

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian diartikan sebagai pengatur latar belakang agar peneliti memperoleh data yang valid yang sesuai dengan karakteristik variabel dengan tujuan penelitian. Pemilihan rancangan penelitian mengacu pada hipotesis yang akan diuji. Dalam rancangan penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian dengan metode kuantitatif deskriptif yang akan menggambarkan, menjelaskan, dan membuktikan apakah ada hubungan antara variabel *dependent* (terikat) dan variabel *independent* (bebas) berdasarkan keadaan dan fenomena yang telah terjadi mengenai objek penelitian variabel *dependent* (terikat). Metode penelitian kuantitatif sendiri merupakan suatu metode penelitian yang digunakan untuk mengidentifikasi variabel pada penelitian. Dalam menggunakan metode penelitian kuantitatif ini digunakan agar penelitian yang dilakukan sesuai dengan konteks penelitian di lapangan ataupun sesuai dengan content isu-isu yang diteliti dengan memerlukan daya kritis yang tinggi berdasarkan pada data – data kuantitatif yang ada.

Penelitian ini menggunakan analisis data yaitu regresi linier berganda dengan mengambil sample penelitian berfokus pada siswa kelas IX MTsN 8 Kediri.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi menurut Nazir adalah kumpulan dari individu dengan

kualitas dan ciri-ciri yang ditetapkan¹. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang peneliti tetapkan. Populasi menggambarkan berbagai karakteristik subjek penelitian yang kemudian menentukan pengambilan sampel.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IX MTsN 8 Kediri, seluruh siswa kelas IX MTsN 8 Kediri yang berjumlah 326 siswa dari sembilan kelas tersebut. Berikut rincian populasi dalam penelitian ini yang tersaji pada Tabel 3.1.

Tabel 3. 1 Jumlah siswa kelas IX MTsN 8 Kediri

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	IX A	29
2	IX B	29
3	IX C	26
4	IX D	38
5	IX E	42
6	IX F	40
7	IX G	41
8	IX H	42
9	IX I	39
TOTAL		326

¹ Moh. Nazir, *Metode Penelitian*, (Bogor: Ghalia Indonesia, 2005), hlm. 271.

2. Sampel

Menurut Sugiyono sampel penelitian adalah faktor dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut². Bila populasi besar, dan peneliti tidak memungkinkan mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus bentuk – bentuk representatif (mewakili).

Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang akan dipergunakan adalah *Simple Random Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dari anggota populasi dengan menggunakan sistem pemilihan acak. Dalam menentukan jumlah sampel, peneliti merujuk pada populasi dengan jumlah sampel yang dilakukan dengan cara perhitungan statistik yaitu dengan menggunakan rumus yang dikembangkan oleh *Isaac* dan *Michael*.

Rumus *Isaac* dan *Michael* digunakan untuk menentukan ukuran sampel dari populasi yang telah diketahui jumlahnya yaitu sebanyak 326 siswa. Untuk menentukan sebuah ukuran sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus sebagai berikut :

$$S = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot p \cdot q}{d^2 \cdot (N - 1) + \lambda^2 \cdot p \cdot q}$$

² PD Sugiyono, “Metode penelitian bisnis: pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi, dan R&D,” Penerbit CV. Alfabeta: Bandung 225 (2017): 87.

Keterangan :

S = Jumlah sampel

λ^2 = Diambilkan dari χ^2 tabel, untuk tingkat kesalahan (α) 1%: 6,634891; untuk 5%: 3,841455, dan untuk 10%: 2,705541.

N = Jumlah populasi

P = Peluang benar (0,5)

q = Peluang salah (0,5)

d = Kesalahan yang ditoleransi

Untuk menggunakan rumus *Isaac* dan *Michael* ini, langkah pertama ialah menentukan batas toleransi kesalahan (*error tolerance*). Batas toleransi kesalahan ini dinyatakan dalam presentase. Semakin kecil toleransi kesalahan, maka semakin akurat sampel menggambarkan populasi. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan batas toleransi kesalahan tingkat kesalahan sebesar 5% atau 0,05 artinya peneliti mengambil resiko salah dalam mengambil keputusan untuk menolak hipotesis yang benar maksimal 5% dan benar dalam mengambil keputusan sedikitnya 95% (tingkat kepercayaan).

Pada penelitian ini didapatkan populasi sebanyak 326 siswa dan ditentukan batas toleransi kesalahan sebesar 5% serta nilai $d = 0,05$. Maka dapat ditentukan jumlah sampel penelitian sebagai berikut:

$$\begin{aligned}
S &= \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot p \cdot q}{d^2 \cdot (N-1) + \lambda^2 \cdot p \cdot q} \\
&= \frac{3,841 \times 326 \times 0,5 \times 0,5}{0,05^2 \times (326-1) + 3,841 \times 0,5 \times 0,5} \\
&= \frac{313,0415}{0,8125 + 0,96025} \\
&= \frac{313,0415}{1,77275} = 176,58 \\
&= 177 \text{ sampel (pembulatan)}
\end{aligned}$$

Pada perhitungan di atas, maka dapat ditentukan jumlah sampel dalam pengumpulan data primer yaitu dilakukan terhadap 177 siswa kelas IX MTsN 8 Kediri sebagai sampel.

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mengumpulkan data. Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik berupa angket yang digunakan sebagai alat pengumpulan data sekaligus alat ukur untuk mencapai tujuan penelitian. Angket yang dikembangkan berbentuk kuesioner yang merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk dijawab oleh responden. Tipe yang digunakan dalam penelitian adalah *Self-Administrated Questionnaire*, yaitu kuesioner yang diisi sendiri oleh responden.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan salah satu tahap yang digunakan untuk mengukur dan menilai variabel yang diteliti. Instrumen ini dilakukan untuk mengetahui mencari pengukuran dengan tujuan untuk menghasilkan data yang akurat. Penelitian ini menggunakan angket dengan skala likert. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Pertanyaan yang akan dijawab oleh responden berbentuk skala yang mempunyai gradasi dari sangat positif atau sangat negatif yang akan diungkapkan dengan kata – kata. Skor dalam skala likert yaitu sebagai berikut:

1. Skala Prokrastinasi

Skala prokrastinasi akademik pada penelitian ini berdasarkan dari aspek-aspek prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Steel yang masing - masing aitem menggunakan rentang skala likert antara 1 hingga 4. Semakin tinggi skor yang dihasilkan maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik. Aitem-aitem yang terdapat pada skala prokrastinasi akademik ini mempresentasikan aspek-aspek prokrastinasi yang meliputi aspek waktu yang berupa penundaan, keinginan dan tindakan, gangguan emosi, dan keyakinan diri.

Tabel 3. 2 Skala Prokrastinasi

Variabel	Aspek	Item		Jumlah
		Fav	Uf	
Prokrastinasi Akademik	<i>Perceived time</i> (gagal menepti <i>deadline</i>)	1,2,13, 23	4, 14, 24	7
	<i>Intention-action gap</i> (kesenjangan Antara rencana dan kinerja)	5, 15, 25	3, 16, 17	6

	<i>Emotional distress</i> (rasa tertekan saat menunda tugas)	7, 9, 18, 19	6, 8, 26	7
	<i>Perceived ability</i> (persepsi terhadap kemampuan)	10, 11, 12,	20,21, 22	6
	<i>Jumlah</i>	14	12	26

2. Skala *Burnout*

Skala yang digunakan dalam variabel *academic burnout* adalah skala MBI – SS (*Maslach Burnout Inventory – Student Survey*). Skala ini terdiri dari 15 item pernyataan. Skala ini menggunakan empat kategori pilihan jawaban yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Dengan skor 4, 3, 2, 1 untuk item yang *favourable* dan 1, 2, 3, 4 untuk item *unfavourable*.

Tabel 3. 3 Skala *Burnout*

Variabel	Aspek	Item	Jumlah
		Fav	
<i>Academic Burnout</i>	<i>Exhaustion</i> (Kelelahan karena tuntutan studi)	1, 2, 3, 4, 5	5
	<i>Cynicism</i> (sikap sinis terhadap studi)	6, 7, 8, 9	4
	<i>Reduce of Professional Efficacy</i> (Rasa ketidakmampuan)	10, 11, 12, 13, 14, 15	6
	Jumlah	15	15

3. Skala *Anxiety*

Skala yang digunakan pada penelitian ini berdasarkan dari aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan oleh Nevid (2013). Masing- masing aitem

menggunakan rentang skala likert antara 1 hingga 4. Semakin tinggi skor yang dihasilkan maka semakin tinggi tingkat kecemasan. Aitem-aitem yang terdapat pada skala ini mempresentasikan personal aspek-aspek kecemasan yang meliputi aspek fisik, kognitif dan behavioral.

Tabel 3. 4 Skala *Anxiety*

Variabel	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Uf	
<i>Anxiety</i>	Fisik / somatis	-Tegang dan gugup -tangan bergetar -suhu tubuh tidak stabil -gangguan pada kondisi/organ tubuh	7,8,19,20, 24,	1,2,18,21	9
	<i>Kognitif</i>	-panik -khawatir -tidak percaya diri	9, 10, 11, 22, 23, 25	3,4,12, 13,26, 27	12
	<i>Behavioral</i>	-Berdiam diri -Menghindar	6,15,16,28, 29	5, 14, 17	8
	Jumlah				29

E. Uji Validitas dan Uji Reabilitas

1. Uji Validasi

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat – tingkat kevaliditasan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen dikatakan valid

apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud.

Untuk menentukan valid atau tidaknya instrumen digunakan ketentuan, jika r hitung $>$ r tabel maka instrumen tersebut dikatakan valid. Namun jika r hitung $<$ r tabel maka instrumen tersebut dikatakan tidak valid. Pada penelitian ini uji validitas dilakukan melalui hasil data angket yang sudah disebarakan ke responden.

Uji validitas dalam penelitian ini diolah dengan bantuan *software* SPSS versi 26 *for windows*, dengan r tabel sebesar 0,266 yang diperoleh melalui jumlah subyek penelitian sebesar 55 responden. Dari perhitungan yang telah peneliti lakukan diperoleh hasil analisis pada masing - masing item. Berikut ini penjabaran singkatnya.

Hasil perhitungan untuk angket variabel *burnout* dari 15 butir pertanyaan yang telah diuji cobakan terdapat 14 butir pertanyaan yang memiliki koefisien korelasi dengan total diatas 0,266 dengan kata lain terdapat 14 butir pertanyaan yang dinyatakan valid, sedangkan sisanya 1 butir pertanyaan dinyatakan tidak valid. Adapun butir pertanyaan yang tidak valid dibuang atau tidak dilakukan uji coba ulang karena butir pertanyaan yang valid sudah dapat mewakili setiap indikator penelitian. Berikut ini hasil dari perhitungan uji coba validitas *burnout* dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 26 *for windows*:

Tabel 3. 5 r Hitung Angket *Burnout*

No	r Hitung	r Tabel	Kriteria
----	----------	---------	----------

1	0,318	0,266	VALID
2	0,164	0,266	TIDAK VALID
3	0,571	0,266	VALID
4	0,534	0,266	VALID
5	0,380	0,266	VALID
6	0,454	0,266	VALID
7	0,228	0,266	VALID
8	0,430	0,266	VALID
9	0,343	0,266	VALID
10	0,302	0,266	VALID
11	0,467	0,266	VALID
12	0,484	0,266	VALID
13	0,423	0,266	VALID
14	0,355	0,266	VALID
15	0,570	0,266	VALID

Adapun hasil dari perhitungan validitas variabel *anxiety* dari 29 butir pertanyaan yang telah diuji cobakan terdapat 24 butir pertanyaan yang memiliki koefisien korelasi dengan total diatas 0,266 dengan kata lain terdapat 24 butir pertanyaan yang dinyatakan valid dan 5 butir pertanyaan yang tidak valid. Berikut ini hasil dari perhitungan uji coba validitas *anxiety* dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 26 *for windows*:

Tabel 3. 6 r Hitung Angket *Anxiety*

No	r Hitung	r Tabel	Kriteria
1	0,072	0,266	TIDAK VALID
2	0,307	0,266	VALID
3	0,272	0,266	VALID
4	0,387	0,266	VALID
5	0,372	0,266	VALID
6	0,494	0,266	VALID
7	0,283	0,266	VALID
8	0,548	0,266	VALID
9	0,606	0,266	VALID
10	0,040	0,266	TIDAK VALID
11	0,411	0,266	VALID
12	0,451	0,266	VALID
13	0,335	0,266	VALID
14	0,058	0,266	TIDAK VALID
15	0,585	0,266	VALID
16	0,655	0,266	VALID
17	0,098	0,266	TIDAK VALID
18	0,466	0,266	VALID
19	0,604	0,266	VALID
20	0,642	0,266	VALID
21	0,524	0,266	VALID
22	0,569	0,266	VALID
23	0,400	0,266	VALID
24	0,375	0,266	VALID

25	0,342	0,266	VALID
26	0,154	0,266	TIDAK VALID
27	0,378	0,266	VALID
28.	0,442	0,266	VALID
29	0,530	0,266	VALID

Adapun hasil dari perhitungan validitas variabel perilaku prokrastinasi dari 26 butir pertanyaan yang telah diuji cobakan terdapat 21 butir pertanyaan yang memiliki koefisien korelasi dengan total diatas 0,266 dengan kata lain terdapat 21 butir pertanyaan yang dinyatakan valid dan 5 butir pertanyaan yang tidak valid. Berikut ini hasil dari perhitungan uji coba validitas perilaku prokrastinasi dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 26 *for windows*:

Tabel 3. 7 r Hitung Angket Prokrastinasi

No	r Hitung	r Tabel	Kriteria	No	r Hitung	r Tabel	Kriteria
1	0,485	0,266	VALID	16	0,494	0,266	VALID
2	0,492	0,266	VALID	17	0,616	0,266	VALID
3	0,381	0,266	VALID	18	0,386	0,266	VALID
4	0,056	0,266	TIDAK VALID	19	0,463	0,266	VALID
5	0,219	0,266	TIDAK VALID	10	0,280	0,266	VALID
6	0,056	0,266	TIDAK VALID	21	0,354	0,266	VALID
7	0,140	0,266	TIDAK VALID	22	0,316	0,266	VALID
8	0,356	0,266	VALID	23	0,371	0,266	VALID
9	0,183	0,266	TIDAK VALID	24	0,404	0,266	VALID
10	0,423	0,266	VALID	25	0,474	0,266	VALID
11	0,292	0,266	VALID	26	0,396	0,266	VALID

12	0,301	0,266	VALID	27			
13	0,371	0,266	VALID	28			
14	0,426	0,266	VALID	29			
15	0,348	0,266	VALID	30			

1. Uji Reabilitas

Reabilitas merupakan ukuran suatu kestabilan dan konsisten responden dalam menjawab hal yang berkaitan dengan konstruk – konstruk pertanyaan yang merupakan dimensi suatu variabel dan disusun dalam suatu bentuk kuesioner. Uji reabilitas dapat dilakukan secara bersama – sama terhadap seluruh butir pertanyaan. Jika nilai Alpha >0,60 maka reliabel. Hasil uji reabilitas dapat dilihat melalui output SPSS versi 26 *for windows* sebagai berikut:

Tabel 3. 8 Hasil Perhitungan Pengujian Reabilitas *Burnout*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.628	15

Adapun hasil perhitungan uji reabilitas variabel *burnout* dengan bantuan SPSS 26 dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 3. 9 Hasil Perhitungan Pengujian Reabilitas *Anxiety*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.809	29

Adapun hasil perhitungan uji reabilitas perilaku prokrastinasi dengan bantuan SPSS 26 dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 3. 10 Hasil Perhitungan Pengujian Reabilitas Perilaku Prokrastinasi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.717	26

Berdasarkan tabel pengujian reabilitas dapat dilihat bahwa koefisien reabilitas yang dimiliki oleh instrumen angket *burnout* sebesar 0,628, untuk instrumen angket *anxiety* sebesar 0,809, sedangkan instrumen angket perilaku prokrastinasi sebesar 0,717. Koefisien reabilitas tersebut >0,60 sehingga dapat ditanyakan bahwa instrumen tersebut termasuk kategori reliabel.

F. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahanlainnya sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain³. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memiliki mana yang penting yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepadaorang lain.

Teknik analisis data bertujuan menyederhanakan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan. Analisi data dalam

³ PD Sugiyono, "Metode penelitian bisnis: pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi, dan R&D," PenerbitCV. Alfabeta: Bandung 225 (2017): 87

penelitian ini menggunakan metode statistik karena data yang diperoleh berwujud angka-angka.

1) Analisis Statistik Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk melakukan analisis data yang berupa deskripsi dengan cara menggambarkan data yang sudah dikumpulkan sebagaimana semestinya tanpa menghasilkan sebuah kesimpulan.

2) Analisis Statistik Inferensial

Statistik inferensial yaitu teknik yang digunakan untuk menganalisis data sampel yang hasilnya ditetapkan untuk populasi. Analisis statistik inferensial yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda untuk menguji hipotesis penelitian, uji regresi linier berganda digunakan untuk menguji signifikansi dua variabel bebas terhadap variabel terikat.

Rumus analisis regresi linier berganda yaitu sebagai berikut:

$$Y = a + b_1 X_1 + b_2 X_2 + \dots + b_n X_n$$

Keterangan:

- Y : variabel terikat
- a : konstanta
- b₁, b₂ : koefisien regresi
- X₁, X₂ : variabel bebas

Sebelum melakukan uji analisis regresi ganda ada beberapa uji asumsi klasik yang harus dilakukan, yaitu uji normalitas, uji multikolinearitas dan

uji heteroskedastisitas.

I. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi dari masing - masing variabel. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Uji Kolmogorov-Smirnov. Peneliti menggunakan . Kolmogorov-Smirnov dikarenakan lebih akurat untuk dilakukan uji pada sampel yang berjumlah lebih dari 50. Pengambilan keputusan data dinyatakan normal apabila nilai signifikansi $> 0,05$ dan apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka distribusi dinyatakan tidak normal. Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan SPSS 26 *for windows*.

II. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk mengetahui korelasi variabel bebas pada model regresi. Uji multikolinearitas dilakukan dengan cara menganalisis hubungan antar variabel dan nilai *tolerance* serta *variance factor* (VIF). apabila nilai *tolerance* $> 0,10$ dan nilai VIF > 10.000 maka dapat dinyatakan terdapat multikolinearitas dan apabila nilai *tolerance* $> 0,10$ dan VIF < 10.000 maka dapat dinyatakan tidak terdapat multikolinearitas. Hasil regresi yang tepat yaitu yang tidak mempunyai hubungan antara kedua variabel bebas. Uji multikolinearitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS 26 *for*

windows.

III. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui apabila ada penyimpangan atau bias antara satu pengamatan ke pengamatan lainnya yang dapat menyebabkan data menjadi tidak konsisten dan estimasi model yang hendak dilakukan menjadi sulit. Uji heteroskedastisitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan melihat Scatterplot.

3) Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan rumus regresi satu predictor. Dalam penelitian ini, proses perhitungan uji signifikansi tersebut diringkas dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. 11 Rangkuman Uji Hipotesis

Sumber	JK	dk	RK	F	F (0,05)	Kesimpulan
Regresi	Jkreg	dkreg	Rkreg	$\frac{Rkreg}{Rkres}$	F (a;dk1/dk2)	Signifikan atau tidak signifikan

Dalam penelitian ini perhitungan uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan SPSS 26. Dengan dasar pengambilan keputusan; apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka H_a diterima, H_0 ditolak. Apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka H_a ditolak, H_0 diterima.

