

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Metode Penelitian yang digunakan

Metode penelitian sangat penting digunakan untuk menguji kebenaran, menentukan data penelitian, menemukan dan mengembangkan sebuah pengetahuan, serta mengkaji kebenaran suatu pengetahuan sehingga memperoleh hasil yang diharapkan. Menurut Sugiyono (2020: 2) metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode deskriptif dan verifikatif dengan pendekatan kuantitatif.

Menurut Sugiyono (2020: 16) penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Kemudian, data yang diperoleh diolah dengan alat berupa dasar-dasar teori yang dipelajari sebelumnya untuk memperjelas gambaran mengenai objek yang diteliti, sehingga dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan.

Berdasarkan pernyataan Sugiyono (2020: 49) penelitian deskriptif adalah suatu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui variabel mandiri, baik hanya pada satu variabel atau lebih (variabel independen) tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Metode ini ditunjukkan untuk

menjawab rumusan masalah bagaimana tingkat *self-efficacy*, *work life balance*, *job stress* dan *burnout* pada mahasiswa kelas reguler sore Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pasundan Bandung.

Sugiyono (2020: 49) mengemukakan bahwa metode penelitian verifikatif yaitu metode yang dilakukan terhadap populasi atau sampel tertentu dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Metode verifikatif dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh *self-efficacy* dan *work life balance* terhadap *burnout* dengan *job stress* sebagai variabel mediasi pada mahasiswa aktif kelas reguler sore Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pasundan Bandung.

3.2. Definisi dan Operasionalisasi Variabel

Penjelasan mengenai definisi variabel penelitian serta operasionalisasi variabel menjadi bagian penting dalam pelaksanaan penelitian. Definisi variabel berfungsi untuk menjelaskan jenis-jenis variabel yang diklasifikasikan berdasarkan peranannya dalam hubungan antar variabel, serta skala pengukuran yang digunakan. Sementara itu, operasionalisasi variabel bertujuan untuk mempermudah proses pengukuran guna memperoleh data yang berkaitan dengan variabel penelitian.

3.2.1. Definisi Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiono, 2020).

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga variabel yaitu variabel independen, variabel dependen dan variabel mediasi. Ketiga variabel tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Variabel independen atau variabel bebas

Variabel independen merupakan variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Adapun yang menjadi variabel independen dalam penelitian ini adalah *self-efficacy* dan *work life balance*.

- Menurut teori Bandura (1997) dalam (Nur dan Dewi, 2018), menjelaskan bahwa *self-efficacy* atau efikasi diri merupakan persepsi individu akan keyakinan kemampuannya melakukan tindakan yang diharapkan. Keyakinan efikasi diri mempengaruhi pilhan tindakan yang akan dilakukan, besarnya usaha dan ketahanan ketika berhadapan dengan hambatan atau kesulitan. Individu dengan efikasi diri tinggi memilih melakukan usaha lebih besar dan pantang menyerah.
- Menurut McDonald *et al.* (2005) dalam (Rondonuwu *et al.*, 2018) *work life balance* merupakan perasaan puas akan keterlibatannya di dalam pekerjaan, di mana peran tersebut seimbang dengan peran lain di luar pekerjaannya.

2. Variabel dependen atau variabel terikat

Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Adapun yang menjadi variabel dependen dalam penelitian ini adalah *burnout*.

- Menurut Leiter & Maslach (1997) (dalam Roslina Alam, 2022), *burnout* merupakan sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi, dan rasa penurunan personal, prestasi, yang terjadi pada individu yang bekerja dengan orang-orang dalam kapasitas yang sama.

3. Variabel Mediasi atau *intervening*

Variabel mediasi merupakan variabel penyela/antara yang terletak di antara variabel independen dan dependen, sehingga variabel independen tidak langsung memengaruhi berubahnya atau timbulnya variabel dependen. Adapun yang menjadi variabel mediasi dalam penelitian ini adalah *job stress*.

- Menurut Mangkunegara (2013) dalam (Ida Ayu K. R. K *et al.*, 2024), stres kerja adalah perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan.

3.2.2. Operasionalisasi Variabel

Operasionalisasi variabel digunakan untuk menguraikan variabel yang diteliti, termasuk konsep, indikator dan skala pengukuran yang akan digunakan dalam penelitian. Indikator-indikator tersebut dijadikan sebagai pertanyaan atau pernyataan yang akan digunakan dalam pembuatan kuesioner. Operasionalisasi variabel berfungsi untuk memastikan bahwa konsep yang abstrak dapat diukur secara objektif dan menghasilkan data yang valid dan *reliable* dalam penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah kuesioner dan dalam

penelitian terdapat empat variabel yang diteliti, yaitu *self-efficacy*, *work life balance*, *job stress* dan *burnout*.

Agar lebih mudah melihat variabel penelitian yang digunakan, penulis meng gambarkannya ke dalam bentuk operasionalisasi variabel yang dapat dilihat pada tabel 3.1 sebagai berikut:

Tabel 3.1
Operasionalisasi Variabel

No	Variabel dan Konsep Variabel	Dimensi	Indikator	Skala Pengukuran
1	<i>Self-efficacy</i> (X_1). <i>Self-efficacy</i> atau efikasi diri merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuan diri untuk mengorganisasi, melakukan suatu tugas, menghasilkan sesuatu dan mengimplementasikan tindakan untuk mencapai tujuan tertentu	<i>Magnitude</i> (tingkat kesulitan tugas)	1. Yakin bahwa dirinya dapat menghadapi segala tingkat kesulitan 2. Yakin bahwa dirinya mampu menghadapi hambatan dan kesulitan	Ordinal
		<i>Strength</i> (kekuatan keyakinan)	3. Yakin mampu berusaha dengan keras, gigih dan tekun 4. Yakin dapat memotivasi diri dalam menyelesaikan tugas	Ordinal
		<i>Generality</i> (generalitas)	5. Yakin dapat menyelesaikan tugas yang memiliki <i>range</i> luas/sempit 6. Yakin dapat menyelesaikan tugas tertentu	Ordinal
2	<i>Work Life Balance</i> (X_2). <i>Work life balance</i> merupakan perasaan puas akan keterlibatannya di dalam pekerjaan, di mana peran tersebut seimbang dengan peran lain di luar pekerjaannya.	<i>Time Balance</i> (Keseimbangan Waktu)	1. Alokasi waktu antara pekerjaan dan kehidupan pribadi 2. Kepuasan terhadap keseimbangan waktu	Ordinal
		<i>Involvement Balance</i> (Keseimbangan Keterlibatan)	Jumlah tingkat keterlibatan secara komitmen suatu psikologis individu dan dalam pekerjaannya maupun hal-hal diluar pekerjaannya	Ordinal

No	Variabel dan Konsep Variabel	Dimensi	Indikator	Skala Pengukuran
		<i>Satisfaction Balance</i> (Keseimbangan Kepuasan)	Jumlah tingkat kepuasan individu terhadap kegiatan pekerjaannya maupun hal-hal di luar pekerjaannya	Ordinal
3	<i>Job Stress</i> (Y) <i>Job Stress</i> atau stres kerja adalah perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan.	Konflik peran	Perselisihan pendapat pada individu	Ordinal
		Beban Kerja	Ketidakseimbangan antara kemampuan yang dimiliki dengan tugas yang diberikan atasan	Ordinal
		Hubungan di tempat kerja	Banyaknya pekerjaan akan sangat membebani karir seseorang	Ordinal
		Pengembangan karir	Perubahan yang tiba-tiba dalam pekerjaan atau tanggung jawab yang mengharuskan karyawan beradaptasi dengan lingkungan baru	Ordinal
4	<i>Burnout</i> (Z) <i>Burnout</i> merupakan sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi dan rasa penurunan personal, prestasi, yang terjadi pada individu yang bekerja dengan orang-orang dalam kapasitas yang sama.	<i>Exhaustion</i>	Kelelahan fisik, mental, dan emosional yang berkepanjangan yang dialami oleh individu akibat tekanan kerja yang terus menerus	Ordinal
		<i>Cynicism</i>	Sikap negatif yang berkembang, di mana individu merasa cemas, menjauhkan diri, dan merasa tidak lagi tertarik atau terlibat dalam pekerjaan.	Ordinal
		<i>Ineffectiveness</i>	Perasaan tidak mampu atau tidak efektif dalam menyelesaikan tugas, yang menyebabkan penurunan rasa percaya diri dan kepercayaan dari orang lain	Ordinal

Sumber: data diolah peneliti, 2025

3.3. Populasi dan Sampel Penelitian

Penelitian yang dilakukan memerlukan objek atau subjek yang harus diteliti sehingga peneliti dapat melakukan pengolahan data untuk memecahkan permasalahan. Populasi dalam penelitian berlaku sebagai objek penelitian, sedangkan sampel adalah sebagian dari populasi yang diteliti.

3.3.1. Populasi

Menurut Sugiyono (2020: 126), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Dalam penelitian ini, populasinya ialah 107 mahasiswa aktif kelas reguler sore FEB UNPAS Tahun Akademik 2024/2025 yang terdiri dari 86 mahasiswa Prodi Manajemen dan 21 mahasiswa Prodi Akuntansi.

Halaman 1 dari 1

No	Angk.	Jumlah Mahasiswa					Jml Mahasiswa Dg Batasan IPK				Raihan IPK		
		Aktif	N. Aktif	Lulus	B. Lulus	Total	0 - 1,99	2 - 2,74	2,75-3,49	3,5 - 4	Min	Rata2	Maks
Program Studi Manajemen													
1	2018	0	61	27	34	61	8	8	30	14	0,00	2,78	3,86
2	2019	1	53	13	41	54	10	9	26	9	0,00	2,68	3,92
3	2020	2	15	2	15	17	1	3	9	3	0,00	2,68	3,85
4	2021	8	21	9	20	29	2	2	10	14	0,00	3,12	4,00
5	2022	22	19	2	39	41	5	4	16	15	0,00	2,92	3,98
6	2023	23	17	0	40	40	4	2	18	15	0,00	3,02	4,00
7	2024	30	5	0	35	35	3	5	12	11	1,00	2,79	3,96
Total		86	191	53	224	277	33	33	121	81			
Program Studi Akuntansi													
1	2018	1	45	32	14	46	2	4	27	13	0,00	3,18	3,89
2	2019	0	27	11	16	27	2	2	9	14	0,00	3,15	3,78
3	2020	2	14	5	11	16	4	2	7	3	0,00	2,58	3,88
4	2021	1	16	8	9	17	0	1	4	11	2,60	3,30	4,00
5	2022	2	8	2	8	10	0	1	3	5	2,68	3,17	3,84
6	2023	8	4	0	12	12	1	0	4	7	1,50	3,43	3,97
7	2024	7	1	0	8	8	1	0	1	5	0,00	2,75	3,85
Total		21	115	58	78	136	10	10	55	58			
Grand Total		107	306	111	302	413	43	43	176	139			

Gambar 3.1

Rekapitulasi Mahasiswa Reguler Sore FEB UNPAS 2024/2025

Sumber: Sub Bagian Administrasi Pengajaran (SBAP) (2025)

3.3.2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2020: 127), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili). Untuk menentukan sampel, peneliti menggunakan rumus:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel yang diperlukan

N = jumlah populasi

e = tingkat kesalahan sampel (*sampling error*)

Sehingga:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

$$n = \frac{107}{1+107(0,1)^2}$$

$$n = \frac{107}{2,07}$$

$$n = 51,690$$

Jadi, sampel dalam penelitian ini adalah 51,690 atau dibulatkan menjadi 52 mahasiswa.

3.3.3. Teknik Sampling

Teknik Sampling merupakan metode atau cara yang digunakan untuk mengambil sampel dalam suatu penelitian. Menurut Sugiyono (2020: 288), teknik sampling digunakan untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, dimana terdapat berbagai teknik yang dapat diterapkan. Secara umum, teknik sampling dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu *probability sampling* dan *nonprobability sampling*.

1. *Probability Sampling*. *Probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Teknik ini meliputi *simple random sampling*, *proportionate stratified random sampling*, *disproportionate stratified random*, *sampling area (cluster) sampling* (sampling menurut daerah)
2. *Nonprobability Sampling*. *Nonprobability Sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik sampel ini meliputi *sampling sistematis*, *kuota*, *aksidental*, *purposive*, *snowball* dan jenuh.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel *probability sampling* yaitu *simple random sampling* agar masing-masing mahasiswa memiliki peluang yang sama, sehingga hasilnya dapat digeneralisasi pada populasi.

3.4. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh hasil penelitian yang tepat, maka diperlukan data dan informasi yang akan mendukung penelitian ini. Teknik pengumpulan data adalah cara yang dilakukan oleh peneliti untuk memperoleh data dan informasi yang diperlukan untuk mendukung penyelesaian pada masalah yang diteliti. Proses Pengumpulan data dapat dilakukan dengan berbagai cara dan juga berbagai sumber. Adapun berbagai sumber dan teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Data Primer. Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari sumbernya. Pengumpulan data primer dilakukan dengan menyebarkan kuesioner dan melakukan wawancara dengan mahasiswa aktif kelas reguler sore FEB UNPAS. Untuk memperoleh data primer tersebut, dapat dilakukan dengan cara:
 - a. Observasi. Menurut Sugiyono (2020: 203), observasi adalah teknik pengumpulan data dengan mengamati secara langsung objek yang diteliti. Peneliti mengumpulkan data dengan cara melakukan pengamatan secara langsung pada mahasiswa kelas reguler sore FEB UNPAS.
 - b. Kuesioner. Menurut Sugiyono (2020: 199), kuesioner merupakan pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

- c. Wawancara. Menurut Sugiyono (2020: 199), wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil.
2. Data Sekunder. Data sekunder yaitu sumber data penelitian yang diperoleh secara tidak langsung oleh peneliti kepada pihak lain. Data ini biasanya berupa bukti, laporan historis atau catatan yang telah di arsipkan. Data ini merupakan pendukung yang berhubungan dengan penelitian. Data sekunder dapat diperoleh dari:
 - a. Buku-buku yang berhubungan dengan variabel penelitian *self-efficacy*, *work life balance*, *job stress* dan *burnout*.
 - b. Jurnal dan hasil penelitian terdahulu yang berhubungan dengan topik permasalahan yang diteliti.
 - c. Sumber internet atau website, seperti artikel yang berhubungan dengan objek yang di teliti.

3.5. Uji Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berfungsi untuk mengukur variabel-variabel yang diteliti. Jenis instrumen yang digunakan disesuaikan dengan jumlah serta karakteristik variabel yang terlibat dalam penelitian. Secara umum, instrumen disusun dalam bentuk daftar pernyataan atau pertanyaan yang diberikan kepada responden untuk mewakili sampel dari populasi. Agar hasil penelitian dapat

dipercaya, instrumen yang digunakan perlu diuji terlebih dahulu melalui uji validitas untuk mengukur ketepatan alat ukur serta uji reliabilitas untuk mengetahui konsistensinya.

3.5.1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui sejauh mana data yang diperoleh sesuai dengan kondisi sebenarnya dari objek penelitian. Validitas menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat diandalkan dalam mengukur apa yang seharusnya diukur. Pengujian validitas dilakukan dengan mengorelasikan skor setiap item pernyataan dengan skor total yaitu jumlah dari seluruh skor item. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan nilai standar validitas yang telah ditetapkan. Untuk menghitung koefisien korelasi tersebut, peneliti menggunakan rumus *Pearson Product Moment* sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2020: 183) sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n (\sum X_i Y_i) - (\sum X_1) \cdot (\sum Y_1)}{\sqrt{\{n \cdot \sum X_i^2 - (\sum X_i)^2\} \{n \cdot \sum Y_i^2 - (\sum Y_i)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi

n = Jumlah responden uji coba

$\sum X$ = Jumlah hasil pengamatan variabel X

$\sum Y$ = Jumlah hasil pengamatan variabel Y

$\sum XY$ = Jumlah dari hasil kali pengamatan variabel X dan variabel Y

$\sum X^2$ = Jumlah kuadrat pada masing-masing skor X

$\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat pada masing-masing skor Y

Menurut Sugiyono (2020:181), syarat yang harus dipenuhi untuk memenuhi kriteria validitas suatu alat ukur adalah sebagai berikut:

- a. Jika $r \geq 0,3$ maka instrumen atau item pertanyaan berkorelasi signifikan terhadap skor total atau dinyatakan valid.
- b. Jika $r \leq 0,3$ maka instrumen atau item pertanyaan tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total atau dinyatakan tidak valid.

Angka yang diperoleh harus dibandingkan dengan standar nilai korelasi validitas. Menurut Sugiyono (2020: 180), nilai standar validitas adalah sebesar 0,3 ke atas. Jika angka korelasi yang diperoleh lebih besar daripada nilai standar, maka pertanyaan tersebut dinyatakan valid (signifikan).

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*). Nilai validitas suatu butir pertanyaan atau pernyataan dapat dilihat dari nilai *Corrected Item-Total Correlation* masing-masing butir pertanyaan. Suatu butir pernyataan dikatakan valid jika nilai r_{hitung} yang merupakan nilai dari *Corrected Item-Total Correlation* lebih besar dari 0,3.

3.5.2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan metode untuk mengetahui sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya dengan melihat konsistensi hasil pengukuran terhadap objek atau gejala yang sama dalam waktu berbeda. Reliabilitas menunjukkan tingkat kestabilan data yang dihasilkan saat suatu instrumen digunakan berulang kali pada kondisi yang sama. Pengujian reliabilitas juga menjadi syarat dalam pengujian validitas suatu instrumen. Meskipun instrumen yang valid umumnya

juga reliabel, pengujian reliabilitas tetap perlu dilakukan secara terpisah (Sugiyono, 2020: 185).

Metode perhitungan yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah dengan *split-half method* (metode belah dua) dari *Spearman-Brown Correlation*. Metode ini menghitung reliabilitas dengan cara memberikan tes pada sejumlah subjek dan kemudian hasil tes tersebut dibagi menjadi dua bagian yang sama besar (berdasarkan pemilihan genap-ganjil). Cara kerjanya adalah sebagai berikut:

- a. Item dibagi dua secara acak (misalnya item ganjil/genap), kemudian dikelompokkan dalam kelompok I dan kelompok II.
- b. Skor untuk masing-masing kelompok dijumlahkan sehingga terdapat skor total untuk kelompok I dan II.
- c. Korelasi skor antara kelompok I dan kelompok II dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum AB - (\sum A \sum B)}{\sqrt{\{n (\sum A^2) - (\sum A)^2\} \{n (\sum B^2) - (\sum B)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi *pearson product moment*

n = Jumlah responden uji coba

A = Variabel nomor ganjil

B = Variabel nomor genap

$\sum A$ = Jumlah total skor belahan ganjil

$\sum B$ = Jumlah total skor belahan genap

$\sum A^2$ = Jumlah kuadrat total skor belahan ganjil

$\sum B^2$ = Jumlah kuadrat total skor belahan genap

$\sum AB$ = Jumlah perkalian skor jawaban terhadap belahan ganjil dan belahan genap

- d. Hitung angka reliabilitas untuk keseluruhan item dengan menggunakan rumus korelasi Spearman Brown sebagai berikut:

$$r = \frac{2rb}{1+rb}$$

Keterangan:

r = Nilai reliabilitas

rb = Korelasi *pearson product method* antar belahan pertama (ganjil) dan belahan kedua (genap), batas reliabilitas minimal 0,7.

Alat ukur harus memiliki keandalan atau reliabilitas. Suatu alat ukur dapat diandalkan jika dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama. Untuk melihat ada tidaknya suatu alat ukur digunakannya pendekatan secara statistika, dengan koefisien reliabilitas. Apabila koefisien reliabilitas lebih dari 0,7 maka secara keseluruhan pernyataan dikatakan reliabel. Sebaliknya, apabila nilai korelasi di bawah 0,7, maka item tersebut dikatakan kurang reliabel.

3.6. Metode Analisis dan Uji Hipotesis

Menurut Sugiyono (2020: 206), analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk

menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

Dalam penelitian ini, data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner, di mana setiap jawaban responden dinilai menggunakan skala *likert*. Melalui skala ini, setiap variabel yang diteliti diuraikan ke dalam beberapa indikator. Indikator-indikator tersebut kemudian menjadi dasar dalam menyusun butir-butir instrumen berupa pernyataan atau pertanyaan. Setiap jawaban dari instrumen yang menggunakan skala *likert* memiliki tingkatan sikap mulai dari sangat positif hingga sangat negatif dan masing-masing pilihan jawaban diberi skor sesuai dengan tingkatannya.

Tabel 3.2
Skala *Likert*

Bobot Nilai	Alternatif jawaban
1	Sangat tidak setuju
2	Tidak setuju
3	Kurang setuju
4	Setuju
5	Sangat setuju

Sumber: Sugiyono (2020)

Berdasarkan tabel 3.2 dapat diketahui bahwa setiap alternatif jawaban pada item-item kuesioner telah diberikan bobot nilai tertentu. Pemberian bobot ini bertujuan untuk memudahkan responden dalam memberikan jawaban. Setelah seluruh data terkumpul, langkah selanjutnya adalah mengolah data tersebut dan menyajikannya dalam bentuk tabel. Data yang telah diolah kemudian dianalisis untuk mengetahui hubungan antara variabel X terhadap variabel Y serta dampaknya terhadap variabel Z dengan menggunakan teknik analisis jalur (*Path Analysis*). Hubungan antar variabel dalam penelitian ini bersifat asosiatif kausal,

yaitu untuk menguji hubungan sebab-akibat di antara variabel-variabel yang diteliti.

3.6.1. Analisis Deskriptif

Menurut Sugiyono (2020: 206), statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif atas variabel independen, variabel intervening dan variabel dependen yang selanjutnya dilakukan pengklasifikasian terhadap jumlah total skor responden. Jumlah skor jawaban responden yang diperoleh kemudian disusun kriteria penilaian untuk setiap item pernyataan atau pertanyaan. Dalam mendeskripsikan data dari setiap variabel penelitian dilakukan dengan menyusun tabel distribusi frekuensi untuk mengetahui apakah tingkat perolehan nilai (skor) variabel penelitian. Kemudian hasil data kuesioner dari responden dicari rata-ratanya dengan menggunakan rumus:

$$\frac{\sum \text{Jumlah Kuesioner}}{\sum \text{Pertanyaan} \times \sum \text{Responden}} = \text{skor rata-rata}$$

Setelah diketahui nilai skor rata-rata, maka untuk mengkategorikan dan mengklasifikasikan kecenderungan jawaban responden kedalam skala dengan formulasi sebagai berikut:

$$\text{Rentang Skor} = \frac{\text{Nilai Tertinggi} - \text{Nilai Terendah}}{\text{Jumlah Nilai}}$$

Dimana:

Nilai Tertinggi = 5

Nilai Terendah = 1

Lebar Skala = $\frac{5-1}{5} = 0,8$

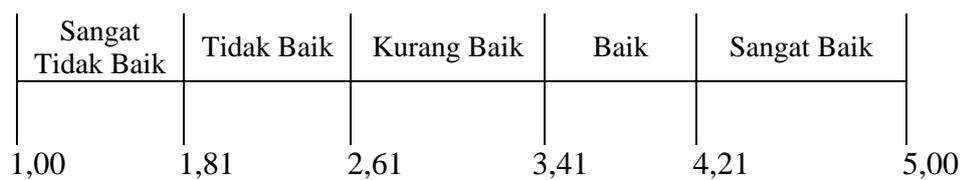
Maka dapat dibentuk kategori skala pengukuran sebagai berikut:

Tabel 3.3
Kategori Skala

Interval	Kriteria
1,00-1,80	Sangat Tidak Baik
1,81-2,60	Tidak Baik
2,61-3,40	Kurang Baik
3,41-4,20	Baik
4,21-5,00	Sangat Baik

Sumber: Sugiyono (2020)

Berdasarkan hasil diatas maka garis kontinum yang digunakan adalah sebagai berikut:



Gambar 3.2
Garis Kontinum

3.6.2. Analisis Verifikatif

Analisis verifikatif adalah analisis yang membuktikan untuk mencari kebenaran dari hipotesis yang diajukan. Berdasarkan hipotesis yang dikemukakan,

maka dari itu penelitian ini menggunakan analisis jalur (*path analysis*) karena variabel independen tidak langsung mempengaruhi variabel dependen.

3.6.2.1. Metode of Succesive Interval (MSI)

Setelah mendapatkan data dari hasil penyebaran kuisioner berupa data ordinal, perlu diubah menjadi data interval karena menggunakan analisis linier berganda, data yang diperoleh harus berupa data skala interval. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengubah data skala ordinal menjadi data skala interval adalah transformasi MSI (*Method Of Succesiive Interval*). Menurut Umi Narimawati, dkk (2020:54) langkah untuk transformasi data:

1. Ambil data ordinal hasil kuesioner.
2. Untuk setiap pernyataan, hitung proporsi jawaban untuk setiap kategori jawaban dan hitung proporsi kumulatifnya.
3. Menghitung nilai z (tabel distribusi normal) untuk setiap proporsi kumulatif. Untuk data > 30 dianggap mendekati luas daerah bawah kurva normal.
4. Menghitung nilai densitas untuk setiap proporsi kumulatif dengan memasukkan nilai z pada rumus distribusi normal.
5. Menghitung nilai skala menggunakan rumus *Method of Succesive Interval*:

$$SV = \frac{\text{Density at Liwer Limit} - \text{Density at Upper Limit}}{\text{Area Under Upper Limit} - \text{Area Under Lower Limit}}$$

Keterangan:

SV (*Scala Value*) = rata-rata interval

Density at lower limit = kepaduan batas bawah

Density at upper limit = kepaduan batas atas

Area under upper limit = Daerah dibawah batas atas

Area under lower limit = Daerah dibawah batas bawah

6. Menggunakan nilai transformasi (Nilai untuk skala interval) dengan menggunakan rumus:

$$Y = SV + (\text{Nilai Skala} + 1)$$

Untuk memudahkan dan mempercepat proses transformasi data dari skala ordinal ke skala interval, dalam penelitian ini penulis menggunakan bantuan komputer dengan program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*).

3.6.2.2. Analisis Jalur (*Path Analysis*)

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis jalur (*path analysis*) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan sebab akibat serta menganalisis dan memastikan apakah ada pengaruh *self-efficacy* dan *work life balance* terhadap *burnout* dengan *job stress* sebagai variabel mediasi pada mahasiswa aktif kelas reguler sore FEB UNPAS.

Menurut Juanim (2020: 56) analisis jalur merupakan bagian dari model regresi yang dapat digunakan untuk menganalisis hubungan sebab akibat antara satu variabel dengan variabel lainnya. Sistem hubungan sebab akibat tersebut melibatkan dua jenis variabel, yaitu variabel bebas atau independen yang biasa disimbolkan dengan X_1, X_2, \dots, X_m serta variabel terikat atau dependen yang dipengaruhi oleh variabel bebas, yang biasa disimbolkan dengan X_1, X_2, \dots, X_m (Juanim, 2020: 57).

Analisis jalur (*path analysis*) memungkinkan pengukuran pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen secara langsung maupun tidak langsung (*direct* dan *indirect effect*). Pengaruh tidak langsung ini terjadi melalui variabel perantara yang disebut variabel intervening. Berbeda dengan model regresi biasa yang hanya mengukur pengaruh langsung, analisis jalur memberikan gambaran yang lebih kompleks mengenai hubungan antar variabel dalam suatu model penelitian.

3.6.2.2.1. Asumsi-Asumsi Analisis Jalur

Terdapat beberapa syarat atau asumsi yang diperlukan dalam penggunaan analisis jalur (*Path Analysis*) menurut Juanim (2020: 61) yaitu:

1. Hubungan antar variabel dalam model bersifat linear dan aditif.
2. Seluruh error (redusial) diasumsikan tidak berkorelasi satu sama lain.
3. Variabel diasumsikan dapat diukur secara langsung.
4. Model hanya berbentuk *rekursif* atau searah.
5. Variabel-variabel diukur dengan skala interval.

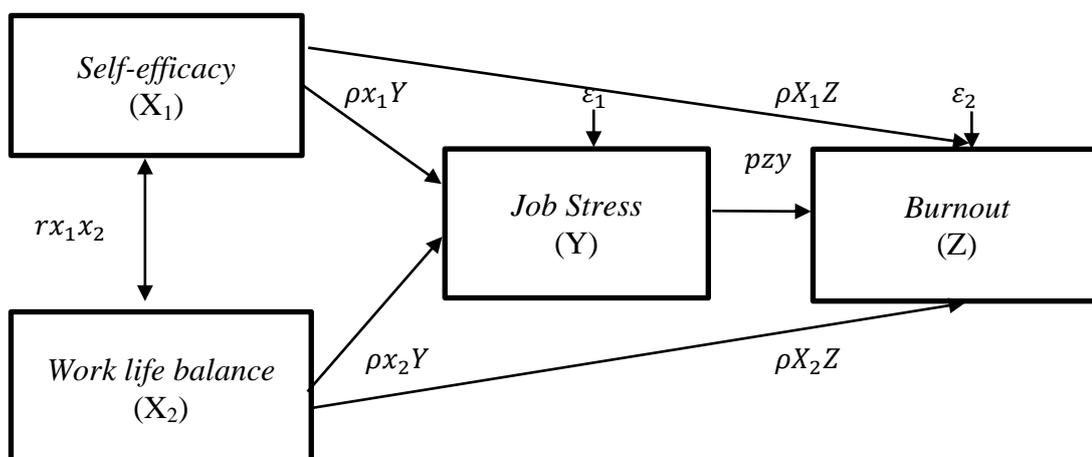
3.6.2.2.2. Teknik Pengujian Analisis Jalur

Menurut Juanim (2020: 55), penjabaran mengenai analisis jalur adalah sebagai berikut:

1. Konsep Dasar. Analisis jalur merupakan bagian dari model regresi yang dapat digunakan untuk menganalisis hubungan sebab akibat antara satu variabel dengan variabel lainnya. Dalam analisis jalur, pengaruh variabel

independen terhadap variabel dependen dapat berupa pengaruh langsung dan tidak langsung (*direct dan indirect effect*). Dengan kata lain, analisis jalur mempertimbangkan adanya pengaruh langsung maupun tidak langsung (Juanim, 2020: 57). Model *path analysis* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *mediated path model*.

2. Diagram Jalur (*Path Diagram*). Dalam analisis jalur, variabel yang dianalisis kausalitasnya dibedakan menjadi dua yaitu variabel eksogen dan variabel endogen. Variabel eksogen adalah variabel yang variasinya diasumsikan terjadi bukan karena penyebab-penyebab dalam model (tidak dipengaruhi oleh variabel lain dalam model). Sedangkan variabel endogen adalah variabel yang variasinya dipengaruhi oleh variabel eksogen atau variabel endogen lainnya dalam sistem (Juanim, 2020: 58). Dalam penelitian ini, variabel eksogen adalah *self-efficacy* (X_1) dan *work life balance* (X_2) sedangkan variabel endogen adalah *job stress* (Y) dan *burnout* (Z).



Gambar 3.3
Diagram Jalur

Keterangan:

X_1 = *Self-efficacy*

X_2 = *Work life balance*

Y = *Job Stress*

Z = *Burnout*

ρ_{yx_1} = Koefisien jalur *self-efficacy* terhadap *job stress*

ρ_{yx_2} = Koefisien jalur *work life balance* terhadap *job stress*

ρ_{zx_1} = Koefisien jalur *self-efficacy* terhadap *burnout*

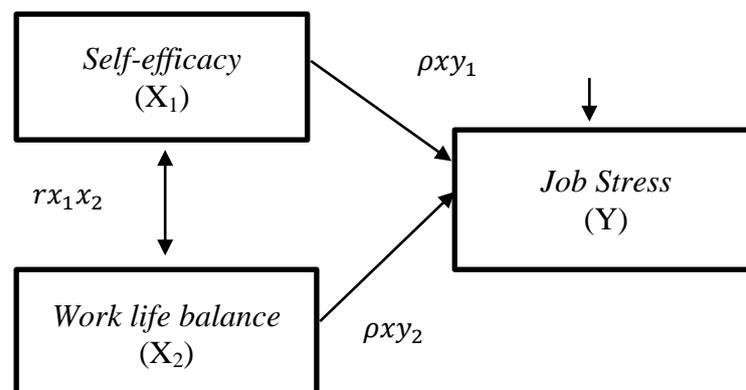
ρ_{zx_2} = Koefisien jalur *work life balance* terhadap *burnout*

ρ_{zy} = Koefisien jalur *job stress* terhadap *burnout*

$r_{x_1x_2}$ = Koefisien korelasi antara variabel independen

ε = Pengaruh faktor lain

Pada gambar 3.3 diagram jalur menunjukkan bahwa model terdiri dari dua persamaan struktural atau substruktural. Persamaan struktural ini dapat digambarkan sebagai berikut:



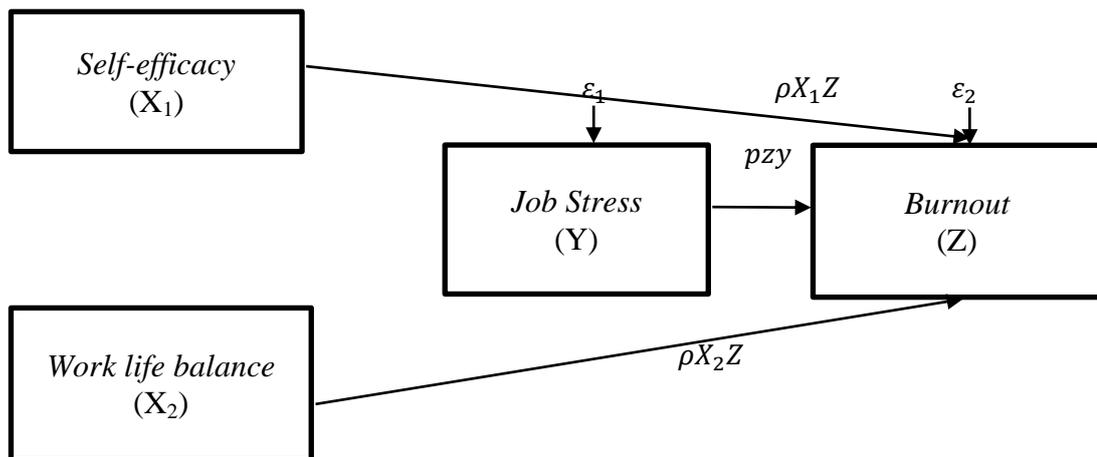
Gambar 3.4

Diagram Jalur Substruktur I

Persamaan tersebut dapat dituliskan sebagai berikut:

$$Y = \rho_{yx_1}x_1 + \rho_{yx_2}x_2 + \varepsilon_1$$

Sedangkan persamaan jalur substruktur II digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.5
Diagram Jalur Substruktur II

Persamaan tersebut dapat dituliskan sebagai berikut:

$$Z = \rho_{yz}Y + \rho_{zx_1}x_1 + \rho_{zx_2}x_2 + \varepsilon_2$$

Berdasarkan diagram jalur dapat dilihat bagaimana pengaruh langsung dan tidak langsung terjadi. Pengaruh langsung adalah pengaruh dari satu variabel independen terhadap variabel dependen tanpa melalui variabel lainnya yang disebut variabel intervening.

3.6.2.2.3. Langkah-Langkah Analisis Jalur

Langkah-langkah dalam menguji analisis jalur adalah sebagai berikut:

1. Merumuskan hipotesis dan persamaan struktural

$$\text{Struktur } Y = \rho_{yx_1}x_1 + \rho_{yx_2}x_2 + \varepsilon_1$$

$$\text{Struktur } Z = \rho_{yz}Y + \rho_{zx_1}x_1 + \rho_{zx_2}x_2 + \varepsilon_2$$

Menghitung koefisien jalur berdasarkan koefisien regresi

- a. Gambar diagram jalur lengkap, tentukan sub-sub structural, dan rumuskan persamaan struktural sesuai dengan hipotesis yang diajukan.
- b. Hipotesis: naik turunnya variabel dependen dipengaruhi secara signifikan oleh variabel independen.
- c. Menghitung koefisien regresi untuk struktur yang telah dirumuskan.

Hitung koefisien regresi untuk struktur yang telah dirumuskan:

$$\text{Persamaan regresi ganda } Y = b_1x_1 + b_2x_2 + \varepsilon_1$$

Keterangan:

Pada dasarnya, koefisien jalur (*path*) merupakan koefisien regresi yang telah distandarkan, yaitu koefisien regresi yang dihitung dari data yang telah dikonversi ke dalam bentuk *Z-score* (dengan nilai rata-rata = 0 dan standar deviasi = 1). Koefisien jalur yang distandarkan (*standardized path coefficient*) digunakan untuk menjelaskan besarnya pengaruh suatu variabel bebas terhadap variabel lain yang dianggap sebagai variabel terikat. Dalam program SPSS, koefisien jalur dapat ditemukan pada menu analisis regresi, di mana output yang digunakan adalah "*Coefficient*" yang dinyatakan sebagai "*Standardized Coefficient*" atau dikenal dengan nilai Beta. Jika diagram jalur hanya terdiri dari satu hubungan antara variabel

eksogen dan variabel endogen, maka koefisien jalur akan sama dengan koefisien korelasi sederhana (r).

2. Menghitung koefisien jalur secara simultan (keseluruhan) dan menguji hipotesis secara statistik dirumuskan sebagai berikut:

$$H_0 : \rho yx_1 = \rho yx_2 = \dots \dots \dots \rho yx_k = 0$$

$$H_1 : \rho yx_1 = \rho yx_2 = \dots \dots \dots \rho yx_k \neq 0$$

- a. Kaidah pengujian signifikan dapat dilakukan secara manual menggunakan tabel F.

- b. Kaidah pengujian signifikan: program SPSS

- Jika nilai probabilitas 0,05 lebih kecil atau sama dengan nilai probabilitas Sig atau ($0,05 \leq \text{Sig}$), maka H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya signifikan.
- Jika nilai probabilitas 0,05 lebih besar atau sama dengan nilai probabilitas Sig atau ($0,05 > \text{Sig}$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya signifikan.

3. Menghitung koefisien jalur secara individual

Hipotesis penelitian yang akan diuji dirumuskan menjadi hipotesis statistik berikut:

$$H_a = \rho yx_1 > 0$$

$$H_0 = \rho yx_1 = 0$$

Secara individual uji statistik yang digunakan adalah uji F yang dihitung dengan rumus:

$$tk = \frac{\rho k}{S_{epk}} : (dk = n - k - 1)$$

3.6.2.3. Analisis Korelasi

Analisis korelasi digunakan untuk mengetahui derajat hubungan atau kekuatan korelasi antara variabel penelitian, yaitu variabel *self-efficacy* (X_1) dan *work life balance* (X_2). Sementara itu, variabel endogen dalam penelitian ini adalah *job stress* (Y) dan *burnout* (Z). Korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi berganda dengan rumus sebagai berikut:

$$R = \frac{JK_{reg}}{\sum Y^2}$$

Keterangan:

R = Koefisien regresi ganda

JK_{reg} = Jumlah kuadrat regresi dalam bentuk deviasi

$\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat dan korelasi

Mencari JK_{reg} dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$JK_{reg} = b_1 \sum X_1 Y + b_2 \sum X_2 Y$$

Mencari $\sum Y^2$ menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\sum Y_2 = \sum Y^2 - \frac{\sum Y^2}{N}$$

Berdasarkan nilai Koefisien Korelasi (R) yang diperoleh dapat dihubungkan $-1 < R < 1$, sedangkan untuk masing-masing nilai R dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Apabila $R = 1$, artinya terdapat hubungan yang positif sempurna antara variabel X_1 , X_2 , Y dan Z .
2. Apabila $R = -1$, artinya terdapat hubungan yang negative sempurna antara variabel X_1 , X_2 , Y dan Z .

3. Apabila $R = 0$, artinya tidak terdapat hubungan antara variabel X_1 , X_2 , Y dan Z .

4. Apabila nilai R berada diantara -1 dan 1 , maka:

Tanda $(-)$ menunjukkan adanya korelasi tidak langsung/korelasi negatif.

Tanda $(+)$ menunjukkan adanya korelasi langsung atau korelasi positif.

Untuk mengetahui pengaruh secara langsung maupun tidak langsung dari masing-masing dimensi pada variabel penelitian tersebut dapat dilakukan dengan menghitung pengaruh langsung dan tidak langsung pada masing-masing dimensi.

Tabel 3.4

Taksiran Besarnya Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,000 – 0,199	Sangat Lemah
0,200 – 0,399	Lemah
0,400 – 0,599	Sedang
0,600 – 0,799	Kuat
0,800 – 1.000	Sangat Kuat

Sumber: Sugiyono (2020)

3.6.2.4. Analisis Koefisien Determinasi

Analisis koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel independen yang dapat dijelaskan oleh variabel dependen. Koefisien Determinasi (R^2) pada intinya mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen dengan nilai antara nol sampai satu ($0 < R^2 < 1$). Nilai R^2 yang kecil menunjukkan bahwa kemampuan variabel-variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen sangat terbatas. Klasifikasi koefisien korelasi tanpa memperhatikan arah adalah sebagai berikut:

- | | |
|------------------|----------------------|
| 1. 0 | = Tidak Ada Korelasi |
| 2. 0 s.d. 0,49 | = Korelasi Lemah |
| 3. 0,50 | = Korelasi Moderat |
| 4. 0,51 s.d.0,99 | = Korelasi Kuat |
| 5. 1,00 | = Korelasi Sempurna |

Koefisien determinasi pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh hubungan *self-efficacy* (X_1) dan *work life balance* (X_2) terhadap *job stress* (Y) dan *burnout* (Z). Langkah-langkah perhitungan analisis koefisien determinasi yang dilakukan adalah determinasi berganda (simultan) koefisien determinasi dan analisis koefisien determinasi parsial, dengan rumus sebagai berikut:

1. Analisis koefisien determinasi simultan

Koefisien determinasi simultan digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh hubungan variabel *self-efficacy* (X_1) dan *work life balance* (X_2) terhadap *job stress* (Y) dan *burnout* (Z). Perhitungan koefisien determinasi secara simultan dapat diketahui dengan rumus sebagai berikut:

$$kd = R^2 \times 100\%$$

Keterangan:

Kd = Koefisien determinasi

R^2 = Kuadrat dari koefisien berganda

100 % = Pengali yang menyatakan dalam presentase

2. Analisis koefisien determinasi parsial

Koefisien determinasi parsial digunakan untuk menentukan besarnya pengaruh dari salah satu variabel independen terhadap variabel dependen, dimana variabel bebas lainnya dianggap konstan. Untuk mengetahui besarnya pengaruh variabel terikat terhadap variabel bebas digunakan analisis koefisien determinasi secara parsial, menggunakan rumus seperti dibawah ini:

$$kd = \beta \times \text{Zero Order} \times 100\%$$

Keterangan:

β = Beta (nilai *standarliezed coefficients*)

Zero Order = Matrik korelasi variabel bebas dengan variabel terikat
dimana apabila:

Kd = 0, berarti pengaruh variabel X terhadap variabel Y, lemah

Kd = 1, berarti pengaruh variabel X terhadap variabel Y, kuat

3.6.2.5. Analisis Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung

Berdasarkan diagram jalur dapat dilihat bagaimana pengaruh langsung dan tidak langsung tersebut. Pengaruh langsung adalah pengaruh dari suatu variabel independen ke variabel dependen, tanpa melalui variabel dependen lainnya. Sedangkan pengaruh tidak langsung adalah situasi dimana variabel independen mempengaruhi variabel dependen atau variabel lain yang disebut variabel intervening (Juanim 2020:62). Pengaruh langsung dan pengaruh tidak langsung dapat dilihat sebagai berikut:

a. Hasil Langsung (*Direct Effect*)

Hasil dari X_1 dan X_2 terhadap Y , dan Y terhadap Z atau lebih sederhana disajikan sebagai berikut:

$$\text{DE } YX_1 : X_1 \longrightarrow Y = \rho YX_1$$

$$\text{DE } YX_2 : X_2 \longrightarrow Y = \rho YX_2$$

$$\text{DE } ZY : Y \longrightarrow Z = \rho ZY$$

b. Hasil Tidak Langsung (*Indirect Effect*)

Hasil tidak langsung (*Indirect Effect*) adalah dari X terhadap Z melalui Y , atau lebih sederhana dapat dilihat sebagai berikut:

$$\text{IE } ZYX_1 : X_1 \longrightarrow Y \longrightarrow Z = \rho YX_1, \rho ZY$$

$$\text{IE } ZYX_2 : X_2 \longrightarrow Y \longrightarrow Z = \rho YX_2, \rho ZY$$

c. Hasil Total (*Total Effect*)

Hasil total adalah penjumlahan dari hasil pengaruh langsung dan hasil pengaruh tidak langsung yang memuat keseluruhan variabel independen, intervening dan dependen yang dapat dilihat sebagai berikut:

$$\text{TE} = \text{DE } \rho YX_1 + \text{IE } \rho ZYX_1$$

$$\text{TE} = \text{DE } \rho YX_2 + \text{IE } \rho ZYX_2$$

Penjelasan rumus diatas memperlihatkan bahwa hasil langsung diperoleh dari hasil analisis jalur nilai beta, sedangkan hasil tidak langsung diperoleh dengan mengalihkan koefisien *rho* (nilai beta) yang melewati variabel antara (penghubung) dengan variabel lainnya sedangkan pengaruh total merupakan hasil penjumlahan dari hasil pengaruh langsung dan tidak langsung.

3.6.2.6. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap permasalahan penelitian yang telah dirumuskan dalam bentuk pernyataan. Untuk memperoleh jawaban dari rumusan masalah, maka diperlukan pengujian hipotesis yang sesuai dengan hipotesis yang telah dirumuskan. Untuk memperoleh kesimpulan atas rumusan masalah, diperlukan pengujian hipotesis yang telah disusun sebelumnya. Pengujian dilakukan dengan menggunakan uji signifikansi melalui penetapan hipotesis nol (H_0) dan hipotesis alternatif (H_a). Hipotesis nol (H_0) menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel independen terhadap variabel dependen. Sebaliknya, hipotesis alternatif (H_a) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel independen dan variabel dependen.

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada atau tidaknya pengaruh *self-efficacy*, *work life balance* terhadap *burnout* dengan *job stress* sebagai variabel mediasi dengan menggunakan uji parsial, simultan dan mediasi (*sobel test*).

3.6.2.6.1. Uji Hipotesis Parsial (Uji T)

Hipotesis parsial bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen secara terpisah, serta apakah pengaruh tersebut signifikan atau tidak. Variabel independen yang diteliti mencakup *self-efficacy* dan *work life balance*, sementara variabel dependennya adalah *burnout* dengan *job stress* sebagai variabel mediasi.

Pengujian secara parsial dilakukan dengan membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} . Hipotesis parsial dijelaskan ke dalam bentuk statistik sebagai berikut:

1. Hipotesis 1

$H_0 : \rho_{yx_1} = 0$, tidak terdapat pengaruh signifikan variabel *self-efficacy* (X_1) terhadap *job stress* (Y).

$H_1 : \rho_{yx_1} \neq 0$, terdapat pengaruh signifikan variabel *self-efficacy* (X_1) terhadap *job stress* (Y).

2. Hipotesis 2

$H_0 : \rho_{yx_1} = 0$, tidak terdapat pengaruh signifikan variabel *work life balance* (X_2) terhadap *job stress* (Y).

$H_1 : \rho_{yx_1} \neq 0$, terdapat pengaruh signifikan variabel *work life balance* (X_2) terhadap *job stress* (Y).

3. Hipotesis 3

$H_0 : \rho_{yx_1} = 0$, tidak terdapat pengaruh signifikan variabel *self-efficacy* (X_1) terhadap *burnout* (Z).

$H_1 : \rho_{yx_1} \neq 0$, terdapat pengaruh signifikan variabel *self-efficacy* (X_1) terhadap *burnout* (Z).

4. Hipotesis 4

$H_0 : \rho_{yx_1} = 0$, tidak terdapat pengaruh signifikan variabel *work life balance* (X_2) terhadap *burnout* (Z).

$H_1 : \rho_{yx_1} \neq 0$, terdapat pengaruh signifikan variabel *work life balance* (X_2) terhadap *burnout* (Z).

5. Hipotesis 5

$H_0 : \rho_{yx_1} = 0$, tidak terdapat pengaruh signifikan variabel *job stress* (Y) terhadap *burnout* (Z).

$H_1 : \rho_{yx_1} \neq 0$, terdapat pengaruh signifikan variabel *job stress* (Y) terhadap *burnout* (Z).

Kemudian untuk menghitung pengaruh parsial tersebut maka digunakan T_{test} dengan rumus sebagai berikut:

$$t = \sqrt{\frac{n - (k + 1)}{1 - r^2}}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

r = Nilai Korelasi

k = Jumlah variabel independen

Taraf nyata yang digunakan adalah $\alpha = 0,05$, nilai T_{hitung} dibandingkan dengan T_{tabel} dan ketentuannya sebagai berikut:

- a. Jika $T_{\text{hitung}} > T_{\text{tabel}}$, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak.
- b. Jika $T_{\text{hitung}} < T_{\text{tabel}}$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.

3.6.2.6.2. Uji Hipotesis Simultan (F)

Uji F digunakan untuk mengetahui apakah seluruh variabel independen secara simultan berpengaruh terhadap variabel dependen. Pengujian ini dilakukan untuk menilai kemampuan model dalam menjelaskan variabel terikat melalui

kombinasi variabel bebas yang digunakan. Secara prinsip, Uji F menunjukkan apakah variabel-variabel independen yang dimasukkan ke dalam model memiliki pengaruh bersama terhadap variabel dependen. Hipotesis yang diajukan pada taraf nyata signifikansi $\alpha = 0,05$ dirumuskan sebagai berikut:

1. $H_0 : \rho_{yx_1} = \rho_{yx_2} = 0$, tidak terdapat pengaruh signifikan variabel *self-efficacy* (X_1) dan *work life balance* (X_2) terhadap *job stress* (Y) yang berdampak pada *burnout* (Z).
2. $H_1 : \rho_{yx_1} = \rho_{yx_2} \neq 0$, terdapat pengaruh signifikan variabel *self-efficacy* (X_1) dan *work life balance* (X_2) terhadap *job stress* (Y) yang berdampak pada *burnout* (Z).

Untuk menghitung nilai F, dapat digunakan rumus berikut ini:

$$F = \frac{R^2/k}{(1 - R^2)(n - k - 1)}$$

Keterangan:

F = Uji hipotesis dengan uji F

R^2 = koefisien korelasi ganda yang telah diterima

k = Jumlah variabel bebas

n = Ukuran sampel

Dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima (signifikan)

Jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak (tidak signifikan)

3.6.2.6.3. Uji Pengaruh Mediasi (*Sobel Test*)

Pengujian hipotesis ini digunakan untuk mengetahui pengaruh mediasi yaitu *job stress*. Pengujian hipotesis mediasi dapat dilakukan dengan prosedur yang dikembangkan oleh Sobel pada tahun 1982 yang dikenal dengan Uji Sobel (*Sobel Test*). Uji sobel dilakukan dengan cara menguji kekuatan pengaruh tidak langsung variabel independen terhadap variabel dependen melalui variabel mediasi. Rumus uji Sobel adalah sebagai berikut:

$$Sab = \sqrt{b^2sa^2 + a^2sb^2 + sa^2sb^2}$$

Keterangan:

Sab : Besarnya *standard error* pengaruh tidak langsung

a : Jalur variabel independen (X) dengan variabel mediasi (Y)

b : Jalur variabel mediasi (Y) dengan variabel dependen (Z)

sa : *Standard error* koefisien a

sb : *Standard error* koefisien b

Sementara untuk menguji signifikansi pengaruh tidak langsung, maka kita perlu menghitung nilai t dari koefisien dengan rumus sebagai berikut:

$$t = \frac{ab}{sab}$$

Nilai t_{hitung} ini dibandingkan dengan nilai t_{tabel} , jika nilai $t_{hitung} >$ nilai t_{tabel} maka dapat disimpulkan terjadi pengaruh mediasi.

3.7. Rancangan Kuesioner

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan kepada responden untuk dijawab. Rancangan kuesioner yang dibuat merupakan kuesioner tertutup yaitu kuesioner yang jawabannya dibatasi atau ditentukan oleh peneliti. Kuesioner ini memuat pernyataan berdasarkan indikator sebagaimana yang telah tercantum dalam operasionalisasi variabel. Kemudian kuesioner dibagikan kepada mahasiswa aktif kelas reguler sore Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pasundan Bandung melalui *google form* dan disebar melalui Grup *Whatsapp*.

3.8. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan pada mahasiswa kelas reguler sore Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pasundan Bandung (Jalan Tamansari Nomor 6-8, Tamansari, Kecamatan Bandung Wetan, Kota Bandung, Jawa Barat 40116). Proses penelitian dilakukan sejak peneliti membuat proposal penelitian dan dilanjutkan sesuai surat keputusan Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pasundan Bandung yang dimulai pada tanggal 17 Maret 2025 sampai berakhirnya masa bimbingan.