

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan pendekatan kuantitatif melalui metode survei (*survey research*). Pendekatan kuantitatif adalah jenis penelitian yang mencari informasi dengan menggunakan data angka untuk mengetahui apa yang ingin diketahui peneliti.⁴¹ Sedangkan Metode survei menurut Sugiyono merupakan suatu pendekatan penelitian yang bertujuan untuk memperoleh data dari sejumlah responden yang dianggap mewakili populasi. Teknik ini digunakan guna menguji hipotesis atau menganalisis suatu fenomena sosial berdasarkan data kuantitatif yang dikumpulkan secara sistematis.⁴² Penelitian selanjutnya dianalisis dengan pendekatan statistik guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam terhadap pengaruh antar variabel yang diteliti.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah sekelompok objek atau subjek yang memiliki karakteristik dan kualitas tertentu yang telah dipilih oleh peneliti sebagai fokus utama penelitian untuk mencapai hasil akhir yang relevan. Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi angkatan 2018, 2019, dan 2020 Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri. Namun perlu diketahui per tanggal 26 Mei

⁴¹ Purwanto, *Metodologi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi dan Pendidikan* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm: 164.

⁴² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2019).

2025 setelah penelitian ini selesai IAIN Kediri berubah nama menjadi UIN Syekh Wasil Kediri.

Berdasarkan data yang didapatkan dari akademik Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri, berikut mahasiswa yang memrogram mata kuliah skripsi semester genap tahun ajaran 2024/2025:⁴³

Tabel. 3.1 Jumlah Populasi

No.	Tahun Angkatan	Jumlah Mahasiswa
1.	2018	58
2.	2019	49
3.	2020	77
Jumlah Populasi		184

Dari data diatas, maka populasi dalam penelitian ini berjumlah 184 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel merupakan subset yang lebih kecil, lebih mudah dikelola daripada populasi yang lebih besar karena memiliki ciri-ciri yang sebanding dengan populasi yang lebih besar, yang memungkinkannya digunakan untuk analisis statistik dalam kasus di mana populasi terlalu besar untuk menampung semua anggota atau pengamatan yang mungkin ada.⁴⁴

Penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling*. Mengacu pada pendapat Sugiyono, *purposive sampling* merupakan teknik pemilihan sampel di mana individu dalam populasi ditentukan berdasarkan kriteria-kriteria spesifik yang telah

⁴³ Saff Akademik Fakultas Ushulddin dan Dakwah IAIN Kediri, Data diperoleh penulis pada tanggal 8 Januari dan 5 Maret 2025

⁴⁴ *Ibid* hlm 168

ditetapkan oleh peneliti, sehingga sampel yang diperoleh dianggap paling representatif dan relevan untuk mencapai tujuan penelitian. Dalam metode ini, peneliti menggunakan pertimbangan tertentu dalam memilih responden yang memiliki karakteristik relevan dengan variabel yang diteliti.⁴⁵

Untuk menentukan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin:

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

Di mana,

n = Jumlah sampel

N = Jumlah Populasi

e = Error yang digunakan (10%)

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

$$n = \frac{184}{1 + 184(0,1)^2}$$

$$n = 64,78$$

Dari hasil perhitungan sampel di atas maka untuk sampel dibulatkan menjadi 70 responden.

Adapun kriteria dalam pengambilan sampel yaitu:

- a. Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri yang mengambil mata kuliah skripsi semester genap Tahun Ajaran 2024/2025.
- b. Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri yang mengulang mata kuliah skripsi.

⁴⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, hlm. 84-85.

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data menurut Sugiyono adalah suatu jenis pengambilan data di mana peristiwa dicatat, dihitung, direkam dan diukur.⁴⁶

Teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi.

a. Skala Psikologi

Skala merupakan alat ukur berupa serangkaian pernyataan yang disusun guna mengungkap karakteristik atau atribut tertentu berdasarkan respon peserta.⁴⁷ Untuk mengumpulkan data peneliti memanfaatkan *Google Formulir* sebagai alat bantu dan peneliti akan menyebarkan link formulir skala psikologi dengan menggunakan aplikasi *Whatsapp* untuk mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2018, 2019, dan 2020 IAIN Kediri. Hal ini karena pertimbangan penulis bahwa mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi jarang datang ke kampus, jadi akan sulit jika dilakukan penyebaran angket dilakukan secara manual.

Dalam penelitian ini menggunakan skala alat untuk efikasi diri, prokrastinasi akademik dan *academic burnout* disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel menggunakan skala sikap model *Likert*. Menurut Arikunto, pernyataan dibagi menjadi 2 item yang positif (*favourable*) dan negatif (*unfavourable*). Ini adalah upaya untuk menghindari stereotip tentang jawaban.⁴⁸

⁴⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, hlm 69.

⁴⁷ Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi, Edisi 3*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Maret 2021), hlm 9.

⁴⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm 39-40.

Setiap aitem pernyataan diberi 4 alternatif jawaban yakni sangat sesuai, sesuai, kurang sesuai, dan tidak sesuai. Untuk tabulasi data terdapat panduan nilai penyekoran atau yang biasa disebut dengan proses skoring, yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.2 Panduan Nilai Penyekoran

No	Jawaban	Item	
		<i>Favourable (F)</i>	<i>Unfavourable (UF)</i>
1.	Sangat sesuai	4	1
2.	Sesuai	3	2
3.	Tidak sesuai	2	3
4.	Sangat tidak sesuai	1	4

Adapun beberapa langkah dalam tahap pengumpulan data yaitu:

- 1) Melakukan pencatatan terhadap identitas populasi (Mahasiswa angkatan 2018, 2019, dan 2020 yang sedang mengerjakan skripsi) di *microsoft excel*.
- 2) Menentukan kriteria dan jumlah sampel.
- 3) Melakukan konsultasi instrumen kepada *expert judgement*.
- 4) Menyebarkan angket skala psikologi yang telah diperbaiki kepada subjek dengan mencantumkan kriteria sampel melalui aplikasi *Whatsapp*.
- 5) Melakukan pengecekan pada data yang diterima.
- 6) Melakukan tabulasi data, yaitu mencatat dan memberi kode terhadap data-data yang diperoleh dari responden pada *microsoft excel* untuk diolah.
- 7) Melakukan pengolahan data dan analisis data, serta memberikan interpretasi terhadap data yang sudah diperoleh.

D. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 3 instrumen penelitian, yaitu prokrastinasi akademik, efikasi diri, dan *Academic Burnout*. Berikut penjelasannya:

a. Prokrastinasi Akademik

Variabel prokrastinasi akademik diukur dengan menggunakan skala *Procrastination Assessment Scale-Students (PASS)* yang diadaptasi dari Solomon dan Rothblum. *Procrastination Assessment Scale-Students (PASS)* merupakan skala yang dirancang khusus untuk mengukur prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa. Solomon dan Rothblum membagi prokrastinasi akademik menjadi 6 area, yaitu tugas mengarang, belajar untuk ujian, tugas membaca, menghadiri aktivitas kelas, tugas administrasi, dan kegiatan akademik secara keseluruhan.⁴⁹ Peneliti menggunakan 18 butir pertama dari alat ukur *PASS*. Adapun *blueprint* skala prokrastinasi akademik dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 3.3 Blueprint skala prokrastinasi akademik

No	Area	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
1.	Tugas mengarang	1, 2	3	3
	Belajar untuk ujian	4, 5	6	3
	Membaca	7, 8	9	3
	Tugas administrasi	10, 11	12	3
	Menghadiri aktivitas kelas	13, 14	15	3
	Kegiatan akademik secara keseluruhan	16, 17	18	3
Jumlah		12	6	18

⁴⁹ Joshep R. Ferrari, Judith Johnson, *PROCRASTINATION AND TASK AVOIDANCE Theory, Research, AND Treatment*, hlm 96.

b. Efikasi Diri

Variabel efikasi diri disusun menggunakan skala efikasi diri yang berlandaskan teori sosial kognitif Albert Bandura berdasarkan pada aspek atau indikator yang mengungkapkan perilaku efikasi diri. Aspek-aspek tersebut adalah *magnitude*, *strength*, *generality*⁵⁰ Skala ini berjumlah 18 aitem. Adapun *blueprint* skala efikasi diri dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 3.4 Blueprint skala efikasi diri.

No	Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
1.	<i>Magnitde</i>	Keyakinan seseorang dalam kesulitan yang ia hadapi saat menyelesaikan tugas	1, 2	3, 4	4
		Tingkah laku individu dalam memilih mengerjakan tugas	5, 6	7, 8	4
2.	<i>Srength</i>	Tingkat kekuatan individu dan motivasi dalam menyelesaikan tugas	9, 10, 11	12, 13, 14	6
3.	<i>Generality</i>	Penargetan waktu atau dieline dalam melaksanakan tugas sehingga dapat menyelesaikannya tepat waktu	15, 16	17, 18	4
Jumlah			9	9	18

c. *Academic Burnout*

Variabel *academic burnout* disusun menggunakan skala *academic burnout* berdasarkan aspek yang telah dikemukakan oleh Maslach, *academic burnout* dapat diukur dengan skala aspek *academic exhaustion*, *academic cynicism*, dan *academic inefficacy*.⁵¹ Skala ini berjumlah 28 aitem. Adapun *blueprint* skala *academic burnout* dijelaskan dalam tabel berikut:

⁵⁰ John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan Edisi 5, Buku 2*, terj. Harya Bimanesa (Jakarta: Salemba Humanika, 2014), hlm. 180

⁵¹ Maslach dan Leiter, *The Burnout Challenge*, 33–36

Tabel 3.5 Blueprint skala *Academic Burnout*

No	Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
1.	<i>Exhaustion</i>	Merasa lelah secara fisik akibat tuntutan tugas akademik.	1, 2	3, 4	4
		Merasa lelah secara psikis akibat tuntutan tugas akademik.	5, 6	7, 8	4
		Merasa lelah secara emosional akibat tuntutan tugas akademik.	9, 10	11, 12	4
2.	<i>Cynicism</i>	mengabaikan tugas yang diberikan	13, 14	15, 16	4
		Kehilangan minat mengerjakan kuliah dan menganggap tugas tidak penting	17, 18	19, 20	4
3.	<i>Inefficacy</i>	merasa tidak kompeten	21, 22	23, 24	4
		merasa tidak bisa menyelesaikan sesuatu merasa tidak berharga	25, 26	27, 28	4
JUMLAH			14	14	28

E. Uji Instrumen

Dalam penelitian ini, untuk uji instrumen peneliti menggunakan uji validitas isi, uji daya beda, dan uji reliabelitas dengan bantuan aplikasi SPSS *version 25 for windows*. Berikut penjelasannya:

1. Uji Validitas Isi

Validitas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui sejauh mana sebuah instrumen dapat mengukur apa yang perlu diukur. Untuk menentukan apakah butir-butir pertanyaan dalam kuesioner benar-benar dapat mengungkapkan topik penelitian, dilakukan uji validitas. Untuk menilai keabsahan instrumen, penelitian ini mengandalkan jenis validitas isi.

Proses validasi isi dilakukan oleh tim pakar yang berpengalaman (*expert judgement*) untuk memastikan bahwa setiap elemen soal benar-benar valid dari segi materi dan konstruksi serta dari segi kejelasan bahasa yang digunakan. Validator menerima instrumen yang akan divalidasi. Akhir dari proses validasi adalah menghitung perolehan hasil validasi menggunakan rumus V aiken.

2. Uji Daya Beda

Uji daya beda dalam penelitian ini dilakukan dengan menerapkan teknik korelasi product moment dari Carl Pearson, yang menghasilkan nilai koefisien korelasi item-total (r_{ix}) melalui perhitungan korelasi antara distribusi skor masing-masing item dengan distribusi skor total skala. Mengacu pada kriteria validitas yang dikemukakan oleh Azwar, indeks daya diskriminasi minimum yang dapat diterima dalam skala psikologis adalah sebesar 0,30. Namun, apabila terdapat sejumlah besar item yang tidak memenuhi syarat, maka batas minimal indeks diskriminasi dapat diturunkan menjadi 0,250.⁵² Artinya, item dengan koefisien korelasi $<0,300$ berarti tidak valid, sedangkan item dengan koefisien korelasi $\geq 0,300$ berarti valid.

3. Uji Reliabilitas

Reliabilitas data menunjukkan seberapa konsisten atau ajeg hasil pengukuran terhadap gejala dan instrumen yang sama berulang kali untuk menentukan kredibilitas item. Jika angket menghasilkan data yang sama setiap kali digunakan, angket dianggap reliabel. Tujuan dari uji reliabilitas

⁵² Azwar, *Reabilitas dan Validitas*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2019), hlm 115.

ini yaitu untuk mengetahui seberapa konsisten instrumen penelitian digunakan.

Arikunto mengungkapkan bahwa teknik *Alpha Cronbach* digunakan untuk mengevaluasi reliabilitas pengukuran yang berbentuk angket atau skala bertingkat, juga dikenal sebagai skala peringkat. Rumus ini digunakan untuk mengevaluasi reliabilitas instrumen dengan skor di bawah 1 dan 0. Jika koefisien reliabilitasnya lebih dari 0,7, data instrumen dianggap reliabel.

F. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, untuk menganalisis data peneliti menggunakan bantuan aplikasi SPSS *version 25 for windows*. Terdapat langkah dalam proses analisis data sebagai berikut:

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan guna mengetahui bagaimana distribusi data secara sederhana dan tidak rumit, apakah sampel yang sedang diuji terdistribusi normal. Dalam uji normalitas ini digunakan uji residual, yaitu hanya menguji residual atau salah satu variabel yang akan diteliti, bukan normalitas semua variabel. Selain menentukan apakah data penelitian normal, akan bermanfaat guna melakukan analisis regresi. Analisis statistik dapat digunakan untuk menguji apakah data tersebut normal. Selain itu, dasar pengambilan keputusan adalah normalitas Kolmogorovsmirnov:

- 1) Apabila nilai $\text{sig.} > \alpha$ atau tingkat kesalahan yang ditetapkan, maka data dianggap berdistribusi normal.
- 2) apabila nilai $\text{sig.} < \alpha$ atau tingkat kesalahan, maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk melihat apakah terdapat hubungan yang bersifat linier antara variabel bebas dan variabel terikat. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji linearitas didasarkan pada nilai signifikansi dari *deviation from linearity*, yaitu :

- 1) Jika nilai signifikansi *deviation from linearity* lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel X dan Y.
- 2) Sebaliknya, apabila nilai signifikansi *deviation from linearity* kurang dari 0,05, maka hubungan antara variabel Z dan Y tidak menunjukkan linearitas yang signifikan.

c. Uji Multikolinearitas

Tujuan dari uji multikolinearitas adalah untuk menemukan adanya korelasi antara variabel-variabel independen dalam model regresi, yang dapat memengaruhi keakuratan estimasi parameter.⁵³ Tidak adanya korelasi antara variabel independen adalah model regresi yang baik, yang memastikan bahwa estimasi parameter tidak memihak dan akurat. Adapun kriteria pengambilan keputusan dalam uji multikolinearitas adalah sebagai berikut:

⁵³ I. Ghazali, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 23* (Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2016) hlm 105.

- 1) Apabila nilai *tolerance* $\leq 0,10$ dan *variance inflation factor* (VIF) ≥ 10 , maka terdapat gejala multikolinearitas dalam model.
- 2) Sebaliknya, jika nilai *tolerance* $> 0,10$ dan VIF < 10 , maka model regresi bebas dari multikolinearitas

d. Uji Heteroskedastisitas

Untuk mengetahui apakah ada ketidaksamaan varians dari residual pada seluruh pengamatan dalam model regresi adalah tujuan dari uji heteroskedastisitas. Dalam kasus di mana varian dari satu pengamatan ke pengamatan lain tetap, hasil tersebut disebut homoskedastisitas, sedangkan hasil yang berbeda disebut heteroskedastisitas. Homoskedastisitas atau ketidakhadiran heteroskedastis adalah tanda model regresi yang baik. Karena data menghimpun data dari berbagai ukuran, termasuk kecil, sedang, dan besar, sebagian besar mengandung situasi heteroskedastisitas.

2. Uji Hipotesis

a. Analisis regresi linier sederhana

Pengujian Hipotesis 1, 2, dan 3 dilakukan melalui analisis regresi linier sederhana. Langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

- 1) Melakukan analisis regresi linier dasar Uji signifikansi diperlukan untuk membandingkan temuan yang diperoleh (R_{hitung}) dengan (R_{tabel}) untuk menentukan apakah output SPSS mengindikasikan adanya korelasi atau tidak.

2) Selain itu, melihat analisis regresi linier pada kolom ANOVA dan *coefficients* pada output SPSS 25 untuk mengetahui arah hubungan dan signifikansi antar variabel yang diteliti.

b. Analisis Jalur (*Path Analysis*)

Path analysis merupakan evolusi dari analisis regresi berganda, yang juga disebut sebagai analisis jalur. *Path analysis* berfungsi untuk menjelaskan dan menguji model sebab-akibat dari pengaruh antar variabel.

Di mana proses analisis dilakukan dengan memasukkan hasil regresi pada bagian *Coefficients* untuk melihat nilai koefisien jalur variabel X ke mediasi (A), dan nilai koefisien jalur variabel mediasi ke Y dengan mengontrol variabel X (B). Dan kemudian dihitung dengan menggunakan uji sobel.

c. Uji Mediasi Menggunakan Uji Sobel

Menurut Baron dan Kenny sebagaimana dikutip dalam Ghozali, suatu variabel dikategorikan sebagai variabel mediasi apabila variabel tersebut memiliki peran dalam menjembatani atau memediasi hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.⁵⁴ Uji sobel menggunakan *free sobel test* versi 4. Dasar pengambilan keputusan uji sobel adalah jika nilai statistik (Z) lebih dari 1,97 dan nilai probabilitas dua arah diatas 0,5, maka variabel tersebut dinyatakan dapat memediasi secara signifikan antara variabel X dan Y.

⁵⁴ I. Ghazali, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 23* (Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2016) hlm 127.