

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Penelitian ini bersifat deskriptif korelasional dan menggunakan rancangan penelitian *cross-sectional*. Penelitian *cross-sectional* adalah jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau obeservasi data variabel independen dan dependen dalam satu waktu atau hanya satu kali pada satu saat (Nursalam, 2015).

Penelitian deskriptif adalah metode yang dilakukan peneliti untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya akan dicantumkan dalam bentuk laporan penelitian (Arikunto, 2010).

Korelasi adalah suatu metode yang digunakan peneliti untuk menghubungkan antara unsur dengan unsur lainnya untuk menciptakan bentuk dan wujud baru yang berbeda dari sebelumnya (Sugiyono, 2010). Penelitian deskriptif korelasional dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan stres kerja dengan terjadinya obesitas pada pekerja guru.

## **B. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi Penelitian**

Populasi adalah keseluruhan subjek yang akan diteliti (Notoadmojo, 2012). Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 63 guru di SMK Muhammadiyah 1 Salam.

### **2. Sampel Penelitian**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2010). Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik total sampling yaitu dengan mengambil dari keseluruhan populasi. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 63 guru di SMK Muhammadiyah 1 Salam.

#### **a. Kriteria Inklusi**

Kriteria inklusi merupakan ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sample (Notoatmodjo, 2012). Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu bersedia menjadi sampel penelitian atau responden.

#### **b. Kriteria Eksklusi**

Kriteria eksklusi merupakan kriteria subjek yang tidak boleh ada serta subjek tersebut harus dikeluarkan. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu, guru yang sedang mendapatkan tugas di luar kota atau di luar SMK Muhammadiyah 1 Salam selama proses

pengambilan data dilakukan, dan menderita sakit sehingga tidak bisa mengisi kuisioner.

### **C. Lokasi dan Waktu Penelitian**

#### 1. Lokasi penelitian

Berdasarkan survei pendahuluan terdapat banyak guru yang mengalami stres kerja dan obesitas di SMK Muhammadiyah 1 Salam, maka penelitian ini dilakukan di SMK Muhammadiyah 1 Salam.

#### 2. Waktu Penelitian

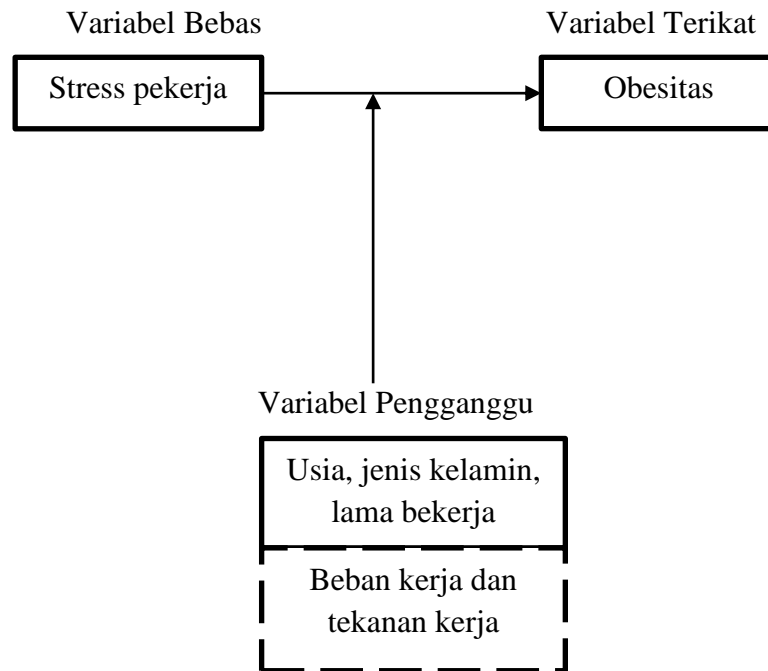
Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2019.

### **D. Variabel Penelitian**


#### 1. Variabel Penelitian dalam penelitian ini adalah :


- a. Variabel *Independent* (variabel bebas) dalam penelitian ini adalah stres kerja.
- b. Variabel *Dependent* (variabel terikat) dalam penelitian ini adalah obesitas pada pekerja guru.
- c. Variabel pengganggu dalam penelitian ini adalah : Usia, jenis kelamin, dan lama bekerja

## d. Hubungan antara variabel



Keterangan gambar :

 : Variabel yang diteliti

 : Variabel yang tidak diteliti

## E. Definisi Operasional

Tabel 2.1 Definisi Operasional Penelitian

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Obesitas	Kondisi dimana adanya akumulasi lemak yang berlebih pada jaringan tubuh sehingga menyebabkan seseorang tersebut mengalami kegemukan dan dapat mengganggu kesehatan.	- Timbangan injak manual - Microtoise	- Menimbang berat badan dan tinggi badan guru - Menghitung IMT : $\frac{BB(kg)}{TB^2(m)}$	Hasil penghitungan IMT  Hasil Kategori : - Kurus : < 18,5 - Normal: $\geq 18,5-24,9$ - Gemuk: $\geq 25,0$ - < 27 - Obesitas: $\geq 27,0$	Ordinal
2	Stres Kerja	Suatu tekanan yang dirasakan oleh seseorang akibat ketidakseimbangan antara beban kerja, kapasitas kerja, dan lingkungan kerja.	Kuisisioner stres kerja	- Mengisi lembar kuisisioner	Tingkat Stres : 1. Tinggi = $31,13+4,75 \geq X$ 2. Sedang = $31,13-4,75 \leq X < 31,13+4,75$ 3. Rendah = $X < 31,13-4,75$ (Suryaningrum, 2015)	Ordinal

## F. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini adalah kuisisioner yang terdiri dari :

a. Data demografi

Data demografi responden meliputi usia, jenis kelamin, dan lama bekerja.

b. Stres kerja

Pengukuran tingkat stres menggunakan kuisioner stres kerja yang dikembangkan dari Tery dan John dalam Suryaningrum (2014) tentang stres kerja pada pekerja, kuisioner mengenai stres kerja dikembangkan oleh peneliti dan dilakukan uji validasi dan reliabilitas. Skala pengukuran dalam kuisioner ini menggunakan skala *Likert*, dengan skor sebagai berikut :

Tabel 2.2 Nilai Skor Kuisioner Stress Kerja

<b>Pertanyaan Positif (+)</b>	<b>Skor</b>	<b>Pertanyaan Negatif (-)</b>	<b>Skor</b>
Sangat Setuju (SS)	5	Sangat Tidak Setuju (STS)	5
Setuju (S)	4	Tidak Setuju (TS)	4
Kurang Setuju (KS)	3	Kurang Setuju (KS)	3
Tidak Setuju (TS)	2	Setuju (S)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat Setuju (SS)	1

Kuisioner tersebut dilakukan uji CVI (*Content Validity Index*), pengujian CVI ini akan dilakukan kepada 3 pakar yaitu dosen ahli yang sesuai dengan ahlinya untuk mendapatkan CVI. CVI didapatkan menggunakan nilai yang diberikan oleh pakar dalam memberikan skor 1-4 dengan kriteria (1 : tidak sesuai, 2 : kurang sesuai, 3 : sesuai, 4 : sangat sesuai) skor tersebut akan diberikan pada masing-masing item. Kuisioner dikatakan valid jika nilai CVI >0,8 (Pollit dan Beck dalam Hendryadi (2017)).

c. Alat pengukur IMT (Indeks Masa Tubuh)

Pengukuran IMT menggunakan timbangan injak manual untuk mengukur berat badan, dengan kapasitas berat badan 150 kg, merk Gea Medical yang diuji kalibrasi di Badan Metrologi Yogyakarta dengan hasil lulus uji kalibrasi. Pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoise* 1,5 meter, merk Gea Medical. Perhitungan IMT (Indek Masa Tubuh) menggunakan *soft ware* SPSS 16.0.

## **G. Uji Validitas dan Reabilitas**

### **1. Uji Validitas**

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen berupa kuisisioner. Instrumen yang digunakan peneliti meliputi kuisisioner stres kerja dari Tery dan John dalam Suryaningrum (2014) tentang stres kerja, dan dikembangkan oleh peneliti sesuai dengan variabel yang akan diteliti. Hasil uji CVI (*Content Validity Index*) dengan 3 pakar ahli yaitu 0,93. Sebanyak 20 dari 22 pertanyaan kuisisioner stress kerja yaitu valid. Hasil uji validitas dengan responden sebanyak 30 guru di SMK N 2 Godean yaitu dengan  $r$  table 0,361. Uji valid menggunakan Pearson dikatakan valid jika  $r$  hitung  $>$   $r$  table. Sebanyak 12 pertanyaan kuisisioner stress kerja dikatakan valid.

### **2. Uji Reliabilitas**

Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan Alpha Cronbach's. Hasil uji reliabilitas dengan Alpha Cronbach,s adalah 0,894. Hasil tersebut berarti seluruh item kuisisioner stress kerja reliable dan memiliki reliabilitas yang kuat.

## H. Cara Pengumpulan Data

### a. Tahap Persiapan :

- 1) Menyusun proposal penelitian dengan mengajukan judul proposal penelitian kepada dosen pembimbing
- 2) Peneliti melakukan survei pendahuluan di SMK Muhammadiyah 1 Salam
- 3) Menentukan sampel untuk mendapatkan responden yang sesuai dengan keinginan peneliti.
- 4) Peneliti menentukan instrumen penelitian.
- 5) Peneliti melakukan seminar proposal penelitian.
- 6) Peneliti melakukan uji etik untuk mendapatkan izin penelitian.
- 7) Peneliti melakukan izin penelitian di SMK Muhammadiyah 1 Salam.

### b. Tahap Pelaksanaan :

- 1) Peneliti meminta waktu untuk pengambilan data di ruang guru saat jam istirahat
- 2) Peneliti dibantu oleh asisten untuk mengukur berat dan tinggi badan responden
- 3) Peneliti meminta persetujuan (*informed consent*) dan membagikan kuisisioner kepada responden. Tidak terdapat responden yang menolak saat diberikan kuisisioner.



- 4) Peneliti menjelaskan bagaimana cara mengisi kuisisioner kepada responden. Cara pengisian kuisisioner yaitu diberi centang pada kolom yang sudah disediakan berdasarkan pribadi masing-masing.
- 5) Peneliti mengumpulkan kuisisioner dan mencatat data yang telah didapatkan. Sebanyak 63 kuisisioner beserta data hasil tinggi badan dan berat badan didapatkan oleh peneliti.

c. Tahap terakhir :

- 1) Peneliti memeriksa kembali kelengkapan pengisian kuisisioner dan pengukuran BB (Berat Badan) dan TB (Tinggi Badan). Sebanyak 63 kuisisioner stress kerja yang diisi oleh responden beserta data berat badan dan tinggi badan responden yaitu lengkap.
- 2) Peneliti melakukan analisa univariat dan bivariat.
- 3) Peneliti membuat hasil dan pembahasan penelitian.
- 4) Peneliti melakukan uji hasil

## **I. Pengolahan Data dan Analisa Data**

### 1. Pengolahan Data

Data yang telah diperoleh dari hasil pengisian kuisisioner yang telah dibagikan kepada responden selanjutnya diolah dengan langkah-langkah sebagai berikut :

#### *a. Editing*

Peneliti memeriksa kebenaran dan kelengkapan pengukuran IMT (Indeks Masa Tubuh) dan lembar kuisisioner yang telah diisi oleh

responden. Pemeriksaan kelengkapan data yaitu dengan cara melakukan pengecekan satu persatu pada kuisisioner stress kerja.

*b. Coding*

Coding dalam penelitian merupakan langkah untuk merubah data dengan pemberian kode dari data yang berbentuk huruf ke dalam data angka variabel. Coding dalam penelitian ini yaitu dengan cara mengklasifikasi jawaban dari responden kedalam beberapa kategori setelah semua jawaban dari responden terkumpul. Data yang di coding yaitu :

a) Jenis Kelamin :

1. Wanita
2. Pria

b) Usia :

1. Remaja Akhir (17- 25)
2. Dewasa Awal (26-35)
3. Dewasa Akhir (36-45)
4. Lansia Awal (46-55)
5. Lansia Akhir (56-65)

c) Lama Bekerja :

1. Baru (<3 tahun)
2. Lama (>3 tahun)

d) IMT :

1. Berat Badan Kurang (< 18,5)

2. Normal ( $\geq 18,5 - 24,9$ )
3. Berat Badan Lebih ( $\geq 25,0 - < 27$ )
4. Obesitas ( $\geq 27,0$ )

e) Stres Kerja :

1. Ringan ( $< 26$ )
2. Sedang (27-35)
3. Berat ( $\geq 36$ )

c. *Data Entry atau Processing*

Peneliti memasukan data ke dalam program atau software statistik komputer yaitu menggunakan SPSS 15.0 untuk menganalisis data lebih lanjut dan peneliti memproses data tersebut.

d. *Cleaning*

Peneliti melakukan pengecekan kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan dalam pemberian kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya. Setelah dilakukan pengecekan dilakukan koreksi atau pembetulan pada data tersebut.

2. Analisa Data

Teknik analisa yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan teknik analisi univariat (deskriptif) dan bivariat (kolerasi).

a. Analisa Univariat

Penelitian menggunakan analisa univariat yaitu untuk menjelaskan atau mendiskripsikan distribusi pada setiap variabel

penelitian dan akan menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel (Nursalam, 2014). Variabel data demografi, stres dan obesitas ini akan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan presentase.

b. Analisa Bivariat

Analisa dalam bentuk bivariat digunakan untuk menghubungkan antara variabel stres dengan obesitas. Skala variabel dalam penelitian ini adalah ordinal-ordinal, sehingga peneliti dalam menentukan uji koleratif dengan menggunakan *Rank Spearman*. Menurut Hasan dalam Lestari dan Rukiyah (2015) rumus koefisien Spearman ( $r^2$ ) digunakan pada analisis kolerasi sederhana untuk variabel ordinal-ordinal

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan software statistik yaitu menggunakan SPSS 15.0 untuk membantu pengujian terhadap ada atau tidaknya hubungan antara variabel dan perhitungan besarnya nilai koefisien kolerasi. Jika nilai signifikan  $>0.05$  maka  $H_0$  diterima, dan jika nilai signifikan  $<0.05$  maka  $H_0$  ditolak.

**J. Etika Penelitian**

Penelitian yang berjudul “Hubungan Stres Kerja dengan Terjadinya Obesitas pada Guru di SMK Muhammadiyah 1 Salam” mengajukan izin etik di bidang etik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dengan nomor uji etik yaitu 612/EP-FKIK-

UMY/XII/2018. Penelitian ini memperhatikan beberapa prinsip etik, diantaranya :

1. Manfaat

Mampu memberikan gambaran mengenai stres kerja dan obesitas kepada responden dan tidak ada kerugian yang ditimbulkan.

2. *Respect Human Dignity*

Responden memiliki hak untuk memutuskan dalam penelitian ini apakah bersedia atau tidak, tanpa adanya sangsi apapun. Tidak terdapat responden yang menolak saat dilakukan pengambilan data.

3. *Right to full disclosure*

Peneliti menjelaskan secara rinci tentang penelitian yang akan dilakukan kepada responden yaitu cara pengisian kuisioner stress kerja serta pengukuran berat badan dan tinggi badan serta mempertanggung jawabkan jika terjadi sesuatu terhadap responden.

4. *Informed Consent*

Responden mendapatkan *informed consent* yang diisi dan berisi bahwa data yang diperoleh dari penelitian nantinya hanya digunakan untuk mengembangkan ilmu dalam dunia kesehatan. Peneliti memberikan *informed consent* sebelum membagikan kuisioner dan mengukur tinggi serta berat badan.

5. *Right to privacy*

Informasi data yang diberikan oleh respon akan sangat dijaga kerahasiaannya. Kerahasiaan informasi responden dilakukan dengan cara menuliskan nama inisial saja pada lembar kuisisioner stress kerja.

6. *Justice*

Responden dibagikan kuesioner oleh peneliti secara adil tanpa membeda-bedakan suku, agama dan status sosial. Semua guru di SMK Muhammadiyah 1 Salam mendapatkan kuisisioner.