, paguyuban, darma wanita dan lain-lain.

## **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

Menurut Arikunto (2002) populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian. Pada penelitian ini menggunakan penelitian populasi insidental. Populasi dalam penelitian ini adalah

ibu-ibu warga kelurahan Labuh Baru Barat Rw 13, Rt 01 pada bulan Maret 2014, baik yang bekerja di instansi pemerintahan maupun swasta dan ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Subjek penelitian ini berjumlah 104 terdiri dari 49 ibu rumah tangga yang bekerja dan 55 untuk ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Jumlah keseluruhan ibu rumah tangga baik yang bekerja maupun yang tidak bekerja di peroleh langsung dari ketua Rt 01. Subjek diambil berdasarkan insidental.

### **E. Metode Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini penulis mengungkap vareabel stres yang didasarkan pada teori Sarafino (dalam Smet, 1994) dilihat dari gejala biologis, psikologis, kognitif dan perilaku (dalam Davison, Neale & Kring, 2006). Skala stres ini adalah hasil dari modifikasi skala stres dari Smet, (1994) dilihat dari gejala biologis, psikologis, kognitif dan perilaku (dalam Davison, Neale & Kring, 2006) yang telah dimodivikasi dari penelitian Wahyuni (2012). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala stres, model yang digunaka dalam skala stres mengacu pada model skala *likert*. Skala ini terdiri dari *favorable* dan *unfavorable* yang memiliki 4 alternatif pilihan jawaban. Pernyataan favorabel diberikan skor sebagai berikut: Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4, Tidak Sesuai (TS) = 3, Sesuai (S) = 2, dan Sangat Sesuai (SS) = 1. Kemudian pernyataan unfavorabel diberikan skor sebagai berikut: Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1, Tidak Sesuai (TS) = 2, Sesuai (S) = 3, Sangat Sesuai (SS) = 4. Berikut *Blue Print* skala stres:

**Tabel 3.1**  
*Blue Print Skala Stres Sebelum Tryout*

No	Aspek	Indikator	Jml	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Gejala Biologis	a. Aktivitas otak tidak seimbang b. Gangguan tidur c. Gangguan pencernaan d. Mudah lelah dan letih	16	1,7,13,19, 25,31,37, 40,42	4,10,11,16, 22,28,34
2	Gejala Psikologis	a. Perasaan sangat gelisah b. Emosi tidak stabil dan mudah marah c. Pasrah d. Cemas e. Mudah takut dan khawatir	16	2,14,20,26 ,32,38,44	5,8,17,23,29, 35,39,41,43
3	Gejala kognitif dan perilaku	a. Tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi b. Jengkel terhadap orang lain c. Hilangnya energi dan berkurangnya kreativitas dan inovasi d. Tidak berdaya	12	3,9,15,18, 21,27,33	6,12,24, 30,36
Jumlah			44	23	21

### F. Uji coba alat ukur

Dalam rangka mendapatkan data untuk pengujian validitas alat ukur, maka dilakukan uji cobakan kepada 60 ibu rumah tangga, 30 ibu rumah tangga yang bekerja dan 30 ibu rumah tangga yang tidak bekerja, yang dilakukan pada tanggal 30 Mei sampai 15 Juni 2014 bertempat di kelurahan Labuh Baru Barat. Ibu rumah tangga baik yang bekerja maupun yang tidak bekerja yang telah menjadi subjek uji coba ini tidak akan diikutsertakan menjadi subjek riset. Selanjutnya data yang diperoleh akan di proses dengan program SPSS 17 untuk menganalisis secara statistik tingkat kesahihan alat ukur tersebut.

## G. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Menurut Azwar (2000) validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukuran (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu instrumen dinyatakan sah jika instrumen itu mampu mengukur apa saja yang hendak diukurnya, mampu mengungkap apa yang hendak diungkap.

Validitas yang digunakan dalam penelitian adalah validitas isi. Validitas isi bertujuan untuk mengungkap sejauh mana alat ukur layak digunakan untuk mengungkap atribut yang dikehendaki oleh perancang skalanya. Pelaksanaan validitas isi dilakukan dengan menggunakan pertimbangan *professional judgment* yaitu dosen pembimbing.

Dalam penelitian ini, setelah skala stres diuji coba pada sejumlah sampel, lalu peneliti melakukan uji daya beda aitem untuk mendapatkan aitem-aitem yang memenuhi persyaratan. Uji daya beda aitem adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur. Prinsip kerja yang dijadikan dasar untuk melakukan seleksi aitem dalam hal ini adalah memilih aitem-aitem yang fungsi ukurnya selaras atau sesuai dengan fungsi ukur tes sebagaimana yang dikehendaki oleh penyusunnya (Azwar, 2000). Pengujian daya beda aitem ini dilakukan dengan komputasi koefisien korelasi antara distribusi skor pada aitem dengan suatu kriteria yang relevan yaitu skor total tes itu sendiri. Purosedur pengujian ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem total yang dikenal dengan indeks diskriminasi aitem (Azwar, 2001). Uji daya beda ini akan dilakukan pada alat ukur dalam penelitian yaitu skala stres. Setiap aitem pada skala ini menggunakan taraf signifikansi lebih besar dari 0,25.

Dari 44 aitem skala stres yang diujicobakan terdapat 23 aitem yang valid, sedangkan sisanya sebanyak 21 aitem dinyatakan gugur. Rincian item sebelum dan sesudah try out dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 3.2**  
*Blue Print Variabel Stres (Sebelum Try Out)*

No	Aspek	Indikator	Favo	Unvafo	Jumlah
1.	Gejala Biologis	a. Aktivitas otak tidak seimbang	1,7	4,10	4
		b. Gangguan Tidur	13,19,42,	11	4
		c. Gangguan Pencernaan	25,31	16	3
		d. Mudah Lelah dan Letih	37,40	22,28,34	5
2	Gejala Psikologis	a. Perasaan sangat gelisah	2,14	5,8	4
		b. Emosi tidak stabil dan mudah marah	20,32	17,23	4
		c. Pasrah	26	29	2
		d. Cemas	38	35,41	3
		e. mudah takut dan khawatir	44	39,43	3
3	Gejala Kognitif dan Perilaku	a. tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi	3,9,18	6,12,	5
		b. jengkel terhadap orang lain	21	24	2
		c. hilangnya energi dan berkurangnya kreatifitas dan inovasi	27,33	30	3
		d. tidak berdaya	15	36	2
<b>Jumlah</b>			<b>23</b>	<b>21</b>	<b>44</b>

**Tabel 3.3**  
*Blue Print Variabel Stres (Setelah Try Out)*

No	Aspek	Indikator	Favo	Unvafo	Jumlah
1	Gejala biologis	a. Aktivitas otak tidak seimbang	1,7	0	2

		b. Gangguan Tidur	13,19,42	0	3
		c. Gangguan Pencernaan	25,31	0	2
		d. Mudah Lelah dan Letih	37,40	28	3
2	Gejala psikologis	a. Perasaan sangat gelisah	14	0	1
		b. Emosi tidak stabil dan mudah marah	20,32	0	2
		c. Pasrah	26	0	1
		d. Cemas	38	0	1
		e. Mudah takut dan khawatir	44	0	1
3	Gejala kognitif dan perilaku	a. Tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi	3,9,18	0	3
		b. Jengkel terhadap orang lain	21	0	1
		c. Hilangnya energi dan berkurangnya kreatifitas dan inovasi	27,33	0	2
		d. Tidak berdaya	15	0	1
<b>Jumlah</b>			<b>21</b>	<b>1</b>	<b>23</b>

Selanjutnya aitem-aitem yang valid disusun kembali untuk riset yang dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 3.4**  
*Blue Print* Variabel Stres (Untuk Riset)

No	Aspek	Indikator	<i>Favo</i>	<i>Unvafo</i>	Jumlah
1	Gejala biologis	a. Aktivitas otak tidak seimbang	1,3	0	2
		b. Gangguan Tidur	5,9,22	0	3
		c. Gangguan Pencernaan	12,16	0	2
		d. Mudah Lelah dan Letih	19,21	15	3
2	Gejala psikologis	a. Perasaan sangat gelisah	6	0	1
		b. Emosi tidak stabil dan mudah marah	10,17	0	2
		c. Pasrah	13	0	1

		d. Cemas	20	0	1
		e. Mudah takut dan khawatir	23	0	1
3	Gejala kognitif dan perilaku	a. Tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi	2,4,8	0	3
		b. Jengkel terhadap orang lain	11	0	1
		c. Hilangnya energi dan berkurangnya kreatifitas dan inovasi	14,18	0	2
		d. Tidak berdaya	7	0	2
		<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>1</b>	<b>23</b>

## 2. Reliabilitas

Menurut Azwar (2009) reliabilitas sebenarnya mengacu kepada konsistensi, keandalan, keajegan, kestabilan dan keterpercayaan hasil ukur yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Dalam aplikasinya, reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas ( $r_{xy}$ ) yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Apabila koefisien reliabilitas semakin mendekati angka 1,00 maka reliabilitas semakin tinggi, begitu juga sebaliknya.

Untuk mengetahui koefisien reliabilitas ( $r_{xy}$ ) alat ukur dalam penelitian ini maka peneliti menggunakan rumus reliabilitas alpha. Skala yang akan diamati dibelah menjadi dua, sehingga setiap belahan baris aitem dengan jumlah yang sama banyak (Azwar, 2010), dengan rumus sebagai berikut :

$$r = 2 \left[ 1 - \frac{S_1^2 + S_2^2}{S_x^2} \right]$$

Keterangan :

$S_1^2$  dan  $S_2^2$  = Varians skor belahan 1 dan varians skor belahan 2  
= Koefisien reliabilitas alpha



$S_x^2$  = Varians skor skala

Perhitungan ini dilakukan dengan menggunakan komputer program SPSS 17. Dalam aplikasinya, reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada pada rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya, koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2010).

Dari perhitungan dengan menggunakan program SPSS diketahui reliabilitas skala stres adalah 0,850.

#### Reliability Statistik

Cronbach's Alpha	No Items
.850	60

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini reliabel karena angkanya mendekati angka 1,00.

#### H. Analisis data

Data dalam penelitian ini akan dianalisis dengan menggunakan teknik analisa t-Test, merupakan teknik statistik parametris yang digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel yang tidak saling berkorelasi. Dalam penelitian ini jumlah sampel ada 2, yaitu  $n_1$  dan  $n_2$  dan varians homogen ( $T_1^2 = T_2^2$ ). Sehingga digunakan rumus *polled variances* (Azwar, 2010):

$t$
$= \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\dots}$

Keterangan :

$t_0$  = Besarnya koefisien komparatif (t observasi)

$\bar{x}_1$  = Rata-rata Data pada Sampel 1

$\bar{x}_2$  = Rata-rata Data pada Sampel 2

$N_1$  = Jumlah anggota sampel 1

$N_2$  = Jumlah anggota sampel

## I. Jadwal Penelitian

**Tabel 3.5**

Jadwal Dan Lokasi Penelitian

No	Tanggal	Kegiatan
1	27 Januari 2014	Pengajuan sinopsis
2	7 Mei 2014	Seminar proposal
3	30 Mei-15 Juni 2014	Uji coba alat ukur
4	19 Juni-28 Juli 2014	Pelaksanaan penelitian
5	13 Agustus 2014	Seminar hasil
6	17 september 2014	Ujian munaqasah