

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Dalam penelitian ini metode yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif. Azwar (2017) mendefinisikan penelitian kuantitatif sebagai penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan diolah dengan metoda analisis statistika. Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi linier sederhana. Menurut Sarwono (2012) apabila ingin mengukur adanya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dapat menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis metode analisis regresi linier sederhana yang bertujuan untuk mengukur besarnya pengaruh variabel bebas (X) yaitu *academic burnout* terhadap variabel terikat (Y) yaitu variabel prokrastinasi akademik.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Azwar (2017) menjelaskan bahwa definisi operasional adalah definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan ciri atau karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Berikut ini merupakan definisi operasional masing-masing variabel, yaitu:

1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda mengerjakan tugas yang dilakukan secara sengaja serta berulang-ulang, baik itu

memulai atau menyelesaikan tugas yang berkaitan dengan bidang akademik, yang diukur melalui aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ferrari, dkk (dalam Suridjah & Tjundjing, 2007), diantaranya yaitu *emotional distress* (adanya perasaan cemas), *perceived ability* (keyakinan kemampuan diri), *perceived time* (kegagalan menepati batas waktu), dan *intention-action gap* (celah antara keinginan dan perilaku),

2. *Academic Burnout*

Academic Burnout merupakan suatu kondisi kelelahan yang dirasakan oleh seseorang baik secara fisik maupun emosional yang disebabkan oleh tugas-tugas atau kegiatan akademik, yang diukur melalui aspek yang dikembangkan oleh Salmela-Aro dan Näätänen (dalam Rahman, 2020) diantaranya, yaitu *emotional exhaustion* (kelelahan emosional), *personal inadequacy* (penurunan pencapaian personal), dan *cynism* (sinisme)

C. Populasi dan Tehnik Sampel

1. Populasi Penelitian

Azwar (2017) mendefinisikan populasi penelitian sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Populasi pada penelitian ini yaitu mahasiswa Psikologi di Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2020. Berdasarkan data yang diperoleh dari Ketua Mahasiswa (KM) terdapat 192 mahasiswa Psikologi UBP Karawang angkatan 2020 yang terbagi menjadi 6 (enam) kelas yaitu PS20A, PS20B, PS20C, PS20D, PS20E, dan PS20F, sehingga populasi pada penelitian ini sebanyak 192

mahasiswa. Berikut ini data mahasiswa Psikologi UBP Karawang angkatan 2020:

Tabel 1
Data Mahasiswa Psikologi UBP Karawang Angkatan 2020

No	Kelas	Jumlah Mahasiswa
1	PS20A	32 Mahasiswa
2	PS20B	27 Mahasiswa
3	PS20C	36 Mahasiswa
4	PS20D	34 Mahasiswa
5	PS20E	29 Mahasiswa
6	PS20F	34 Mahasiswa
Jumlah Keseluruhan		192 Mahasiswa

2. Tehnik Sampel

Azwar (2017) mengatakan bahwa subjek yang digunakan sebagai sampel merupakan sebagian dari subjek pada populasi, dengan kata lain sampel adalah bagian dari populasi. Dalam sebuah penelitian, terdapat suatu tehnik dalam pengambilan sampel. Sugiyono (2017) mengemukakan pendapat bahwa tehnik sampel merupakan tehnik pengambilan sampel yang dapat menentukan jumlah sampel yang akan digunakan pada penelitian.

Pada penelitian ini ditentukan jumlah sampel sebanyak 126 mahasiswa dari seluruh kelas. Penetapan jumlah sampel ini menggunakan cara melihat tabel

Isaac dan *Michael* dengan tingkat kesalahan 5%. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *probability sampling* dengan pengambilan sampel acak sederhana (*simple random sampling*). Teknik ini dipilih karena dapat mengurangi bias dan memberikan peluang yang sama pada seluruh anggota populasi.

D. Tehnik Pengumpulan Data

Untuk menentukan hasil penelitian ini, maka peneliti menggunakan skala *academic burnout* dan juga skala prokrastinasi akademik sebagai acuan skala pengukuran. Menurut Sugiyono (2018) pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai *setting* dan berbagai cara. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menyebarkan tautan melalui aplikasi *WhatsApp*, kemudian setelah itu mahasiswa mengisi kuesioner pada *Google Form*.

Skala penelitian ini menggunakan aitem yang berbentuk pernyataan yang disusun berdasarkan bentuk *favourable* dan *unfavourable*. Azwar (2019) menjelaskan bahwa aitem yang mendukung (*favourable*) menggambarkan suatu dukungan, keberpihakan atau menunjukkan kesesuaian dengan deskripsi berperilaku pada indikatornya. Selanjutnya, aitem yang berisi tidak mendukung yaitu (*unfavorable*). Penelitian ini menggunakan skala likert dengan 4 (empat) alternatif jawaban yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) dan STS (Sangat Tidak Setuju). Adapun skor tiap-tiap pernyataan sebagai berikut:

Tabel 2
Skor Aitem

Alternatif Jawaban	Skor Aitem	
	Favourable	Unfavourable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Pada penelitian ini menggunakan dua skala yang terdiri dari skala prokrastinasi akademik dan skala *academic burnout*.

1. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu skala tidak baku. Peneliti membuat aitem dari variabel prokrastinasi akademik berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ferrari dkk. (dalam Surijah & Tjundjing, 2007) yang terdiri dari 4 (empat) aspek di antaranya, yaitu *perceived time* (kegagalan menepati batas waktu), *intention-action gap* (kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual), *emotional distress* (perasaan cemas ketika menunda pekerjaan), dan *perceived ability* (keraguan terhadap kemampuan diri sendiri). Berikut ini merupakan *blueprint* dari skala prokrastinasi akademik berdasarkan aspek-aspek dan indikatornya:

Tabel 3
Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik

No.	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah Aitem
			Fav	Unfav	
1.	<i>Perceived Time</i>	1. Tidak dapat mengatur waktu	1, 15	8, 22	4
		2. Gagal menepati batas waktu	2, 16	9, 23	4
2.	<i>Intention-Action Gap</i>	1. Kemampuan diri ketika terdesak	3, 17	10, 24	4
		2. Ketidaksesuaian antara rencana dan kinerja aktual	4, 18	11, 25	4
3.	<i>Emotional Distress</i>	1. Kecemasan	5, 19	12, 26	4
4.	<i>Perceived Ability</i>	1. Ragu-ragu	6, 20	13, 27	4
		2. Rasa takut	7, 21	14, 28	4
Jumlah Item			14	14	28

2. Skala *Academic Burnout*

Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu skala baku dalam bentuk adaptasi dari instrumen skala *School Burnout Inventory* (SBI) versi Bahasa Indonesia. Menurut Rahman (2020) SBI ini pada awalnya dikembangkan oleh Salmela-Aro pada tahun 2005 dengan tujuan untuk mengukur *academic burnout* pada remaja. Inventori ini berisi 9 (sembilan) aitem yang dikembangkan dari tiga indikator berikut ini, yaitu *emotional exhaustion* (kelelahan emosional karena tugas akademik), *cynism* (menurunnya motivasi akademik) dan *personal inadequacy* (penurunan pencapaian atau prestasi personal pada perkuliahan).

Tabel 4
Blue Print Skala Academic Burnout

No.	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah Aitem
			Fav	Unfav	
1.	<i>Emotional Exhaustion</i>	Kelelahan emosional karena tugas-tugas akademik	1, 4, 7, 9	-	4
2.	<i>Cynicism</i>	Kehilangan minat dan motivasi dalam mengerjakan tugas-tugas akademik	2, 5, 6	-	3
3.	<i>Personal Inadequacy</i>	Merasa pesimis dan penurunan prestasi pada bidang akademik	3, 8	-	2
Jumlah Item			9	0	9

E. Metode Analisis Instrumen

Arikunto (2017) menjelaskan bahwa data di dalam penelitian ini dapat memiliki kedudukan yang paling tinggi, karena merupakan penggambaran variabel yang diteliti, dan berfungsi sebagai alat pembuktian hipotesis. Maka dari itu, benar atau tidaknya data, tergantung dari baik tidaknya instrumen yang akan digunakan untuk pengumpulan data. Instrumen yang baik setidaknya harus memenuhi dua persyaratan penting, yaitu valid dan reliabel.

1. Validitas

Menurut Azwar (2021) valid artinya tepat dan cermat mencapai sasaran, dalam pengukuran berarti berhasil mengukur dengan akurat. Agar dapat

mengetahui apakah skala mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurnya, dibutuhkan suatu proses pengujian validitas atau disebut validasi. Validitas merupakan representasi dari keakuratan suatu informasi. Penelitian ini menggunakan validitas isi (*content validity*). Pengujian validitas isi pada penelitian ini melalui professional judgement, yaitu dinilai oleh individu yang professional.

a. Validitas isi

Azwar (2012) menjelaskan bahwa perhitungan validitas ini menggunakan Aiken's V untuk menghitung *content validity coefficient* yang didasarkan pada hasil penelitian dari panel ahli sebanyak n individu terhadap suatu aitem dari segi sejauh mana aitem tersebut mewakili konstruk yang diukur. Berikut ini merupakan formula yang akan digunakan dalam validitas isi:

$$V = \frac{\sum s}{[n(c - 1)]} \quad s : r - l_o$$

Keterangan:

l_o: Angka penilaian validitas terendah (1)

c: Angka penilaian validitas tertinggi (5)

r: Angka yang diberikan oleh seorang penilai

2. Analisis Aitem

Azwar (2019) menjelaskan jika item mempunyai korelasi positif dengan kriterium (skor total) dengan korelasi yang tinggi, maka menunjukkan jika item tersebut mempunyai daya diskriminan yang tinggi. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *corrected item total correlation*, dengan menggunakan batasan $r_{ix} \geq 0,30$.

Azwar (2019) mengatakan bahwa pengambilan keputusan dalam uji validitas *corrected item total correlation* pada signifikansi 5% dapat didasarkan pada ketentuan sebagai berikut:

1. Jika nilai r hitung $> 0,30$ maka butir aitem skala dinyatakan valid.
2. Sementara, jika r hitung $< 0,30$ maka butir aitem skala dinyatakan tidak valid.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan program SPSS versi 26.

3. Reliabilitas

Salah satu ciri instrumen ukur yang berkualitas baik adalah reliabel (*reliable*), yaitu mampu menghasilkan skor yang cermat dengan eror pengukuran kecil (Azwar, 2021). Pengertian reliabilitas mengacu kepada kepercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Pengukuran dikatakan tidak cermat bila eror pengukurannya terjadi secara random. Antara skor individu yang satu dengan yang lain terjadi eror yang tidak konsisten dan bervariasi sehingga perbedaan skor yang diperoleh lebih banyak ditentukan oleh eror, bukan oleh perbedaan yang sebenarnya (Azwar, 2021). Pada uji reliabilitas ini mengaplikasikan teknik alpha (α) pada program

SPSS versi 26 dengan kriteria *Cronbach's Alpha Guilford* $> 0,70$ untuk menyatakan tingkat karakteristik tinggi atau *reliable*.

F. Teknik Analisis Data

Sugiyono (2017) menjelaskan bahwa analisis data merupakan cara mengelompokkan data berdasarkan variabel serta jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari keseluruhan responden, menyajikan data pada tiap variabel yang akan diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang akan digunakan.

1. Uji Normalitas

Menurut Sugiyono dan Susanto (2015) uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas dengan variabel terikat mempunyai distribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Kriteria yang berlaku apabila nilai $\text{Sig.} > 0,05$ maka residual berdistribusi normal. Analisis data uji normalitas menggunakan *software* SPSS versi 26.

2. Uji Linieritas

Menurut Sugiyono (2015) uji linieritas merupakan suatu pengujian yang digunakan untuk mengetahui apakah variabel terikat dengan variabel bebas mempunyai hubungan linier atau tidak secara signifikan. Uji linieritas dapat diketahui melalui *test of linearity*. Pada tabel Anova, kriteria yang digunakan adalah jika nilai signifikan pada *linearity* $\leq 0,05$ maka dapat dikategorikan

linier, begitupun sebaliknya jika nilai sig. pada *linearity* $\geq 0,05$ dikategorikan tidak linier. Analisis data pada uji linieritas menggunakan *software* SPSS versi 26.

3. Uji Hipotesis

Penelitian ini juga menguji hipotesis dengan mengaplikasikan uji regresi linear sederhana. Berdasarkan teori yang dikembangkan oleh (Sugiyono, 2018), analisis regresi linier sederhana adalah metode yang dapat menguji data dimana data tersebut tersusun berdasarkan 2 (dua) variabel, yaitu *independent variable* dan *dependent variable*. Pada uji hipotesis ini akan diketahui apakah H_a ditolak dan H_0 diterima, ataupun sebaliknya H_a diterima dan H_0 ditolak. Analisis data pada uji hipotesis ini akan dilakukan menggunakan *software* SPSS versi 26.

4. Uji Koefisien Determinasi

Pada uji koefisien determinasi Sugiyono (2018) mengembangkan teori dalam menetapkan besaran dampak *independent variable* (X) terhadap *dependent variable* (Y) dengan mengkalkulasi besaran nilai dari koefisien determinasi. Berikut ini merupakan rumus koefisien determinasi:

$$KD = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

KD: Koefisien Determinasi

r: Koefisien Korelasi

5. Uji Kategorisasi

Menurut Azwar (2019) tujuan dari kategorisasi adalah untuk menempatkan individu yang akan dimasukkan dalam kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur, contohnya adalah dimulai dari rendah ke tinggi dan sebagainya. Pada penelitian ini menggunakan kategorisasi 3 jenjang yang diperoleh dengan *software* SPSS versi 26 dengan rumus sebagai berikut :

Tabel 5
Kategorisasi Skala

Kategorisasi	Rumus
Rendah	$X < (M - 1 SD)$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$
Tinggi	$(M + 1SD) \leq X$

KARAWANG