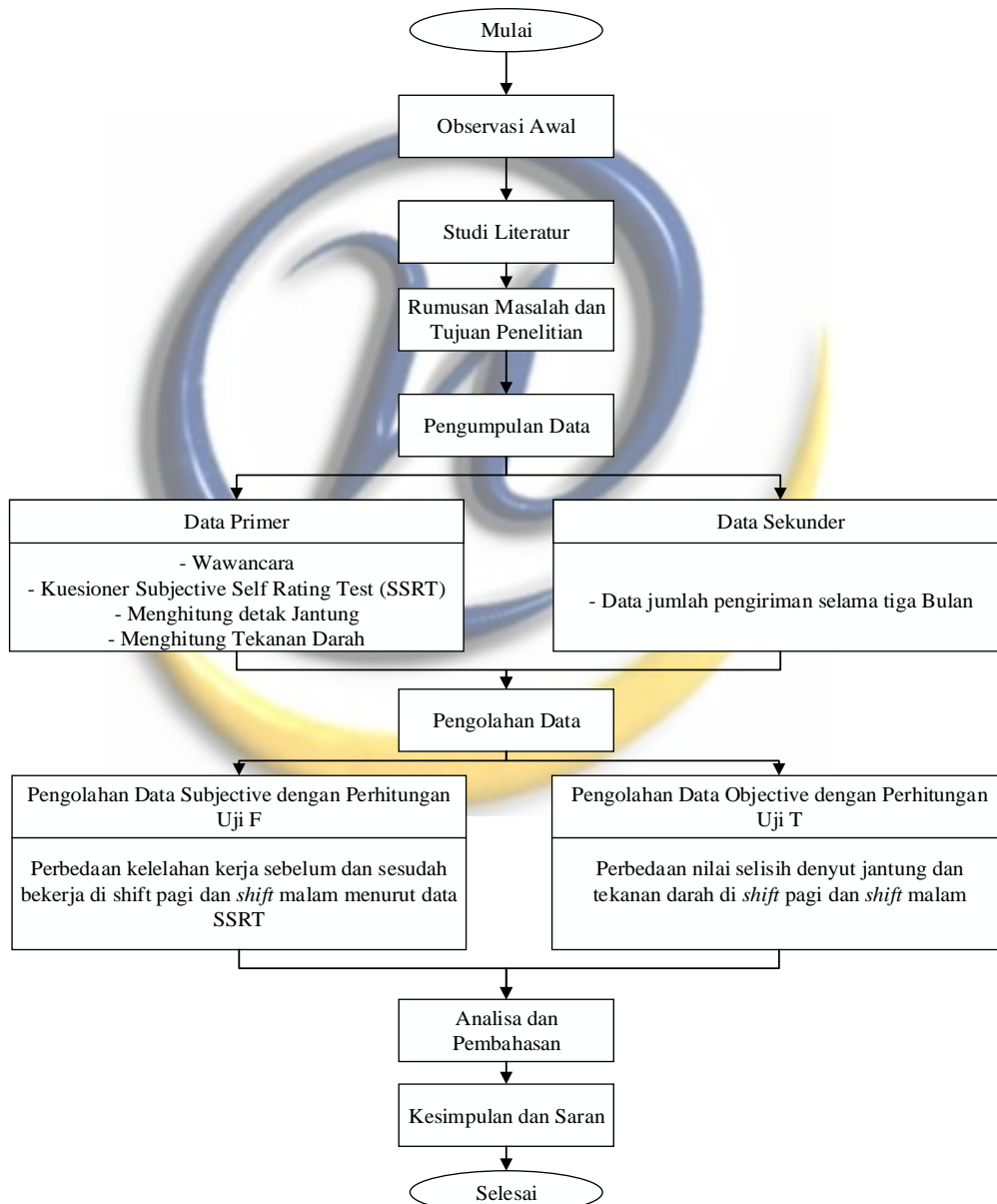


BAB III

METEDOLOGI PENELITIAN

3.1 Flowchart Metodologi Penelitian

Berikut adalah *Flowchart* kegiatan penelitian bagaimana langkah-langkah penulis untuk dapat penyelesaian permasalahan yang akan diselesaikan adalah sebagai berikut pada Gambar 3.1:



Gambar 3.1 *Flowchart* Metodologi Penelitian

3.2 Uraian *Flowchart* Metodologi Penelitian

3.2.1 Observasi Awal

Observasi Awal dilakukan agar dapat mengetahui kondisi perusahaan serta untuk mendapatkan kebenaran permasalahan apa saja yang terjadi di perusahaan yang dapat diteliti guna untuk menentukan topik permasalahan serta objek-objek yang akan diteliti pada perusahaan, sehingga penelitian dapat dilakukan dan lebih terarah.

3.2.2 Studi Literatur

Studi Literatur dilakukan untuk mencari referensi guna untuk mendapatkan metode yang sesuai untuk menyelesaikan permasalahan yang akan diteliti. Tahap ini juga sebagai dasar untuk melakukan studi penelitian. Serta konsep yang digunakan untuk menjelaskan variabel apa saja yang akan diteliti, sehingga penelitian dapat terlaksana. Landasan Teori merupakan hal pendukung untuk memperjelas permasalahan yang diteliti guna untuk mencapai tujuan yaitu menyelesaikan permasalahan yang sedang diteliti.

3.2.3 Rumusan Masalah dan Tujuan Penelitian

Rumusan Masalah dan Tujuan Penelitian guna untuk menunjukkan suatu hasil yang diperoleh melalui penelitian. Mampu juga merumuskan permasalahan agar dapat membantu peneliti untuk menyelesaikan penelitian sesuai dengan masalah yang ada pada perusahaan. Tujuannya untuk dapat memecahkan permasalahan yang ada untuk mendapatkan jawaban yang pasti setelah melakukan penelitian guna membantu perusahaan dalam memperbaiki masalah-masalah yang ada didalam perusahaan.

3.2.4 Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan cara untuk dapat mengumpulkan data yang dapat membantu memecahkan masalah yang sedang diteliti. Pengumpulan data di dapat dengan cara melakukan observasi secara langsung ke perusahaan PT *Mail Processing Center (MPC)* agar mendapatkan data *real*, sehingga penelitian dapat dilaksanakan dengan baik tanpa adanya kendala yang serius. Pengumpulan data dilakukan dengan berbagai cara yaitu:

1. Data Primer

Data primer adalah data yang mengacu pada informasi yang diperoleh dari tangan pertama oleh peneliti yang berkaitan dengan variabel minat untuk tujuan spesifik studi. Sumber data primer adalah responden individu, kelompok fokus, internet juga dapat menjadi sumber data primer jika kuesioner disebarluaskan melalui internet (Uma Sekaran, 2011). Adapun cara untuk mendapatkan data primer sebagai berikut:

a. Wawancara

Tahap ini dapat dilakukan dengan cara melakukan wawancara secara langsung terhadap pekerja distribusi yang ada di PT *Mail Processing Center (MPC)*. Wawancara juga bertujuan mengetahui permasalahan apa saja yang dirasakan pekerja terutama permasalahan pada fisik pekerja itu sendiri.

b. *Subjective Self Rating Test (SSRT)*

Metode *Subjective Self Rating Test (SSRT)* digunakan untuk mendapatkan data *subjective*, permasalahan apa saja yang dirasakan pekerja distribusi saat bekerja dengan sistem *shift* pagi dan malam yang dominan bekerja dengan fisik secara terus menerus. Hal ini dilakukan dengan cara wawancara sebelum dan sesudah bekerja pada *shift* pagi dan malam, guna untuk mendapatkan data yang pasti. Wawancara dilakukan untuk mendapatkan data yang akan diolah dengan menggunakan metode *Subjective Self Rating Test (SSRT)*. Wawancara pada *Subjective Self Rating Test (SSRT)* berupa pertanyaan tentang kelelahan fisik seperti pelemahan kegiatan, pelemahan motivasi, dan gambaran kelelahan fisik. Format penulisan kuesioner *Subjective Self Rating Test (SSRT)* ialah berisikan data umum pekerja seperti nama, usia, pendidikan, berat badan, tinggi badan, lama bekerja, merokok atau tidak, keterangan saat bekerja saat *shift* pagi atau malam, keterangan sebelum dan sesudah bekerja Adapun 30 pertanyaan yang diajukan yaitu berisi tentang pelemahan kegiatan, pelemahan fisik, gambaran kelelahan fisik pertanyaan-pertanyaan pada kuesioner diberikan nilai atau *skoring*

dari 0 sampai 3 yang berisikan keterangan *skoring*, berikut contoh kuesioner *subjective self rating test*:

Tabel 3. 1 Contoh Kuesioner *Subjjective Self Rating Test (SSRT)*

No	Daftar Pertanyaan	Skoring			
		0	1	2	3
A.	Pelemahan Kegiatan				
1	Apakah saudara ada perasaan berat kepala?				
2	Apakah saudara merasa lelah pada seluruh tubuh?				
3	Apakah saudara merasa berat dikaki?				
4	Apakah saudara sering menguap pada saat bekerja?				
5	Apakah pikiran saudara kacau pada saat bekerja?				
6	Apakah saudara merasa mengantuk?				
7	Apakah saudara merasa ada beban pada bagian mata				
8	Apakah gerakan saudara terasa canggung dan kaku?				
9	Apakah saudara merasakan pada saat berdiri tidak stabil?				
10	Apakah saudara merasa ingin berbaring?				
B.	Pelemahan Motivasi				
11	Apakah saudara merasa susah berfikir?				
12	Apakah saudara merasa malas untuk berbicara?				
13	Apakah saudara merasa gugup?				
14	Apakah saudara merasa tidak dapat berkonsentrasi?				
15	Apakah saudara merasa sulit memusatkan perhatian?				
16	Apakah saudara merasa mudah melupakan sesuatu?				
17	Apakah saudara merasakan kepercayaan diri berkurang?				
18	Apakah saudara merasa cemas?				
C.	Gambaran Kelelahan Fisik				
19	Apakah saudara merasa sulit untuk mengontrol sikap?				
20	Apakah saudara merasa tidak tekun dalam pekerjaan?				
21	Apakah saudara merasakan sakit dibagian kepala?				
22	Apakah saudara merasakan kaku dibagian bahu?				
23	Apakah saudara merasakan nyeri dibagian punggung?				
24	Apakah saudara merasa sesak nafas?				
25	Apakah saudara merasa haus?				
26	Apakah suara saudara terasa serak?				
27	Apakah saudara merasa pening?				
28	Apakah saudara merasa ada yang mengganjal dikelopak mata				
29	Apakah anggota badan saudara terasa gemetar?				
30	Apakah saudara merasa kurang sehat?				
	Jumlah Skor pada masing-masing kolom:				
	Total Skor kelelahan individu:				

(Sumber: Pengolahan Data)

- 0 : Tidak Pernah (Tidak Pernah terasa)
1 : Kadang-kadang (Jika 1-2 hari terasa dalam satu minggu)
2 : Sering (Jika 3-4 hari terasa dalam satu minggu)
3 : Selalu (Jika hampir tiap hari terasa)

Dengan klasifikasi tingkat kelelahan subjektif berdasarkan total skor jika skor 30 – 52 dinyatakan rendah, skor 53 – 75 dinyatakan sedang, skor 76 – 98 dinyatakan tinggi, dan jika skor mencapai 99 – 120 dinyatakan sangat tinggi. Dimana menentukan klasifikasi kelelahan subjective berdasarkan total skor individu menggunakan pedoman Tarwaka, (2010).

Kuesioner diberikan atau di serahkan kepada pekerja di hari Sabtu sehingga, pekerja dapat atau mengingat kembali kejadian-kejadian atau yang terasa pada tubuh pada saat sebelum dan sesudah bekerja dalam satu minggu. Kuesioner disebarakan kepada 14 responden, pemilihan responden hanya pada pekerja divis distribusi di PT *Mail Processing Center (MPC)* yang dominan bekerja dengan fisik, sehingga kelelahan subjective lebih terasa.

c. **Data Objective**

Data *objective* di dapatkan dengan mengukur secara langsung denyut jantung dan tekanan darah pekerja dengan bilangan berbentuk angka, Pengukuran di dapat dengan menggunakan alat TensiMeter Digital untuk menghitung denyut jantung dan tekanan darah pekerja distribusi di PT *Mail Processing Center (MPC)* sebelum dan sesudah bekerja pada *shift* pagi dan juga *shift* malam. TensiMeter Digital berfungsi sebagai pembeda nilai pada denyut jantung dan tekanan darah pekerja sebelum dan sesudah bekerja *shift* pagi dan *shift* malam agar dapat dilihat perbedaan nilai terendah dan tertinggi tekanan darah dan denyut jantung pekerja.

d. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang mengacu pada informasi yang dikumpulkan dari sumber yang telah ada. Sumber data sekunder adalah catatan atau dokumentasi perusahaan, publikasi pemerintah, analisis industri oleh media, situs Web, internet dan seterusnya (Uma Sekaran, 2011). Data sekunder berfungsi untuk melihat berapa banyak pekerjaan fisik yang dilakukan oleh pekerja distribusi dalam sehari guna untuk membantu menghitung kelelahan, denyut jantung dan tekanan darah.

3.2. 5 Pengolahan Data

Tahap ini melakukan pengolahan data dengan data-data yang sudah terkumpul melalui pengumpulan data dengan menggunakan metode yang sesuai:

1. *Subjective Self Rating Test (SSRT)*.

Pengolahan data dilakukan dengan mengukur kelelahan fisik pekerja distribusi sebelum dan sesudah bekerja pada *shift* pagi dan malam, dan kemudian data yang sudah di dapat diolah dengan menggunakan *Friedman Test* untuk dibandingkan antar data agar mendapatkan hasilnya.

2. Denyut Jantung

Pengolahan denyut jantung dilakukan dengan cara membandingkan denyut jantung pekerja, sebelum bekerja dan sesudah bekerja di *shift* pagi dan juga *shift* malam menggunakan perhitungan T-test.

3. Tekanan Darah

Pengolahan pada tekanan darah dilakukan dengan cara membandingkan data tekanan darah pekerja sesaat sebelum bekerja dan sesudah bekerja di *shift* pagi dan *shift* malam dengan menggunakan perhitungan T-test.

3.2. 6 Analisis dan Pembahasan

1. Tahap ini menjelaskan data dengan hasil dari pengolahan data yang menggunakan metode *Subjective Self Rating Test (SSRT)*. Hasil yang sudah diolah pada pengolahan data kemudian dilakukan analisis agar hasil dari pengolahan data dapat menjelaskan fenomena pengaruh pada kelelahan subjektif pegawai.

2. Tahap selanjutnya menganalisis hasil dari perhitungan denyut jantung untuk mendapatkan hasil yang lebih signifikan dengan menggunakan perhitungan t-test. Perhitungan tersebut digunakan untuk menentukan hasil pengukuran mana pada kedua *shift* yang mencapai nilai signifikansi yang diharapkan yaitu $<0,05$. Jika nilai signifikan $<0,05$ maka perlu adanya perbaikan sikap kerja.
3. Pada analisis tekanan darah, dengan membandingkan hasil signifikansi Asymp pada kedua *shift* guna untuk melihat hasil signifikan mana yang mencapai nilai ketelitian yang diharapkan yaitu $<0,05$. Jika nilai signifikan $<0,05$ maka perlu adanya perbaikan sikap kerja.

3.2. 7 Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan dan saran merupakan simpulan atau penjelasan semua hal yang sudah dibahas dari awal penelitian hingga mendapatkan hasil yang berhubungan dengan rumusan masalah yang sudah ada pada bab satu, serta saran-saran apa saja dari peneliti untuk memudahkan penelitian selanjutnya.