

BAB III METODE PENELITIAN

Metode merupakan cara-cara yang digunakan untuk memperoleh pengetahuan. Metode ilmiah merupakan pengetahuan ilmiah yang tercipta dari kerangka landasan. Sedangkan penelitian memiliki arti bahwa cara mengumpulkan data dan merumuskan generalisasi berdasarkan data untuk menjawab permasalahan dan pertanyaan secara runtut atau sistematis, penelitian adalah cara yang digunakan untuk pemecahan permasalahan dan menemukan cara untuk mengembangkan batang tubuh pengetahuan yang terorganisasikan melalui metode ilmiah.¹

Dapat ditarik kesimpulan bahwa metode penelitian adalah cara-cara yang digunakan untuk memecahkan permasalahan untuk mengembangkan batang tubuh penelitian secara sistematis dan terorganisir melalui metode ilmiah guna memperoleh pengetahuan dari hal yang ingin diteliti.

A. Jenis dan Pendekatan

Jenis penelitian ini melalui pendekatan kuantitatif karena data yang ditampilkan lebih berbentuk angka dan lebih bersifat sistematis yakni Langkah-langkah tertentu yang bersifat logis dan wajar. Metode penelitian eksperimen merupakan salah satu dari metode penelitian kuantitatif yakni memiliki tujuan sebab akibat dengan mengubah sistematis sifat (nilai-nilai) variabel bebas satu atau lebih dalam kelompok eksperimen.² Kuantitatif adalah pengumpulan data investigasi sistematis mengenai sebuah fenomena yang diukur menggunakan teknik matematika atau komputasi dan statistika, data-data yang diperoleh dalam penelitian kuantitatif dinyatakan dalam bentuk angka-angka yang diperoleh dari lapangan dengan mengubah nilai-nilai kualitatif menjadi nilai-nilai kuantitatif.³

Metode eksperimen digunakan pada penelitian ini, metode eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk

¹ Ade Ismayani, *METODOLOGI PENELITIAN* (Syiah Kuala University Press) 4, <https://books.google.co.id/books?id=-1rVDwAAQBAJ>.

² I Putu Ade Danre Payadnya ,dan I Gusti Agung Ngurah Trisna Jayantika, *Pdantuan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik Dengan SPSS* (sleman: Deepublish, 2018) 1, <https://books.google.co.id/books?id=NaCHDwAAQBAJ>.

³ Muhammad Ramdhan, *Metode Penelitian* (Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2021) 2, https://books.google.co.id/books?id=Ntw_EAAAQBAJ.

mengetahui pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam keadaan terkendali.⁴ Dalam penelitian terdapat 3 proses yakni *pretest* (pengukuran awal), *treatment* (perlakuan), *Posttest* (pengukuran akhir). Riset ini memiliki tujuan untuk mengetahui Efektivitas Pelatihan Efikasi Diri Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Menurunkan *Burnout* Di PPSDSN Pendowo Kudus.

B. Setting Penelitian

Setting penelitian atau disebut lokasi penelitian menunjukkan tempat penelitian dilaksanakan, lokasi penelitian di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Sensorik Netra Pendowo Kudus (PPSDSN) yang berlokasi pada Jalan Pendowo No.10, Nganguk, Mlati Lor, Kecamatan Kota Kudus, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah 59319, dan menurut peneliti adalah lokasi yang tepat untuk melaksanakan penelitian mengenai Efektivitas Pelatihan Efikasi Diri Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Menurunkan *Burnout* Di PPSDSN Pendowo Kudus, maka dari itu peneliti melakukan beberapa kali kunjungan sesuai waktu dan bersedia untuk memberikan informasi pengambilan data yang diberikan pihak lokasi penelitian.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi menurut kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) memiliki artian yakni beberapa orang yang memiliki ciri-ciri yang sama, jumlah penduduk disuatu daerah, jumlah penghuni dalam suatu ruangan tertentu baik berupa mahluk lain ataupun manusia, sumber pengambilan sampel yang diambil dari suatu benda, ataupun manusia atau suatu kumpulan yang memenuhi syarat yang memenuhi syarat penelitian. Husaini Utsman mengungkapkan pemikirannya dalam memaparkan populasi yakni sekelompok objek yang jelas dan lengkap yang dilihat melalui karakteristik tertentu yang diambil dari hasil pengukuran dan perhitungan dalam penelitian kuantitatif maupun kualitatif. Sedangkan Sudjana mengungkapkan bahwa populasi adalah karakteristik kumpulan anggota yang jelas dan lengkap yang ingin diteliti mengenai sifat-sifatnya yang pengukurannya ataupun hasil menghitung

⁴ Sugiyono, *Metode penelitian kuantitatif dan R&D*, (bdanung: Alfabeta,2009), 72

dan nilai yang mungkin dalam penelitian kualitatif maupun kuantitatif.⁵ Populasi adalah karakteristik tertentu yang ada pada keseluruhan objek atau individu yang akan di teliti.⁶

Kesimpulan dari beberapa pengertian diatas bahwa populasi adalah sekumpulan objek yang memiliki karakteristik tertentu yang memiliki sifat jelas dan lengkap yang diambil melalui pengukuran atau hasil menghitung dan nilai-nilai yang ada yang berhubungan dalam penelitian yang dilakukan dalam penelitian kualitatif dan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan disabilitas tuna netra di PPSDSN Pendowo sebagai populasi yang ingin di teliti dengan jumlah 35 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian populasi yang diambil melalui cara tertentu yang memiliki karakteristik yang dianggap mewakili penelitian yang memiliki sifat jelas yang lengkap.⁷

Penelitian ini penetapan sampel diambil menggunakan teknik *probability sampling* yang memiliki arti yakni teknik pengambilan sampel apabila setiap unit sampel memiliki peluang yang sama untuk terambil sebagai unit sampel, pengambilan sampel menggunakan *puroasive sampling* yakni teknik penetapan sampel dengan pertimbangan tertentu dengan menggunakan metode pemilihan unit sampling yang disengaja dan disebut dengan penghakiman.⁸ Jenis *Probability sampling* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *simple rdanom sampling* yakni pengambilan sampel secara acak, menurut Sugiyono mengungkapkan bahwa *simple rdanom sampling* adalah metode yang digunakan dalam memilih sampel secara acak sederhana sehingga setiap sampel yang diambil dapat memiliki peluang yang sama besar pada seluruh anggota populasi, kerangka sampel diambil dari seluruh anggota populasi, cara pengambilan dilakukan secara acak

⁵ Eddy Roflin, dan Iche Danriyani Liberty, *POPULASI, SAMPEL, VARIABEL DALAM PENELITIAN KEDOKTERAN* (pekalongan: Penerbit NEM, 2021) 4-5 <https://books.google.co.id/books?id=ISYrEAAAQBAJ>.

⁶ Johar Arifin, *Statistik Bisnis Terapan Excel 2007+cd* (Elex Media Komputindo, 2008) 69 ,<https://books.google.co.id/books?id=q2jal41aZn4C>

⁷ Johar Arifin, *Statistik Bisnis Terapan Excel 2007+cd* (Elex Media Komputindo, 2008) 69 ,<https://books.google.co.id/books?id=q2jal41aZn4C>.

⁸ Jamilah, *metodologi penelitian bagi Mahasiswa*, (bintang semesta media, selemant: yogyakarta), 92

sederhana yakni dengan memilih individu sampel yang digunakan secara acak untuk mewakili populasi keseluruhan.⁹

Sampel yang diambil dalam penelitian ini menggunakan 15 sampel dari 35 populasi yang diambil secara acak dilihat dari tingkatan *burnout* yang tertinggi.

D. Desain dan Definisi Operasional Variabel

1. Desain penelitian

Menurut Alsa mengungkapkan bahwa desain penelitian memiliki arti bahwa suatu strategi yang berperan sebagai pedoman atau penuntut penelitian untuk mencapai tujuan penelitian yang dilakukan peneliti pada seluruh proses penelitian. Sedangkan hasil dari pemikiran Arikunto mengatakan bahwa desain diibaratkan sebagai peta jalan yang digunakan peneliti untuk menentukan arah penelitiannya secara benar dan tepat sesuai dengan tujuan yang ditetapkan sehingga apabila peneliti tidak memiliki desain penelitian maka peneliti tidak dapat melakukan penelitian karena peneliti tidak memiliki pedoman untuk menentukan arah penelitiannya.¹⁰

Penelitian ini peneliti menggunakan tipe desain penelitian yakni *pr-experimental design* (Desain Pra-Eksperimen) desain *One Group pretest posttest*.¹¹ Pengembangan desain penelitian ini dengan cara melakukan satu kali pengukuran diawal (*Pretest*) lalu dilakukan (*treatment*) dan yang terakhir dilakukan pengukuran terakhir (*posttest*). Sehingga alasan peneliti mengambil desain penelitian ini karena dianggap sesuai dengan judul penelitiannya yakni nantinya peneliti akan memberikan *pretest* kepada penyandang disabilitas tuna netra di PPSDSN Pendowo

⁹ Aderibigbe, "ANALISIS TINGKAT KEMATANGAN GONAD TERIPANG KELING (*Holothuria Atra*) DI PERAIRAN MENJANGAN KECIL, KARIMUNJAWA", *Energies*, 6.1 (2018), 1–8 , <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1120700020921110%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.reuma.2018.06.001%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.arth.2018.03.044%0Ahttps://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1063458420300078?token=C039B8B13922A2079230DC9AF11A333E295FCD8>.

¹⁰ Sandu Siyoto dan Ali Sodik, *Dasar Metode Penelitian Cetakan 1* (Yogyakarta: Literasi Media, 2015)98.

¹¹ Sugiyono, *Metode penelitian kuantitatif dan R&D*, (bandung: Alfabeta,2009) ,74

Kudus untuk mengetahui tingkatan tinggi rendah *burnout* yang di rasakan di PPSDSN Pendowo Kudus, lalu setelah itu dilakukan *treatment* berupa Pelatihan Efikasi Diri, kemudian dilakukan *posttest*, sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat. Berikut desain *One Group pretest posttest*.¹²

Gambar 3. 1 desain *One group Pretest Posttes*

One-Group Pretest-Posttest Design

Pretest	Treatment	Posttest
O_1	X	O_2

Keterangan

- O_1 : Nilai Pretest (sebelum diberikan treatmen/perlakuan)
- X : Pelatihan, (treatmen/perlakuan) yakni pelatihan efikasi diri
- O_2 : Nilai Posttest (setelah diberikan perlakuan/ treatmen)

Adapun langkah-langkah dari penelitian eksperimen antara lain:

- a. *Pretest* digunakan untuk mengukur variabel sebelum diberikan perlakuan (*treatmen*) dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkatan *burnout* yang dialami di PPSDSN Pendowo Kudus dan seberapa banyak orang yang mengalami *Burnout* tinggi.
 - b. *Treatment* (perlakuan), *Treatment* yang diberikan pada penelitian ini adalah dengan melakukan pelatihan Efikasi Diri, pelatihan ini digunakan untuk menurunkan *burnout* orang-orang di PPSDSN Pendowo Kudus yang tinggi, pelatihan ini dilakukan selama 3 kali pertemuan dengan durasi kurang lebih 60 menit.
 - c. *Posttest*, diberikan kepada penyanang tuna netra di PPSDSN Pendowo Kudus setelah dilakukannya pelatihan Efikasi Diri, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan pelatihan yang dilakukan.
 - d. Analisis data, proses menganalisis data yang terkumpul.
2. Definisi Oprasional variabel

Oprasional variabel adalah hal yang sangat penting dalam penelitian untuk menghindari kesalahan-kesalahan dalam penelitian seperti kesalahpahaman ataupun penyimpangan dalam pengumpulan data, contohnya seperti

¹² Sugiyono, *Metode penelitian kuantitatif dan R&D*, (bandung: Alfabeta,2009), 75

kurangnya konsistensi dalam penyusunan pertanyaan atau kurang tepatnya penggunaan instrumen.¹³

Pengertian variabel di sebut dengan definisi oprasional variabel yang diungkap dalam definisi konsep yakni secara nyata dalam lingkup objek penelitian/ objek yang ingin diteliti, secara oprasional, dan secara praktik. Dan dapat dijelaskan bahwa variabel merupakan konsep yang mempunyai variasi nilai-nilai dengan adanya variabel *dependent* dan *independent*. Yang dapat dielaskan bahwa variabel *independent* (variabel bebas) dilambangkan (X) adalah variabel yang menyebabkan atau mempengaruhi timbulnya variabel terikat, sedangkan variabel *dependent* (variabel trikat) dilambangkan (Y) adalah variabel yang dipengaruhi karena adanya variabel bebas.¹⁴ Sehingga dalam penelitian ini variabel yang digunakan peneliti yakni

- a) Variabel X (variabel *independen*) adalah *burnout*
- b) Variabel Y (variabel *dependent*) adalah pelatihan efikasi diri dalam bimbingan kelompok

E. Uji Validitas dan Reliabilitas instrumen

1. Uji validitas

Validitas pada hakikatnya memiliki arti sebagai alat yang memiliki kemampuan untuk mengukur sasaran ukurnya dengan memperhatikan kegunaan instrumen dan isinya. Dan uji validitas dimaksudkan untuk mengukur sah atau tidaknya suatu kuisisioner dengan menguji semua pernyataan dan pertanyaan yang ada dalam penelitian dengan menghubungkan pertanyaan atau pernyataan dengan seluruh tanggapan mengenai pertanyaan dan pernyataan dalam setiap variabelnya.¹⁵ Alat bantu yang digunakan peneliti adalah SPSS yang digunakan untuk menguji validitas data.

¹³ Gede Muninjaya, *Langkah Langkah Praktis Penyusunan Proposal Dan Publikasi Ilmiah* (Egc) 24, https://books.google.co.id/books?id=HrsR0_e8KYYC.

¹⁴ A F Pakpahan dan others, *Metodologi Penelitian Ilmiah* (Yayasan Kita Menulis, 2021) 63, <https://books.google.co.id/books?id=okoyEAAAQBAJ>.

¹⁵ Budi Darma, *STATISTIKA PENELITIAN MENGGUNAKAN SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)* (GUEPEDIA), 7 <https://books.google.co.id/books?id=acpLEAAAQBAJ>.

Uji validitas data diukur dengan membandingkan nilai r (*person correlation*) dengan nilai r Tabel. Nilai r hitung menggunakan nilai yang tertera pada baris *person correlation*, sedangkan untuk menentukan nilai r Tabel menggunakan rumus $N-2$, dan N adalah banyak responden. Dalam uji validitas ada beberapa kriteria untuk menentukan pengujian, diantaranya:

- a) Instrumen penelitian dikatakan valid apabila $r_{\text{hitung}} > r_{\text{Tabel}}$
- b) Instrumen penelitian dikatakan tidak valid (*invalid*) apabila $r_{\text{hitung}} < r_{\text{Tabel}}$

2. Uji Reliabilitas

Reabilitas adalah suatu nilai dalam mengukur gejala yang sama untuk menunjukkan konsistensi suatu alat pengukur.¹⁶ Sehingga reabilitas memiliki konsep yakni suatu pengukuran yang terbebas dari galat pengukuran (*measurement error*) yang memiliki sifat tetap dan terpercaya. Sedangkan uji reabilitas instrumen untuk mengetahui data dalam penelitian dapat diandalkan untuk pengujian atau tidak.

Untuk menguji reabilitas dalam penelitian variabel diukur melalui pertanyaan atau pernyataan yang dilakukan dengan membandingkan antara tingkat atau taraf signifikan yakni 0,5 dengan *cronbach's alpha*. Adapun kriteria dalam uji reabilitas antara lain:

- a) Instrumen dapat dikatakan reliabel apabila nilai *cronbach's alpha* > tingkat signifikan.
- b) Instrumen dapat dikatakan tidak reliabel apabila nilai *cronbach's alpha* < tingkat signifikan.¹⁷

F. Teknik Pengumpulan Data

Data adalah suatu fakta yang disimbolkan dengan sebuah angka, symbol, kode, dan sebagainya dan juga disebut sebagai suatu keterangan mengenai suatu hal yang diketahui dan dianggap. Data diambil dari sumbernya di bagi menjadi 2 yakni:

¹⁶ Husein Umar, *Metode Riset Bisnis: Panduan Mahasiswa Untuk Melaksanakan Riset Dilengkapi Contoh Proposal Dan Hasil Riset Bidang Manajemen Dan Akuntansi* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), 113, <https://books.google.co.id/books?id=ihn8T5S8HaQC>.

¹⁷ Budi Darma, *STATISTIKA PENELITIAN MENGGUNAKAN SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)* (GUEPEDIA), 17, <https://books.google.co.id/books?id=acpLEAAQBAJ>.

1. Data primer

Diartikan sebagai data yang diambil langsung dari sumbernya sehingga data ini sering disebut dengan data asli yang berwujudkan hasil wawancara, pengisian kuisisioner atau bukti transaksi.¹⁸ Dalam penelitian ini data primer yang diambil dari responden yakni disabilitas tuna netra di PPSDSN Pendowo kudus dengan berupa penyebaran pertanyaan dengan menyebarkan kuesioner melalui selebaran kertas dengan cara dibantu peneliti dalam mengisiskan yakni dengan membantukan membacakan pertanyaannya satu persatu.

2. Data sekunder

Data sekunder pada hakikatnya adalah data yang tercipta dari orang-orang yang telah menelitinya, atau di sebut sebagai sumber kedua setelah data primer¹⁹ sumber kedua yan diambil peneliti terdiri atas, jurnal, skripsi, buku, tesis dan lainnya.

Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan dalam sebuah penelitian untuk mengumpulkan data-data yang terpercaya dan jelas adanya secara sistmatis dan objektif sehingga dapat terjaganya tingkat validitas dan reabilitasnya dan penunjang dan pendukung data penelitian, cara pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini diantaranya menggunakan.

1. Angket (Kuesioner)

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan secara tertulis dan disebarkan melalui kuisisioner online (secara online), atau kuisisioner lansung yang bertujuan agar pertanyaan tersebut dijawab oleh responden.²⁰ pertanyaan pertanyaan yang telah di susun nantinya akan diukur menggunakan skala likert yang terdiri atas lima kategori pertanyaan yakni :

Tabel 3.1 Skala Likert

Skor	Keterangan	Simbol
4	Sangat Setuju	SS
3	Setuju	S
2	Tidak Setuju	TS

¹⁸ Anak agung putu agung, *Metodologi penelitian Bisnis*, (ub press, malang: 2012)58-60

¹⁹ Anak agung putu agung, *Metodologi penelitian Bisnis*, (ub press, malang: 2012),60

²⁰ Anak agung putu agung, *Metodologi penelitian Bisnis*, (ub press, malang: 2012),63

1	Sangat Tidak Setuju	STS
---	---------------------	-----

Penyebaran kuesioner disebarkan peneliti menggunakan kertas secara langsung dengan memberikan bantuan yakni membacakan pertanyaannya satu persatu dikarenakan responde yang diteliti adaah disabilitas tuna netra yang kesulitas memahami huruf alfabet.

2. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode data yang dikumpulkan berupa data-data terlampir dari tempat penelitian maupun tidak seperti data-data, prasasti, arsip lembaga, data gambar maupun foto. Data disini berupa objek penelitian yakni Disabilitas Tuna Netra PPSDSN Pendowo Kudus²¹

G. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah pengelolaan data yang digunakan untuk mengubah data agar data tersebut bisa menjadi sebuah informasi, sehingga data yang disajikan dapat mudah dipahami dan digunakan sebagai solusi dan kesimpulan untuk menjawab pertanyaan pertanyaan dalam penelitian.²² Adapun analisis data dilampirkan sebagai berikut:

1. Analisis Pendahuluan

Suatu proses awal dalam penelitian disebut dengan analisis pendahuluan. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan teknik analisis yakni dengan memberikan penilaian berdasarkan hasil tes yang telah disebar kepada objek yang ingin diteliti baik dari menilai melalui kuantitas dan kualitas, melalui langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Alternatif jawaban SS (sangat setuju) untuk pernyataan *favorable* mendapatkan skor 4 sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* mendapatkan skor 1.
- b. Alternatif jawaban S (setuju) untuk pernyataan *favorable* mendapatkan skor 3 sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* mendapatkan skor 2.

²¹ Sugiyono, *Metode penelitian kuantitatif dan R&D*, (bandung: Alfabeta,2009)199

²² Jamilah, *metodologi penelitian bagi mahasiswa* (bintang semesta media, yogyakarta:2021) 95

- c. Alternatif jawaban TS (Tidak setuju) untuk pernyataan *favorable* mendapatkan skor 2 sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* mendapatkan skor 3.
 - d. Alternatif jawaban STS (sangat tidak setuju) untuk pernyataan *favorable* mendapatkan skor 1 sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* mendapatkan skor 4.
2. Uji Normalitas

Uji yang dilakukan sebelum menguji hipotesis disebut dengan uji Normalitas dengan tujuan supaya data yang di kumpulkan diambil dari populasi normal atau berdistribusi normal. Uji Statistika Normalitas yang sering digunakan pada penelitian yakni *Jaque Bera, Chi-Square, Kolmogorov Smirnov, Shapiro Wilk, Lilliefors*.²³

Tujuan dari uji normalitas adalah untuk melihat dalam regresi apakah nilai residuitas berdistribusi normal atau berdistribusi tidak normal, jika normal maka uji statistika menggunakan uji parametrik sedangkan Ketika tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji nonparametrik Sehingga untuk menguji Normalitas pada penelitian ini menggunakan salah satu dari Uji Statistika Normalitas yakni *Kolmogorov Smirnov* karena metode ini efektif untuk sampel-sampel kecil, sedangkan dalam penelitian ini sampel yang digunakan yakni 15 sangat sesuai ketika menggunakan *Kolmogorov Smirnov*. Penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS *for windows rilis 23.0* untuk memudahkan dalam pengujian normalitas dalam menganalisis kenormalan instrumen. Adapun dasar-dasar dalam pengujian normalitas antara lain

- a. Data dikatakan tidak berdistribusi normal apabila sig (Signifikansi) $< 0,05$.
- b. Data dikatakan berdistribusi normal apabila sig (Signifikansi) $> 0,05$.²⁴

²³ “penjelasan tentang Uji Normalitas” dalam www.statistikian.com/2013/01/ujinormalitas.htm/amp

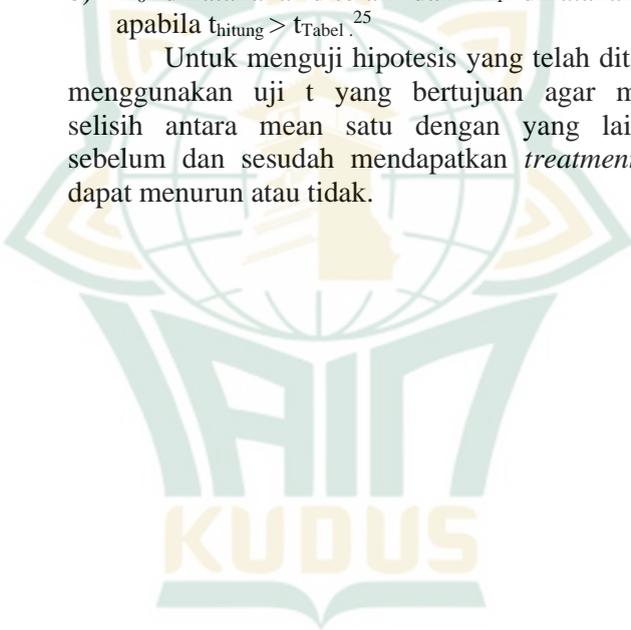
²⁴ Saifuddin Azwar, *Penyusunan skala Psikologis*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2009), 28

3. Uji Statistika Parsial (Uji t)

Uji t digunakan untuk mengetahui adakah pengaruh atau tidak pada masing-masing Variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y), Dasar dari pengambilan keputusan dalam uji t nantinya di bandingkan antara hasil t hitung dan t Tabel 4. dengan tingkat probabilitas signifikan (α) sebesar 5% (0,05) dan df (n-k-1), dimana n = jumlah data, Adapun kriteria dalam penelitian, sebagai berikut :

- a) H_0 dikatakan diterima dan H_1 dikatakan ditolak apabila $t_{hitung} < t_{Tabel}$.
- b) H_0 dikatakan ditolak dan H_1 dikatakan diterima apabila $t_{hitung} > t_{Tabel}$.²⁵

Untuk menguji hipotesis yang telah ditolak dapat menggunakan uji t yang bertujuan agar mengetahui selisih antara mean satu dengan yang lainnya dan sebelum dan sesudah mendapatkan *treatment*, *burnout* dapat menurun atau tidak.



²⁵ Anwar Sanusi, *Metodologi penelitian bisnis*, 144-145