

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel bebas : Kemasakan Emosi
2. Variabel tergantung : *Burnout*

#### B. Definisi Operasional Variabel

##### 1. *Burnout*

*Burnout* adalah suatu bentuk kelelahan yang disebabkan seseorang bekerja terlalu intens, berdedikasi dan berkomitmen, bekerja terlalu banyak dan terlalu lama serta memandang kebutuhan dan keinginan mereka sebagai hal kedua. *Burnout* diukur dengan menggunakan skala *burnout*.

##### 2. Kemasakan Emosi

Kemasakan emosi adalah suatu keadaan emosi yang dimiliki seseorang di mana bila mendapat stimulus emosi tidak menunjukkan gangguan kondisi emosi. Hal ini akan diungkap berdasarkan respon subjek terhadap pernyataan dengan alternatif jawaban dalam skala pengukuran kemasakan emosi. Pengukuran kemasakan emosi dilakukan dengan menggunakan skala kemasakan emosi.

### C. Populasi dan Sample Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan/karyawati Matahari *Department Store* Jogjakart<sup>^</sup>. Subyek yang diambil sebagai sampel oleh peneliti semua karyawan dengan kriteria minimal lulusan SLTP atau sederajat yang telah bekerja minimal 3 bulan. Jumlah karyawan/karyawati Matahari *Department Store* adalah 112 orang.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*, alasan digunakannya teknik ini adalah pemilihan subjek berdasarkan ciri-ciri yang telah ditentukan dan diketahui sebelumnya, sehingga sampel yang diberi angket adalah karyawan yang memenuhi kriteria diatas. Jumlah sample adalah 80 orang

### D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengambilan data yang diterapkan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode angket, ada dua jenis angket yang dipergunakan yaitu;

#### 1. Skala Burnout

Skala ini dibuat oleh Farhati (1996) berdasarkan pada dimensi *burnout* dari Maslach (1993) yang meliputi tiga aspek kondisi yang menggambarkan burnout yaitu; (1) kelelahan emosional, (2) depersonalisasi, dan (3) perasaan rendah diri.

Jumlah keseluruhan skala yang harus dijawab pada penelitian ini adalah 60 aitem dengan perincian aitem mengenai kelelahan emosional berjumlah 15 soal,

mengenai depersonalisasi berjumlah 30 aitem dan 15 aitem mengenai perasaan rendah diri. Sebaran aitem skala *burnout* dapat dilihat pada table 1.

**Tabel 1**  
**Sebaran aitem pada skala *Burnout***

Dimensi Burnout	Aitem		Jumlah
	Favorabel	Unfavorabel	
Kelelahan emosional	1, 3, 6, 10, 16, 24, 26, 27, 34, 35	14, 15, 23, 28, 36, 43, 49, 50, 54, 58	15
Depersonalisasi	4, 7, 8, 18, 20, 22, 31, 32, 33, 40	5, 9, 19, 29, 41, 42, 45, 46, 48, 53	30
Kurangnya penghargaan diri	11, 12, 17, 30, 37, 38, 44, 55, 57, 59	2, 13, 21, 25, 39, 47, 51, 52, 56, 60	15
Jumlah Total	30	30	60

Skala *burnout* memiliki 7 alternatif pilihan jawaban, yaitu; sangat sesuai (SS), sesuai (S), agak sesuai (AS), netral (N), agak tidak sesuai (ATS), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Setiap pernyataan disusun dalam tujuh skala kontinum dengan besar nilai dari 1 sampai 7. Aitem *favorable* nilai bergerak dari angka 7 untuk sangat sesuai (SS) hingga angka 1 untuk sangat tidak sesuai.

Makin tinggi skor yang diperoleh dari hasil pengisian angket *burnout* berarti tingkat *burnout* termasuk tinggi.

## 2. Angket Kemasakan Emosi.

Data mengenai kemasakan emosi seseorang diperoleh dengan menggunakan skala kemasakan emosi. Angket kemasakan emosi yang digunakan oleh peneliti ini merupakan angket yang disusun oleh peneliti setelah melakukan modifikasi angket kemasakan emosi dari Miradiani (1998). Skala kemasakan

emosi tersebut disusun dengan didasarkan pada enam aspek kemasakan emosi, yaitu aspek stabilitas emosi, aspek identifikasi, aspek pengendalian, aspek intimasi, aspek minat, dan aspek cinta.

Kemasakan emosi yang akan diungkap adalah berdasar pada aspek-aspek kemasakan emosi yang dikemukakan oleh Hurlock (1995) yang meliputi keadaan kebingungan, berkurangnya rasa percaya diri, dan terganggunya kesadaran sehingga orang tersebut tidak dapat menggunakan pemikirannya secara efektif dan rasional.

Skala dalam penelitian ini menggunakan 4 alternatif pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Penilaian jawaban berkisar antara satu sampai empat untuk masing-masing butir pernyataan. Pada butir *favourable* skor nilai 4 diberikan untuk jawaban "Sangat Sesuai" (SS) dan skor nilai 1 diberikan untuk jawaban "Sangat Tidak Sesuai" (STS). Sedangkan untuk butir *unfavourable* skor nilai 1 diberikan untuk jawaban "Sangat Sesuai" (SS) dan skor nilai 4 diberikan untuk jawaban "Sangat Tidak Sesuai" (STS). Sebaran aitem skala kemasakan emosi dapat dilihat pada table 2.

Kemasakan emosi subjek dikatakan tinggi bila skor total dari hasil pengisian skala kemasakan emosi diperoleh jumlah skor yang tinggi. Kemasakan emosi subjek dikatakan rendah bila skor total dari hasil pengisian skala kemasakan emosi diperoleh jumlah skor yang rendah.

**Tabel 2**  
**Sebaran aitem pada skala kemasakan emosi**

Aspek	Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1. Stabilitas Emosi	9, 20, 36, 44, 50	1, 13, 28, 37, 53	10
2. Identifikasi	3, 25, 32, 51, 56	4, 15, 29, 35, 57	10
3. Pengendalian	2, 11, 24, 31, 45	6, 18, 40, 49, 54	10
4. Intimasi	14, 22, 38, 52, 55	8, 19, 33, 41, 46	10
5. Minat	5, 16, 43, 48, 26	10, 21, 30, 42, 60	10
6. Cinta	7, 17, 23, 39, 47	12, 27, 34, 58, 59	10
Jumlah Total	30	30	60

### E. Metode Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis kuantitatif dengan menggunakan teknik statistik. Analisis ini digunakan dengan alasan bahwa analisis statistik dapat mewujudkan kesimpulan penelitian dalam memperhitungkan faktor kesalahan. Statistik juga bekerja dengan angka-angka sehingga bersifat objektif dan universal, dalam arti dapat digunakan pada semua bentuk penelitian (Hadi, 1985).

Untuk melihat hubungan kemasakan emosi dengan burnout pada karyawan/karyawati Matahari *Departement Store* digunakan *korelasi product moment* dari Person melalui prosedur *Bivariate Corelation* yang terdapat pada fasilitas program *SPSS 10 for Windows 98*.