

## BAB III

### METODE PENELITIAN

Metode Penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.<sup>1</sup> Metode penelitian merupakan suatu cara atau urutan yang akan peneliti lakukan dalam melakukan penelitian. Di sini peneliti akan menguraikan jenis penelitian, desain penelitian, populasi, teknik sampling dan sampel, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, dan analisis data. Adapun penjelasan dan uraian penelitian ini adalah sebagai berikut

#### A. Rancangan Penelitian

##### 1. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan menggunakan data dan rumus statistik tertentu. Penelitian kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka – angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin kita ketahui. Penelitian kuantitatif dapat dapat di laksanakan dengan penelitian deskriptif, penelitian hubungan atau korelasi, penelitian, kuasi eksperimental dan penelitian eksperimental.<sup>2</sup>

Pendekatan kuantitatif ini dipilih oleh peneliti karena pada pendekatan kuantitatif memungkinkan peneliti untuk memperoleh gambaran umum yang

---

Hlm 3 <sup>1</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2016)  
<sup>2</sup> Deni Dermawan, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2013),  
hlm 37

lebih objektif dan terukur , dimana data diolah dan disajikan dalam bentuk angka dan mengeksplor gambaran dan sampel penelitian ini

a. Jenis penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen adalah kegiatan penelitian yang bertujuan untuk menilai pengaruh suatu perlakuan atau tindakan atau treatment.<sup>3</sup>

Alasan peneliti memilih penelitian eksperimen yaitu hal ini sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui keefektifan dari suatu perlakuan yang telah di berikan. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui atau ingin membuktikan apakah terjadi sebuah perubahan ketika treatment tersebut di berikan.

Adapun dalam penelitian ini peneliti ingin menguji apakah dengan Terapi *SEFT* dapat menurunkan *burnout* yang terjadi pada guru PAUD dan juga seberapa besar efektifitas terapi *SEFT* untuk menurunkan *burnout* yang terjadi pada guru PAUD.

Sedangkan Design Eksperimen dalam penelitian yaitu Pre-test Post-test *Control Group Design*(satu kelompok eksperimen, satu kelompok pembanding dengan menggunakan pre-test dan post-test. Pada penelitian ini kelompok Eksperimen berupa guru PAUD yang berada di Kec Sumbergempol terbagi menjadi dua kelompok dengan kriteria yang sama

---

<sup>3</sup>Deni Dermawan, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2013), hlm 226

namun dengan perlakuan yang berbeda. Table mengenai Pre-test Post-test *Control Group Design* adalah sebagai berikut :

**Tabel 3.1**

**Pre-test Post-test *Control Group Design***

Kelompok		Pre-test	Perlakuan	Post-test
Eksperimen	R	O <sub>1</sub>	X	O <sub>3</sub>
Pembanding	R	O <sub>2</sub>	-	O <sub>4</sub>

Keterangan :

R = Random

O = Observasi

X = Perlakuan.<sup>4</sup>

Adapun, tahapan dari Pre-test Post-test *Control Group Design*, sebagai berikut:

a. Kelompok Eksperimen

1. Menentukan Anggota Kelompok
2. Menentukan Jenis Lingkungan ( Alami / Buatan )
3. Melakukan pengukuran Variabel Dependen ( pre- test )
4. Memberikan Stimulus, adapun dalam penelitian ini stimulus yang di berikan adalah dengan memberikan Terapi *SEFT*

---

<sup>4</sup> Riyadlotus Sholihinkeefektifan terapi *SEFT* (*Spritual Emotional Freedom Technique*).....hlm 73

5. Melakukan pengukuran variabel Dependen ( Post -test )
- b. Kelompok pembanding atau kelompok kontrol
1. Menentukan Anggota kelompok
  2. Menentukan jenis Lingkungan ( Alami atau Buatan )
  3. Melakukan pengukuran variabel dependen ( pre- test )
  4. Melakukan pengukuran variabel dependen ( post -test ).<sup>5</sup>

Responden dalam penelitian di bagi menjadi dua kelompok ( dengan syarat- syarat tertentu ) pada kelompok eksperimen akan di berikan stimulus sedangkan pada kelompok pembanding tidak di berikan stimulus.

Pada penelitian ini pembagian kelompok eksperimen akan di berikan syarat – syarat tertentu setelah di ketahui responden memiliki *burnout* yang tinggi, sedangkan pada kelompok pembanding setelah di ketahui responden memiliki *burnout* yang rendah.

## 2. Variabel Penelitian

Menurut Kidder, menyatakan bahwa variabel adalah suatu kualitas dimana peneliti mempelajari dan menarik kesimpulan darinya.<sup>6</sup>

Dari pendapat di atas dapat di tarik kesimpulan bahwa variabel adalahsuatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan

---

<sup>5</sup>Bambang prasetyo dan miftahul jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif*, ( jakarta : PT Grafindo Persada, 2005), hlm 161

<sup>6</sup>Deni Dermawan,*Metode Penelitian Kuantitatif*,..... hlm 109

yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan di tarik kesimpulannya.

Dalam penelitian ini terdapat dua Variabel yaitu Variabel Independen ( Bebas ) dan Variabel Dependen (Terikat )

Adapun pengertian dari Variabel Independen ( Bebas ) dan Variabel Dependen ( Terikat ) adalah sebagai berikut :

### **1. Variabel Bebas (Variabel Independent)**

Variabel independen atau variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen ( terikat ).<sup>7</sup> Dalam penelitian ini yang menjadi variabel Independen adalah Terapi *SEFT*.

### **2. Variabel Terikat (Variabel Dependent)**

Variabel Dependen atau variabel terikat adalah variabel yang di pengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas.<sup>8</sup>Dalam penelitian yang menjadi variabel Dependen adalah *burnout*

## **B. Populasi, Teknik sampling, dan Sampel**

### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karekteristik

---

<sup>7</sup> Deni Dermawan, *Metode Penelitian Kuantitatif*, ..... hlm 109

<sup>8</sup> *Ibid* . hlm 109

tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan di tarik kesimpulannya.

Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dari benda- benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek atau subyek yang di pelajari, tetapi meliputi seluruh karekteristik atau sifat yang di miliki oleh sifat atau obyek itu.<sup>9</sup>

Adapun sampel dalam penelitian ini adalah guruPAUD yang berada di Kec Sumbergempol yang berjumlah 32 orang.

## 2. Teknik Sampling

Tekhnik sampling adalah tekhnik pengambilan sampel yang akan di gunakan dalam penelitian.<sup>10</sup>Terdapat beberapa tekhnik sampling yang di gunakan dalam penelitian yaitu *probality atau random sampling* dan *nonprobality atau non random sampling*. Pada penelitian ini peneliti menggunakan *non random sampling* dengan menggunakan *purposive sampling*.

*Purposive sampling* adalah tekhnik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.<sup>11</sup>Adapun pertimbangan dalam penelitian ini yang menjadi sampel kelompok eksperimen harus memiliki syarat – syarat sebagai berikut :

---

<sup>9</sup>Sugiyono, *Metodologi Penelitian Bisnis*, ( Bandung : Alfabeta CV, 2007 ), hlm 72

<sup>10</sup>Deni Dermawan,*Metode Penelitian Kuantitatif*,..... *ibid*hlm 139

<sup>11</sup>Sugiyono, *Metodologi Penelitian Bisnis*, ..... , hlm 78

1. Guru PAUD di kec Sumbergempol
2. Berjenis kelamin perempuan
3. Memiliki *burnout* yang tinggi
4. Bersedia mengikuti proses terapi sampai selesai
5. Tidak sedang mengikuti terapi lainnya

Sedangkan sampel yang termasuk dalam kelompok pembanding harus memiliki syarat- syarat sebagai berikut :

1. GuruPAUD di Kec Sumbergempol
2. Berjenis kelamin perempuan
3. Memiliki *burnout* yang rendah
4. Bersedia mengikuti proses terapi sampai selesai
5. Tidak sedang mengikuti terapi lainnya.

### **3. Sampel**

Menurut Sugiyono, sampel adalah bagian dari jumlah dan karekteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang di ambil dari populasi itu. Apa yang di pelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan di berlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang di ambil dari populasi harus betul- betul representatif.<sup>12</sup>

---

<sup>12</sup>Sugiyono, *Metodologi Penelitian Bisnis*, .....hlm 73

Menurut Suharsimi Arikunto, rumus yang dapat digunakan untuk pengambilan sampel adalah sebagai berikut:<sup>13</sup>

$$n = 25\% \times N$$

Keterangan:

n = Besar sampel

N = Besar populasi

Dari rumus tersebut dapat di hitung besaran sampel sebagai berikut :

$$n = 25\% \times 32 = 8$$

Dari pengolahan tehnik sampling pada populasi Guru PAUD yang berada di Kec Sumbergempol , jumlah sampel yang di peroleh berjumlah 8 orang. Adapun 8 orang tersebut yang memiliki *burnout* tertinggi akan menjadi kelompok eksperimen, kelompok inilah yang akan di berikan perlakuan , dan 8 orang yang memiliki *burnout* terendah sebagai kelompok pembanding, kelompok pembanding ini tidak akan di berikan sebuah perlakuan atau intervensi.

### C. Kisi-Kisi Instrument

Kisi – kisi penyusunan Instrument yaitu sebuah tabel yang menunjukkan kaitan antara variabel yang di teliti dengan sumber data mana yang akan di ambil, metode yang di gunakan dan instrument yang di susun.

---

<sup>13</sup>Villa, "Populasi, Sampel, Besar Sampel dan Teknik", dalam <http://villavava.blogspot.com>, diakses pada 11 juni 2018 , pukul 19.51 WIB



Instrument dalam penelitian *Burnout* pada Guru PAUD di Kec Sumbergempol menggunakan skala ukur berupa angket mengadopsi dari *Maslach Burnout Inventory* (MBI) di rancang untuk dapat mengukur *burnout* pada Guru PAUD di Kec Sumbergempol.

Dalam penyajian skala MBI Menggunakan bahasa Inggris, oleh sebab itu untuk memudahkan proses penelitian, peneliti menggunakan MBI yang di ambil dari penelitian yang sudah menggunakan MBI berbahasa Indonesia yaitu skripsi yang berjudul “ Hubungan Antara kelebihan Beban Kerja dengan Job Burnout Pada Karyawan”. Adapun kisi – kisi Instrumen Skala MBI pada penelitian tersebut yaitu sebagai berikut.<sup>14</sup>

**Tabel 3.2**

**Kisi – Kisi Instrumen Penelitian**

No	Pembagian Item		
	Dimensi	Item	Jumlah
1	Kelelahan Emosional	1,2,3,6,8,13, 14, 16, dan 20	9
2	Dipersonalisasi	5, 10, 11, 15, dan 22	5
3	Pencapaian pribadi	4,7,9,12,17, 18,19 dan 21	8
Total Item			22

<sup>14</sup>Agung Ari S. *Hubungan Antara Kelebihan Beban Kerja dengan Job Burn out pada Karyawan*, (UIN Maulana Malik Ibrahim :Skripsi Tidak diterbitkan, 2014), hlm. 69

Namun setelah di uji cobakan oleh peneliti terdahulu pada skripsi yang berjudul “ Hubungan Antara kelebihan Beban Kerja dengan Job Burnout Pada Karyawan” ada beberapa item skala MBI ( *Maslach Burnout Inventory* ) yang telah gugur, dari 22 item tersebut ada 9 item yang gugur, sehingga item yang valid pada skala MBI ( *Maslach Burnout Inventory* ) dapat di lihat pada tabel berikut

**Tabel 3.3**

**Item Valid *job burnout***

No	Indikator	Item Valid	Item Gugur	Jumlah
1	Kelelahan Emosional	1,2,3,6,13,14,20	8,16	9
2	Depersonalisasi	11	5,10,15,22	5
3	Pencapaian pribadi	4,9,12,17,21	7,18,19	8
<b>Jumlah</b>		<b>13</b>	<b>9</b>	<b>22</b>

pada penelitian ini peneliti memakai instrument MBI (*Maslach Burnout Inventory* ) yang berjumlah 13 item yang telah teruji ke validanya pada penelitian sebelumnya yaitu Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara kelebihan Beban Kerja dengan Job Burnout Pada Karyawan”

#### **D. Instrumen Penelitian**

Menurut Emory, pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran terhadap fenomena sosial maupun alam. Meneliti dengan

data yang sudah ada lebih tepat kalau dinamakan membuat laporan dari pada melakukan penelitian. Namun dalam skala yang paling rendah laporan juga dapat dinyatakan sebagai bentuk penelitian. Pada dasarnya meneliti adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian biasa di namakan instrument penelitian.<sup>15</sup>

Jadi Instrumen Penelitian adalah suatu alat ukur yang akan di gunakan dalam penelitian untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang sedang di amati oleh peneliti. Instrument penelitian yang akan di gunakan untuk penelitian ini adalah angket atau kuesioner yang di adopsi dari *Maslach Burnout Inventory* ( MBI ).

Dalam Instrumen tersebut skala pengukuran yang akan di gunakan dalam penelitian ini adalah skala rating atau *rating scale*. Rating atau skala bertingkat adalah suatu ukuran obyektif yang di buat berskala. Walaupun bertingkat ini menghasilkan data yang kasar, tetapi cukup memberikan informasi tertentu program atau orang. Instrument ini dapat di gunakan dengan mudah memberikan gambaran penampilan, terutama penampilan di dalam orang menjalankan tugas, yang menunjukkan frekuensi munculnya sifat – sifat.<sup>16</sup>

Nilai pada *rating scale* dalam penelitian ini, nilai terendah adalah 0 yang berarti subyek tidak pernah mengalami perasaan atau situasi yang

---

<sup>15</sup>Sugiyono, *Metodologi Penelitian Bisnis*, .....hlm 97

<sup>16</sup>Suharismi Arikunto, *prosedur penelitian*, ( Jakarta : PT RINEKA CIPTA, 2010), hlm 201

di gambarkan, dan nilai tertinggi adalah nilai 6 yang berarti subyek setiap hari mengalami perasaan tersebut sesuai yang di gambarkan. Adapun penilaian yang di berikan adalah dalam skala *burnout* kerja yaitu :

**Tabel 3.4**

**Table Penilaian Skala *Burnot***

No	Keterangan	Nilai
1	Tidak Pernah	0
2	Beberapa kali dalam setahun atau kurang	1
3	Sekali dalam sebulan atau kurang	2
4	Beberapa kali dalam sebulan	3
5	Satu kali seminggu	4
6	Beberapa kali dalam seminggu	5
7	Setiap hari	6

Skor tertinggi dalam skala *burnout* ini adalah 78 dan skor terendah yang diperoleh adalah 0. Masing- masing pernyataan di beri nilai 0 – 6. Sehingga di peroleh nilai tertinggi 78 dan nilai terendah adalah 0. Dari skor tersebut, peneliti membuat panjang kelas interval yaitu 26.

Berikut adalah table klasifikasi kelas Interval *burnout*.

Table 3.5

**Kelas Interval *burnout***

No	Interval	Klasifikasi
1	26-0	Rendah
2	52-26	Sedang
3	78-52	Tinggi

**E. Sumber Data**

Menurut SuharismiArikunto Sumber data adalah tempat di mana data tersebut dapat di peroleh guna untuk melakukan pengamatan lebih lanjut.<sup>17</sup>

Adapun dalam penelitian ini sumber data yang di peroleh yaitu berupa data primer dan data sekunder.

- a. Data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data pada pengumpul data.<sup>18</sup> Data primer dalam penelitian ini berupa Angket atau Kuesioner yang mengadopsi dari *Maslach Burnout Inventory* ( MBI ) dengan di isi oleh responden penelitian.
- b. Sumber data Sekunder adalah sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data misalnya lewat orang lain atau dokumen.<sup>19</sup> Data Sekunder dalam penelitian ini berupa

---

<sup>17</sup>Suharismi Arikunto, *prosedur penelitian*, .....hlm 49

<sup>18</sup>Sugiyono, *Metodologi Penelitian Bisnis*, .....hlm 129

<sup>19</sup>*Ibid* hlm 129

data – data, arsip atau dokumen yang di butuhkan dalam penelitian.

## **F. Teknik Pengumpulan Data**

Sesuai dengan data yang di butuhkan dalam penelitian, adapun tehnik pengumpulan data pada penelitian ini berupa :

### 1. Langkah-langkah penelitian dan tehnik pengumpulan data

Adapun langkah dalam tehnik pengumpulan data kali ini berupa Observasi, Wawancara, Angket ( Kuesioner ) dan dokumentasi.

#### a. Observasi

Observasi adalah dengan sengaja dan sistematis mengamati aktivitas individu lain.<sup>20</sup> Dalam observasi proses yang terpenting adalah proses proses pengamatan dan ingatan.

Pada penelitian ini menggunakan Observasi guna mengamati perilaku dalam pemberian terapi *SEFT* sebelum terapi, proses terapi dan sesudah di berikan terapi.

#### b. Wawancara

Wawancara adalah metode yang mendasarkan diri kepada laporan verbal dimana terdapat hubungan langsung antara si

---

<sup>20</sup>Uswah Wardiana, *Psikologi Umum*, ( Tulungagung : PT Bina Ilmu, 2004 ), hlm 24

penyelidik dan subyek yang di selidiki. Jadi dalam metode ini ada *face to face relation* antara si penyelidik dan yang di selidiki.<sup>21</sup>

Pada penelitian ini wawancara di lakukan kepada beberapa guru PAUD yang berada di Kec Sumbergempol guna memperoleh informasi mengenai latar belakang, permasalahan – permasalahan yang di alami oleh guru PAUD yang ada di Kec Sumbergempol sebelum penelitian ini di lakukan.

c. Angket ( Kuesioner )

Angket atau kuesioner adalah tehnik pengumpulan data yang di lakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan tertulis kepada responden untuk di jawabnya.<sup>22</sup>

Adapun Angket Kuesioner pada penelitian ini untuk mengukur *burnout* tkerjayang di alami oleh guru PAUD yang berada di Kec Sumbergempol. Angket kuesioner yang di gunakan dalam penelitian ini adalah skala rating atau *rating scale* yang mngadopsi dari angket *Maslach Burnout Inventory* (MBI ) untuk mengukur *burnout* kerja pada guru PAUD yang ada di Kec Sumbergempol.

---

<sup>21</sup>Uswah Wardiana, *Psikologi Umum*, .....hlm 22

<sup>22</sup>Sugiyono, *Metodologi Penelitian Bisnis*, ..... ,hlm 136

d. Dokuumentasi

Dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal – hal yang berupa catatan, transkrip buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, foto, kalender, agenda dan sebagainya.<sup>23</sup>

Adapun dalam penelitian ini data – data Dokumentasi yang di lakukan peneliti pada penelitian ini berupa foto- foto kegiatan selama proses penelitian ini di lakukan.

2. Jadwal dan pengumpulan Data

Adapun jadwal pengumpulan data dalam penelitian ini adalah

. **Tabel 3.6**

**Jadwal pengumpulan data dalam penelitian**

No	Tanggal	Kegiatan	Waktu
1	5 februari 2018	Observasi terhadap masalah yang sering di alami oleh guru PAUD di Kec Sumbergempol.	
2	12 februari 2018	Wawancara dengan beberapa guru PAUD mengenai permasalahan yang di alaminya, hasil wawancara ini digunakan untuk menyusun latar belakang penelitian ini.	
3	15 mei 2018	Mengantar surat izin penelitian yang di tujukan kepada UPT Dinas Pendidikan Pemuda dan OlahragaKec Sumbergempol.	
4	05 juni 2018	Pengisian kuesioner populasi penelitian dan pre-testsample penelitian.	
5	06 juni 2018	Pembagian kelompok Eksperimen dan	

<sup>23</sup>Suharismi Arikunto, *prosedur penelitian*, ..... hlm 274



		kelompok pembanding.	
6	07 juni 2018	Pelaksanaan terapi sesi 1 1. Perkenalan 2. Penjelasan mengenai <i>burnout</i> 3. Penjelasan mengenai terapi <i>SEFT</i> . 4. Penjelasan hubungan terapi <i>SEFT</i> dengan <i>burnout</i> pada Guru PAUD. 5. Kontrak forum 6. Proses terapi <i>SEFT</i> 7. Evaluasi	
7	08 juni 2018	Pelaksanaan Terapi Sesi 2 1. Menceritakan atau mereview hasil yang di rasakan klien pada proses terapi 1. 2. Proses terapi <i>SEFT</i> . 3. Evaluasi	
8	09 juni 2018	Pelaksanaan Terapi Sesi 3 1. Menceritakan atau mereview kembali hasil yang di rasakan klien pada proses terapi 2. 2. Proses terapi <i>SEFT</i> . 3. Evaluasi	
9	10 juni 2018	Pelaksanaan terapi Sesi 4 1. Post test untuk kelompok pembanding 2. Mereview hasil terapi sesi 3 3. Proses terapi <i>SEFT</i> 4. Evaluasi 5. Post test untuk kelompok pembanding.	

## G. Analisis Data

Teknik analisa dalam penelitian ini menggunakan uji statistik karena uji statistik di gunakan untuk mengolah data informasi kuantitatif. Untuk menganalisis data yang telah terkumpul maka peneliti menggunakan analisis korelasional dalam menguji hipotesis. Akan tetapi sebelum sampai pada pengujian hipotesis maka dilakukan dahulu uji validitas dan uji

reliabilitas. Pengujian validitas dan reliabilitas ini dilakukan untuk melihat valid dan konsistennya indikator penelitian.

Adapun, dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis data kuantitatif, analisis data kuantitatif adalah kegiatan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.<sup>24</sup> Adapun beberapa teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah :

#### 1. Uji Instrumen

Sebelum melakukan penelitian, perlu adanya pengujian instrumen (alat ukur) berupa uji validitas dan reliabilitas guna menentukan kelayakan alat ukur sebelum dilakukan penelitian. Adapun pengujian validitas dan reliabilitas pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

##### a. Uji Validitas

Menurut Arikunto, Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahan suatu instrument. Sebuah instrument dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas

---

<sup>24</sup>Sugiyono, *Metodologi Penelitian Bisnis*, ..... hlm 142

menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud”.<sup>25</sup>

Taraf Signifikansi yang di pakai sebesar 5% , tingkat kepercayaan 95 % Rumus yang di gunakan untuk uji validitas dapat di gunakan rumus *product moment* sebagai berikut :

$$r_{hitung} = \frac{n (\sum XY) - (\sum X) (\sum Y)}{\sqrt{[n(\sum X^2) - (\sum X)^2] [n (\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

$n$  = Jumlah responden

$x$  = Skor Variabel ( Jawaban responden )

$y$  = Skor total dari variabel untuk responden ke  $n$

Menurut Santoso, dasar pengambilan keputusan untuk menentukan suatu instrumen dapat dikatakan valid atau tidak adalah dengan melihat  $r$  hasil untuk setiap item (variabel) yang dapat dilihat pada kolom *Correted Item-Total Correlation*, kemudian membandingkan yaitu :

- 1) Jika  $r$  hasil positif, serta  $r_{hasil} > r_{tabel}$ , maka butir atau variabel tersebut valid.
- 2) Jika  $r$  hasil tidak positif, serta  $r_{hasil} < r_{tabel}$ , maka butir atau variabel tersebut tidak valid.<sup>26</sup>

---

<sup>25</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hlm. 160.

Uji validitas instrumen pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 20. Adapun kriteria pengujian skala sebagai berikut:

- 1) Jika  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  (uji 2 sisi dengan sig. 0,05) maka instrumen atau item-item pernyataan berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan valid)
- 2) Jika  $r_{hitung} \leq t_{tabel}$  (uji 2 sisi dengan sig. 0,05) maka instrumen atau item-item pernyataan tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan tidak valid).

Dari hasil perhitungan tersebut nantinya akan terlihat bagian instrument yang memiliki korelasi yang tinggi dan korelasi yang rendah. Jika hasil korelasinya rendah maka instrument yang di gunakan tersebut kurang baik, sehingga memerlukan kajian ulang lagi

#### b. Uji reliabilitas

Menurut Syofian Siregar, Realibilitas adalah untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten, apabila di lakukan dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat pengukur yang sama pula.<sup>27</sup>

Kriteria suatu instrument penelitian di katakana reliabel dengan menggunakan tehnik *alpha croncbach*, bila koefesien reliabilitas

---

<sup>26</sup>Singgih Santoso dan fandy tjipto, *Riset pemasaran: Konsep damn Aplikasi dengan SPSS*. (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo), Hlm. 210.

<sup>27</sup>Syofian Siregar, *Statiska Deskriptif untuk penelitian*, ( Jakarta :Rajawali press, 2014), hlm

$(r_{11}) > 0,6$ . adapun untuk perhitungan uji reliabilitas dengan menggunakan tehnik *alpha croncbach* dapat menggunakan rumus sebagai berikut :

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

dimana :

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi *Product Moment*.

X = Jumlah skor tiap aitem.

Y = Jumlah skor total item.

N = Jumlah sampel

Item – item yang di gunakan dalam *burnoutkerjaitu* sendiri yang telah mengadopsi dari skala MBI ( *Maslach Burnout Inventory* ).

## 2. Uji Asumsi Dasar

Uji asumsi dasar di gunakan untuk mengetahui pola dan variam serta kelineritasan dari suatu populasi ( data ) apakah populasi atau data berdistribusi normal atau tidak, atau juga uji juga dapat di gunakan untuk

mengetahui apakah populasi mempunyai beberapa varian yang sama, serta untuk menguji kelinearitasan data.<sup>28</sup>

a. Uji Normalitas

Menurut Syofian Siregar, tujuan dilakukan uji normalitas terhadap serangkaian data adalah untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak bila data berdistribusi normal, maka dapat di gunakan uji statistik berjenis parametrik, sedangkan bila data tidak berdistribusi normal, maka di gunakan uji statistik non parametrik.<sup>29</sup>

Pada penelitian ini untuk mengujian normalitas menggunakan pengujian Kolmogorov Smirnov, yaitu metode pengujian normalitas yang efektif dan valid digunakan untuk sampel berjumlah kecil. Dalam penelitian ini subjek penelitian berjumlah 16 orang. Sehingga pengujian normalitas menggunakan Kolmogorov Smirnov sangat cocok untuk penelitian ini. Untuk mempermudah pengujian, peneliti menggunakan bantuan aplikasi SPSS Versi 20 untuk melakukan analisis normalitas instrumen ini. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah :

1. Jika probabilitas (sig ) signifikansi  $> 0,05$ , maka data berdistribusi normal

---

<sup>28</sup>Syofian Siregar, *statistik parametrik untuk penelitian kuantitatif*, ( Jakarta : PT Bumi Aksara, 2014), hlm 153

<sup>29</sup>Syofian Siregar, *statistik parametrik untuk penelitian kuantitatif*, .....hlm 153

2. Jika probabilitas ( sig ) signifikansi  $< 0,05$ , maka data tidak berdistribusi normal.<sup>30</sup>

Pada penelitian ini uji normalitas dihitung menggunakan uji *one sample kolmogrov-smirnov* dengan taraf sig. 0,05. Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) versi 20

b. Uji Homogenitas

Menurut Priyatno, homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian dalam populasi sama atau tidak. Sebagai kriteria pengujian , jika nilai sig.  $> 0,05$  maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok adalah sama. Begitu pula sebaliknya.<sup>31</sup>

Pada penelitian ini uji homogenitas dihitung menggunakan one way anova dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) versi 20.

3. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu :

a. Uji beda kelompok eksperimendan kelompok kontrol

Langkah dalam mengetahui perbedaan pengisian isi kuesioner pada tahapan pre-test dan pos-test kelompok eksperimen dan kelompok

---

<sup>30</sup>Syofian Siregar, *statistik parametrik untuk penelitian kuantitatif*, ..... hlm 256

<sup>31</sup>Dwi Priyatno, *Mandiri Belajar SPSS Untuk Analisis dan Uji Statistik*, (Yogyakarta : Media Kom. 2008), hlm .31

pembandingan maka digunakan teknik analisis uji *mann whitney*. *mann whitney* adalah suatu teknik analisis data yang digunakan untuk uji dua sampel yang tidak berpasangan atau tidak berhubungan satu sama lain dan merupakan salah satu bagian dari statistik nonparametrik.<sup>32</sup>

. Dari pengertian tersebut, uji *Mann Whitney* sesuai dengan data penelitian ini, yaitu :

- 1) Subyek penelitian ini kurang dari 30 subyek, yaitu 16 subyek. Sehingga normalitas data tidak berdistribusi normal.
- 2) Subyek penelitian ini terdiri dari 2 kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.
- 3) Penelitian ini termasuk pengukuran data bertingkat (data ordinal)

Peneliti menggunakan bantuan SPSS Versi 20 dengan kriteria pengambilan keputusan hasil analisis SPSS sebagai berikut :

- 1) Jika nilai asymp. Sig. (2-tailed) < 0,05 maka hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan.
- 2) Jika nilai asymp. Sig. (2-tailed) > 0,05 maka hasil menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan.<sup>33</sup>

b. Uji beda pre tes dan post test kelompok Eksperimen

---

<sup>32</sup>Sahid Raharjo, "Cara Uji Mann Whitney dengan SPSS Lengkap", dalam [www.konsistensi.com](http://www.konsistensi.com), diakses 11 Februari 2018, pukul 19.30 WIB

<sup>33</sup>Riyadlotus Sholihin, *keefektifan terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) untuk meningkatkan Self Control pada Anak penyandang Masalah Sosial ( Anak Terlantar ) Usia Remaja di UPT Perlindungan dan pelayanan Sosial Asuhan Anak Trenggalek Asrama Kediri*, ( Tulungagung : Skripsi tidak diterbitkan, 2018 ), .hlm 91



Untuk mengetahui perbedaan pengisian kuesioner pada saat *pre test* dan *post test* dari kelompok eksperimen maka digunakan teknik analisis uji *wilcoxon signed ranks test*. *wilcoxon signed ranks test* adalah salah satu teknik uji non parametrik untuk mengukur signifikansi perbedaan antara dua kelompok berpasangan.

Adapun syarat penggunaan uji *wilcoxon signed ranks test*, sebagai berikut :

- 1) Jika nilai Asymp. Sig. (2-tailed) lebih kecil dari  $<0.05$ , maka  $H_a$  diterima.
- 2) Jika nilai Asymp. Sig. (2-tailed) lebih besar dari  $> 0.05$ , maka  $H_a$  ditolak.

Teknik analisis data ini dihitung dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20.

#### c. Tingkat Efektifitas Terapi *SEFT*

Untuk mengetahui seberapa besar tingkat Efektifitas terapi *SEFT* terhadap penurunan *burnout* pada Guru PAUD di Kec Sumbergempol maka di gunakan sumbangan efektif terhadap regresi linier. Sumbangan efektif regresi linier digunakan untuk melihat seberapa besar kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat.

Untuk itu, Kriteria yang di gunakan untuk penentuan dalam menggunakan efektif regresi linier, sebagai berikut :

- 1) Apabila teknik analisis data hanya terdiri dari satu sampai dua variabel bebas maka yang digunakan adalah hasil hitung *R Square*.
- 2) Apabila jumlah variabel bebasnya lebih dari dua maka lebih menggunakan *Adjusted R Square* yang nilainya selalu lebih kecil dari *R Square*.<sup>34</sup>

Teknik analisis data ini dihitung dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20.

---

<sup>34</sup>Riyadlotus Sholihin, *keefektifan terapi SEFT (Spritual Emotional Freedom Technique ) untuk meningkatkan Self Control pada Anak penyandang Masalah Sosial ( Anak Terlantar ) Usia Remaja di UPT Perlindungan dan pelayanan Sosial Asuhan Anak Trenggalek Asrama Kediri.....* hlm 94