

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan penelitian yang dilakukan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan menggunakan instrument penelitian sebagai alat pengumpulan data, yang kemudian data tersebut dianalisis dengan metode statistik. Metode kuantitatif dalam penelitian bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan sebelumnya (Sugiyono, 2018).

Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional, dimana penelitian ini memiliki karakteristik masalah dalam bentuk hubungan antara dua variabel. Penelitian korelasi bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Selain itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh hubungan yang ada di antara variabel bebas dengan variabel terikat yang akan diteliti (Sudaryono, 2017). Dengan demikian, penelitian ini akan melihat apakah ada hubungan efikasi diri dengan *burnout* pada guru SLB non PLB di Kota Padang.

B. Identifikasi Variabel

Menurut Azwar (2019), variabel diartikan sebagai atribut atau sifat yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Sementara itu, Sugiyono (2018), mengatakan bahwa variabel penelitian merupakan segala sesuatu dalam bentuk apa saja yang telah ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari sehingga memperoleh informasi yang

kemudian dapat ditarik kesimpulannya. Adapun 2 variabel yang dapat diukur sebagai berikut :

1. Variabel Bebas / *Independent* (X)

Variabel bebas merupakan variabel yang dapat mempengaruhi atau menjadi penyebab perubahan atau munculnya variabel terikat. Dalam penelitian ini, efikasi diri menjadi variabel independen.

2. Variabel Terikat / *Dependent* (Y)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini, *burnout* menjadi variabel dependen.

C. Definisi Operasional

Menurut Azwar (2019), definisi operasional diartikan sebagai sebuah penjelasan mengenai variabel yang ditetapkan oleh peneliti berdasarkan karakteristik yang dapat diamati dari variabel tersebut. Definisi operasional akan memudahkan peneliti dalam menentukan metode untuk mengukur variabel dan menetapkan indikator yang lebih konkret, sehingga variabel tersebut akan lebih mudah untuk diukur dan diuji secara empiris (Sudaryono, 2017). Adapun definisi operasional pada penelitian ini, sebagai berikut :

1. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan keyakinan atau kepercayaan diri yang dimiliki individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas dan mencapai keberhasilan meskipun menghadapi berbagai situasi. Efikasi

diri terdiri dari tiga aspek, yaitu tingkat kesulitan tugas, generalisasi, dan kekuatan keyakinan.

2. *Burnout*

Burnout merupakan kondisi psikologis berupa kelelahan fisik dan emosional yang muncul akibat tekanan yang berlebihan, beban kerja yang tinggi dan melakukan rutinitas yang monoton tanpa memperhatikan kebutuhan pribadi. Burnout terdiri dari 3 aspek, yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi pribadi.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian adalah sekumpulan individu atau subjek yang menjadi sasaran penelitian (Azwar, 2019). Sekumpulan subjek ini harus memiliki karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti agar dapat dipelajari dan ditarik kesimpulan, sehingga dapat dibedakan dari kelompok lainnya (Sugiyono, 2018).

Populasi dalam penelitian ini adalah guru SLB yang bukan berasal dari Pendidikan Luar Biasa (non PLB) di Kota Padang. Berdasarkan data dari Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat yang diperoleh pada tanggal 22 Juli 2025, jumlah guru SLB non-PLB di Kota Padang sebanyak 121 orang, yang tersebar di 38 SLB.

Tabel 3. 1 Jumlah guru SLB non-PLB di Kota Padang

No	Nama Sekolah	Jumlah
1.	SLB Autis Harapan Bunda	18
2.	SLB N 2 Padang	9
3.	SLB Autisma YPPA	9
4.	SLB Al-Hidayah	8
5.	SLB Khansa	7
6.	SLB Autis Bima Padang	7
7.	SLB N 1 Padang	6
8.	SLB Autis Yayasan Mitra Ananda	5
9.	SLB YPPLB	4
10.	SLB Autis Buah Hati Ibu	4
11.	SLB Kasih Ummi	3
12.	SLB Gema Insani Padang	2
13.	SLB Al-Ishlaah Padang	2
14.	SLB Work Shop	2
15.	SLB Wacana Asih	1
16.	SLB Bundo Kanduang	2
17.	SLB Salsabilla Indah	2
18.	SLB Samudera Biru	1
19.	SLB MGF Lubuk Buaya Padang	2
20.	SLB Perwari	0
21.	SLB Muhammadiyah Pauh IX Padang	2
22.	SLB Etnik Kreatif	2
23.	SLB Lumin Alisa	2
24.	SLB Autisma Mutiara Bangsa Pratama	2
25.	SLB PK-PLK TIJI	2
26.	SLB YPAC Sumatera Barat	0
27.	SLB Hikmah Reformasi	2
28.	SLB Timar Jaya Lubuk Kilangan Padang	2
29.	SLB Aslam Kids	2
30.	SLB Bina Bangsa TN. Sirah	0
31.	SLB Al-Mujadillah	1
32.	SLB Karya Padang	1
33.	SLB Hikmah Miftahul Jannah	2
34.	SLB Amanah Koto Tengah	1
35.	SLB Autisma Mutiara Bangsa	2
36.	SLB Bakti	2
37.	SLB Fan Redha	0
38.	SLB Limas Padang	1
	Jumlah	121

Sumber: Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat tahun 2025.

2. Sampel

Sampel penelitian merupakan sebagian dari populasi yang dipilih berdasarkan karakteristik tertentu dan dianggap dapat mewakili populasi secara keseluruhan. Dengan begitu, sampel dianggap representatif atau dapat memiliki apabila karakteristiknya sesuai dengan populasi (Azwar, 2019). Penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria atau karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti (Sugiyono, 2018). Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini sebagai berikut :

- a. Guru SLB non-PLB yang aktif mengajar di SLB
- b. Guru SLB non-PLB yang berasal dari SLB di Kota Padang yang memiliki lebih dari 2 guru non-PLB.

Pemilihan sampel didasarkan pada jumlah guru SLB non-PLB terbanyak di SLB Kota Padang. Penelitian ini difokuskan pada 11 sekolah yang memiliki jumlah guru SLB non-PLB paling banyak, yaitu SLB N 2 Padang dengan jumlah 9 guru, SLB Autisma YPPA Padang dengan jumlah 9 guru, SLB Autis Harapan Bunda dengan jumlah 9 guru, SLB Al-Hidayah dengan jumlah 8 guru, SLB Khansa dengan jumlah 7 guru, SLB Autis Bima Padang dengan jumlah 7 guru, SLB Autis Yayasan Mitra Ananda dengan jumlah 5 guru, SLB Autis Buah Hati Ibu dengan jumlah 4 guru, SLB YPPLB dengan jumlah 4 guru, SLB Kasih Ummi dengan jumlah 3 guru, dengan total sebanyak 71 responden.

Penggunaan teknik *purposive sampling* ini didasarkan pada pertimbangan efisiensi dan kemudahan dalam pengumpulan data. Hal ini mengingat bahwa populasi guru SLB non-PLB tersebar secara geografis dengan jumlah yang tidak merata, bahkan sangat sedikit di sebagian besar sekolah. Oleh karena itu, pemusatan pengambilan sampel pada beberapa sekolah yang memiliki jumlah guru SLB non-PLB terbanyak dinilai lebih representatif dan memungkinkan peneliti untuk memperoleh data yang cukup tanpa harus menjangkau seluruh populasi. Selain itu, pendekatan ini juga membantu menghemat waktu, tenaga, dan biaya selama pelaksanaan penelitian.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah strategi atau cara yang dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Teknik ini sangat penting dilakukan dalam penelitian guna memperoleh data yang diinginkan (Sugiyono, 2018).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala likert. Menurut Sugiyono (2018), skala likert merupakan instrument penelitian yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok terhadap suatu fenomena sosial. Instrument dengan skala likert menyediakan 7 alternatif jawaban untuk variabel *burnout*, yaitu Tidak Pernah (0), Hampir Tidak Pernah (1), Jarang (2), Kadang-Kadang (3), Sering (4), Hampir Selalu (5), dan Selalu (6). Lalu, menyediakan 4 alternatif jawaban untuk variabel efikasi diri, yaitu Sangat Sesuai (SS), Cukup Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat

Tidak Sesuai (STS), dengan ketentuan bahwa responden hanya memberikan satu jawaban yang dianggap paling mengungkapkan perasaannya. Untuk menghindari jawaban netral, maka alternatif pilihan jawaban ragu-ragu dihapuskan. Skala likert juga membagi dua pernyataan yang berlawanan arah, yaitu *favorable* dan *unfavorable* (Azwar, 2019).

Adapun alternatif jawaban dapat dilihat dalam tabel di bawah ini :

Tabel 3. 2 Alternatif Jawaban *Burnout*

Alternatif Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Tidak Pernah (0)	0	6
Sangat Jarang (1)	1	5
Jarang (2)	2	4
Kadang-Kadang (3)	3	3
Sering (4)	4	2
Sangat Sering (5)	5	1
Selalu (6)	6	0

Tabel 3. 3 Alternatif Jawaban Efikasi Diri

Alternatif Jawaban	<i>Favorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4
Cukup Sesuai (CS)	3
Tidak Sesuai (TS)	2
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1

Berdasarkan teori yang telah ada terkait variabel penelitian, maka peneliti menggunakan dua skala variabel psikologi. Adapun kedua skala tersebut sebagai berikut :

1. Skala *Burnout*

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Maslach-Trisni Burnout Inventory* (M-TBI) yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Widhianingtanti & Luijtelaar (2022). Skala ini berjumlah 22 aitem yang disusun berdasarkan aspek-aspek *burnout* yang dikemukakan oleh Maslach dkk (2001), yaitu kelelahan emosi (*emotion exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalisation*), dan penurunan prestasi pribadi (*reduced personal accomplishment*). Hasil uji menunjukkan bahwa skala ini cukup konsisten, dengan nilai reliabilitas sebesar 0,916. Adapun aitem dari skala *burnout* terdapat dalam tabel berikut :

Tabel 3. 4 Blueprint Skala *Burnout*

Dimensi	No aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Emotional Exhausted	1,2,3,4,5,6,7,8,9		9
Depresonalisation	10,11,12,13,14		5
Personal Accomplishment		15,16,17,18,19,20,21,22	8
Total	14	8	22

2. Skala Efikasi Diri

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *General Self Efficacy (GSE)* yang telah adaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh (Novrianto dkk 2019). Skala ini berjumlah 10 aitem yang disusun berdasarkan aspek-aspek efikasi diri yang dikemukakan oleh Albert Bandura (1997), yaitu tingkatan kesulitan tugas (*level*), generalisasi (*generality*), dan kekuatan keyakinan (*strength*). Skala *General Self Efficacy* merupakan skala yang bersifat *unidimensional*, artinya seluruh aitem hanya mengukur satu faktor umum, yaitu *general self efficacy* dan tidak tersusun oleh dimensi-dimensi lain (Schwarzer dkk 1995).

Hasil uji menunjukkan bahwa semua aitem valid dan signifikan, dengan nilai $t > 1,96$ serta muatan faktor positif. Meskipun nilai reliabilitas tidak dicantumkan secara angka, analisis menunjukkan bahwa skala ini cukup konsisten dan layak digunakan dalam penelitian. Adapun aitem dari skala efikasi diri terdapat dalam tabel berikut :

Tabel 3. 5 Blueprint Skala Efikasi Diri

Dimensi	No Aitem
Efikasi Diri	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10
Total	10

F. Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas dan reliabilitas merupakan proses evaluasi terhadap alat ukur yang bertujuan untuk menilai sejauh mana alat tersebut memberikan makna

dan layak digunakan dalam menarik kesimpulan dari skor yang diperoleh (Azwar, 2022).

1. Uji Validitas

Validitas merupakan sebuah konsep untuk mengukur sejauh mana ketepatan dan kebenaran alat ukur dapat digunakan sesuai fungsinya. Hasil penelitian bisa dikatakan valid apabila terdapat kesamaan antara data yang didapatkan dengan fakta yang terjadi dilapangan (Sudaryono, 2017). Uji validitas dalam alat ukur penelitian ini dilakukan oleh ahli yang mengadaptasi skala.

Penelitian ini menggunakan skala *Maslach Burnout Inventory-General Survey (MBI-GS)* yang telah diadaptasi ke dalam versi Bahasa Indonesia oleh Widhianingtanti & Luijtelaar (2022), dan diberi nama *Maslach-Trisni Burnout Inventory (M-TBI)*. Proses adaptasi dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu diterjemahkan oleh dua orang psikolog klinis dan dua orang penerjemah profesional dwibahasa. Selanjutnya, dilakukan penerjemahan balik ke Bahasa Inggris untuk memastikan makna aitem tetap sesuai dengan versi aslinya. Setelah proses adaptasi dan uji coba awal, dilakukan analisis validitas konstruk menggunakan *Exploratory Factor Analysis (EFA)* dan *Confirmatory Factor Analysis (CFA)* terhadap 822 tenaga kerja dari berbagai profesi, seperti guru, perawat, pegawai kantor, dan profesional lainnya. Hasil EFA menunjukkan bahwa skala memiliki struktur tiga faktor (kelelahan, sinisme, dan penurunan pencapaian pribadi) dengan nilai KMO sebesar

0,931 dan uji Bartlett yang signifikan ($p < .001$). Selanjutnya hasil CFA menunjukkan nilai RMSEA sebesar 0,073, CFI sebesar 0,907, dan TLI sebesar 0,896. Hal ini mengidentifikasikan bahwa tiga faktor memiliki tingkat kecocokan yang dapat diterima, sehingga skala M-TBI dinyatakan valid secara konstruk.

Selanjutnya, penelitian juga menggunakan *General Self-Efficacy Scale (GSES)* yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh (Novrianto dkk 2019). Proses adaptasi dilakukan dengan menerjemahkan aitem-aitem versi asli ke Bahasa Indonesia, kemudian dilanjutkan dengan proses *back-translation* oleh pihak yang kompeten dalam Bahasa Inggris untuk memastikan tidak ada perubahan makna. Validitas konstruk diuji menggunakan *Confirmatory Factor Analysis (CFA)* pada 585 mahasiswa. Hasil CFA menunjukkan bahwa model satu faktor yang mempresentasikan konstruk *self-efficacy* dapat diterima dengan nilai *chi-square* = 34,87, *df* = 26, $p = 0,11444$, dan RMSEA = 0,024, yang menunjukkan bahwa model tersebut fit. Seluruh aitem memiliki nilai *t-value* > 1,96 dan muatan faktor yang positif, yang berarti seluruh aitem secara signifikan mengukur satu konstruk, yaitu *self-efficacy* dan tidak ada aitem yang dieliminasi. Dengan demikian, skala GSES versi Bahasa Indonesia ini juga terbukti valid secara konstruk.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah alat ukur yang digunakan untuk melihat sejauh mana skala dapat memberikan hasil yang konsisten dan stabil dalam

pengukuran. Alat ukur penelitian dapat dikatakan reliabel apabila data yang diperoleh relatif sama meskipun telah dilakukan berulang kali untuk mengukur objek yang sama (Sugiyono, 2018).

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan rangkaian kegiatan yang dilakukan setelah memperoleh data dari semua responden atau sumber data lain yang didapatkan. Kegiatan tersebut terdiri dari pengelompokan data sesuai dengan variabel dan responden, tabulasi data sesuai responden, penyajian data tiap variabel, menghitung untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan pertimbangan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2018).

Penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi *product moment pearson* dengan tujuan untuk melihat hubungan efikasi diri dengan *burnout*. Analisis data dilakukan dengan bantuan SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) for Windows. Adapun teknik analisis data yang digunakan antara lain:

1. Kategorisasi Variabel

Kategorisasi variabel dilakukan untuk mendapatkan hasil tingkatan sesuai dengan variabel yang diukur, yaitu efikasi diri dan *burnout*. Adapun cara kategorisasi dilakukan dengan mengelompokkan subjek ke dalam tiga kategorisasi yaitu kategori rendah, sedang dan tinggi (Azwar, 2022).

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data termasuk distribusi normal atau tidak. Penelitian ini menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan aplikasi SPSS. Uji normalitas dapat dikatakan normal apabila nilai signifikansinya $>0,05$ sedangkan nilai signifikansinya tidak terdistribusi normal apabila nilai signifikansinya $<0,05$ (Azwar, 2022).

3. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linear antara kedua variabel dengan menggunakan aplikasi SPSS. Dapat dikatakan linear apabila nilai signifikansinya $>0,05$, sebaliknya apabila nilai signifikansinya $<0,05$ maka dinyatakan tidak linear (Azwar, 2022).

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah efikasi diri dengan *burnout* memiliki hubungan. Dalam menguji hipotesis ini menggunakan bantuan aplikasi SPSS berdasarkan ketentuan nilai. Jika nilai signifikansi yang didapatkan $< 0,05$ terdapat kontribusi antara variabel bebas dengan variabel terikat, dan apabila nilai signifikansi $>0,05$ tidak terdapat kontribusi antara variabel bebas dengan variabel terikat (Azwar, 2022).