

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2007: 102). Fenomena alam atau sosial yang diamati itulah yang disebut sebagai variabel. Maka, instrumen penelitian juga dapat dikatakan sebagai alat yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian.

Penelitian ini memiliki dua variabel, oleh karena itu instrumen dalam penelitian ini pun ada dua, yaitu instrumen untuk mengukur variabel *work family conflict* dan instrumen untuk mengukur variabel stress kerja. Instrumen yang digunakan adalah angket berskala yang disusun sendiri oleh peneliti. Kisi-kisi instrumen dapat dilihat pada tabel berikut:

Variabel	Indikator	No item
Work family conflict	Time based conflict	
	Strain based conflict	
	Behavioral based conflict	
Stress Kerja	Gejala Fisiologis	
	Gejala Psikologis	
	Gejala perilaku	

Subjek diminta untuk memilih salah satu dari 4 kategori jawaban yang mewakili dirinya yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Penskoran tertinggi diberikan pada pilihan sangat setuju (SS) dan terendah untuk pilihan sangat tidak setuju (STS) untuk pernyataan positif (*favorable*). Penskoran tertinggi untuk pernyataan negatif (*unfavorable*) diberikan pada pilihan jawaban sangat tidak setuju (STS) dan skor terendah untuk pilihan sangat setuju (SS).

Untuk item *favorable* pilihan jawaban sangat setuju skor 4, pilihan jawaban setuju (S) diberi skor 3, pilihan jaw diberikan skor 2, dan pilihan jawaban sangat tidak setuju (Untuk item *unfavorable*, pilihan jawaban sangat setuju (SS

Stress kerja ini akan diukur melalui kuesioner stress kerja. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi stress yang dialami, sebaliknya skor yang rendah dari kuesioner, maka stress kerja pun rendah.

D. Populasi dan Sampel

Teknik sampling ?

Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja wanita di Rumah sakit PHC belawan. Pekerja wanita di rumah sakit PHC Belawan berjumlah 120 orang. Dari 120 pekerja wanita tersebut, sampel yang diambil berjumlah 120. Itu artinya pada penelitian ini sampel yang diambil adalah sampel populasi yang berjumlah 120 pekerja wanita.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah cara yang dilakukan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya. Metode itu pun bervariasi seperti angket wawancara, observasi, tes, dokumentasi (Arikunto, 2010). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode angket. Metode angket digunakan dengan pertimbangan bahwa peneliti sudah tahu dengan pasti variabel yang diukur dan tahu dengan pasti apa yang diharapkan dari responden yang akan menggunakan angket ini (Sugiyono, 2014).

Angket adalah sejumlah pernyataan atau pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto, 2010). Angket yang digunakan adalah angket berskala. Skala pengukuran yang digunakan adalah skala Likert. Skala Likert merupakan sejumlah pernyataan positif dan negatif tentang suatu obyek atau sikap seseorang terhadap sesuatu. Dalam memberikan respon terhadap pernyataan-pernyataan dalam skala itu, subjek menunjukkan apakah ia sangat setuju, setuju, tidak setuju atau sangat tidak setuju terhadap pernyataan-pernyataan itu.

Operasional Variabel

Defenisi *operasional* penelitian merupakan batasan dari *variable* yang secara *konkrit* berhubungan dengan realitas dan merupakan *manifestasi* dari hal-hal yang akan diamati dalam penelitian

1. *Work family conflict*

Work family conflict adalah konflik antar peran dimana tekanan peran dari domain pekerjaan dan keluarga yang saling bertentangan dalam beberapa hal. Dalam penelitian ini, *work-family conflict* di ukur berdasarkan aspek-aspek yang di kemukakan oleh Greenhaus & Beutell yaitu *time-bassed conflict* (konflik berdasarkan waktu), *strain based conflict* (konflik berdasarkan tekanan) dan *behavioral based conflict* (konflik berdasarkan perilaku). *Work family conflict* dapat di ketahui melalui skor yang di peroleh subjek dengan mengisi kuesioner *work family conflict*. Semakin tinggi skor yang di peroleh maka semakin tinggi *work family conflict* pada subjek. Sebaliknya semakin rendah skor yang di peroleh subjek maka semakin rendah *work family conflict* pada subjek.

2. Stress kerja

Stress kerja adalah kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seseorang. Stres biasanya dianggap sebagai sesuatu yang buruk, stres dianggap terjadi karena disebabkan oleh faktor negatif (Hasibuan, 2007). Stress kerja akan diukur melalui tiga indikator (Robbins, 2003) yaitu:

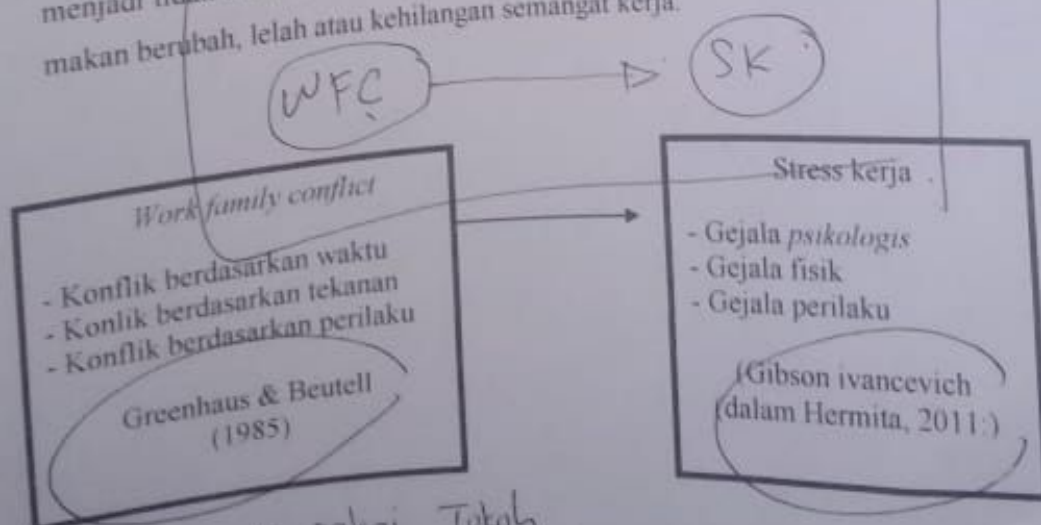
- Gejala fisiologis, yaitu gejala yang berhubungan dengan perubahan metabolisme tubuh seperti menurunnya nafsu makan, letih, lesu dan meningkatnya laju detak jantung
- Gejala psikologis yaitu gejala yang berhubungan dengan faktor psikologis seperti kecemasan, mudah marah, ketegangan.
- Gejala perilaku yaitu gejala-gejala perubahan perilaku pada orang seperti meningkatnya absensi dan ketidakhadiran, gangguan tidur

aspek/
dimensi

Stress kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang dialami seseorang yang mengakibatkan perubahan emosi, pikiran dan fisik seseorang dalam melakukan suatu tugas. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Bagi mereka yang mungkin telah berkeluarga, stress kerja dapat dipengaruhi oleh adanya konflik peran antara pekerjaan dan keluarga (*work-family conflict*). *Work family conflict* adalah suatu bentuk konflik antar peran yaitu peran di dalam pekerjaan dan keluarga yang saling bertentangan, sehingga peran di dalam pekerjaan terlihat sulit.

Work family conflict terjadi karena munculnya ketidaksesuaian antara hal yang ada dengan yang diharapkan. Keadaan ini lebih sering terjadi pada wanita yang telah bekerja. *Work family conflict* dapat mengarahkan seseorang kepada stress kerja karena memaksa seseorang untuk memerankan perilaku yang bertentangan dengan wewenang yang berbeda. Misalnya, seorang perawat yang diharuskan menghadiri rapat wali murid di sekolah anaknya, sedangkan pekerjaan di rumah sakit pun menumpuk. Tentu saja, sang perawat akan kebingungan dalam membagi waktu dua pekerjaan ini. Timbullah konflik dalam diri akan memilih anak dan keluarga atau pekerjaannya.

Konflik seperti ini lambat laun akan menimbulkan stress dalam pekerjaan. Stress kerja ini akan terlihat secara fisiologis, psikologis dan dalam perilaku sehari-hari. Pada aspek fisiologis stress kerja akan ditandai dengan sakit kepala, tidur menjadi tidak teratur, susah tidur, pencernaan terganggu, tekanan darah naik, selera makan berubah, lelah atau kehilangan semangat kerja.



ga pakai Tokoh

Keterangan :

WFC :

SK :