

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Universitas Muhammadiyah Surabaya dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2014).

Berdasarkan tujuan penelitian yang akan dilakukan, teknik yang digunakan adalah pendekatan korelasional untuk memperoleh informasi mengenai taraf hubungan yang terjadi di antara variabel-variabel yang diteliti tanpa melakukan suatu intervensi terhadap variasi variabel yang bersangkutan (Azwar, 2012).

##### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu banyak ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan mampu menarik kesimpulan dalam penelitian (Sugiyono, 2014).

Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah:

a. Variabel bebas ( $V_x$ )

$V_{x1}$  : Kontrol diri

$V_{x2}$  : *Self Esteem*

b. Variabel terikat(Vy) : Prokrastinasi Akademik

### **C. Definisi Operasional Penelitian**

Definisi operasional merupakan sebuah definisi pada suatu variabel yang diberikan dengan cara mengubah konsep yang berupa konstruk menjadi kata-kata yang menggambarkan perilaku dan gejala yang dapat diamati, dapat diuji, dan ditentukan kebenarannya berdasarkan karakteristik variabel yang diamati (Azwar, 2012). Definisi operasional variabel penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi akademik adalah tindakan penundaan yang terjadi pada lingkungan akademik dengan mengulur-ulur waktu untuk memulai maupun menyelesaikan tugas dan secara sengaja melakukan aktivitas lain yang tidak dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas.

Aspek-aspek yang digunakan untuk mengukur variabel pada penelitian ini adalah aspek prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrarri dkk., (dalam Ghufroon & Rini, 2014) meliputi, penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Prokrastinasi diukur dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk skala likert dengan empat pilihan jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

## 2. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan dalam mengendalikan tingkah laku serta dorongan-dorongan yang ada dalam dirinya baik pikiran, perasaan maupun tindakan.

Aspek-aspek yang digunakan untuk mengukur variabel pada penelitian ini adalah aspek kontrol diri yang dikemukakan oleh Tangney dkk, (dalam Ursia dkk, 2013) yaitu, disiplin diri (*self discipline*), pertimbangan (*deliberate*) atau nonimpulsif, kebiasaan yang sehat (*healthy habits*), etika kerja (*work ethic*), dan reliability. Kontrol diri diukur dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk skala likert dengan empat pilihan jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

## 3. Self Esteem

*Self Esteem* merupakan evaluasi atau penilaian individu terhadap dirinya sendiri dalam rentang positif sampai negatif atau tinggi sampai rendah yang diperoleh dari interaksi orang lain terhadap dirinya.

Aspek-aspek yang digunakan untuk mengukur variabel pada penelitian ini adalah *self esteem* yang dikemukakan (Murk, 2006) yaitu, terbuka pada pengalaman baru, optimis, merasa diterima dan mudah diterima, ingin sukses dalam kehidupan. *Self esteem* diukur dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk skala likert dengan empat pilihan jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

## **D. Populasi, Sampel, dan Tehnik Sampling**

### **1. Populasi**

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian disimpulkan (Sugiyono, 2015). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya.

### **2. Sampel**

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. (Sugiyono, 2014). Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 98 Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya.

### **3. Tehnik Sampling**

Tehnik sampling merupakan tehnik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai tehnik sampling yang digunakan. Penelitian ini menggunakan tehnik *purposive sampling*, tehnik *purposive sampling* adalah tehnik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiono, 2014). Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah :

- a. Masih aktif diperkuliahan

Menurut Bungin (2010) untuk menentukan jumlah sampel dapat menggunakan rumus Slovin, yaitu sebagai berikut :

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

Keterangan:

n = ukuran sampel

N = jumlah populasi

d = batas toleransi kesalahan (10%)

### **E. Tehnik Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner dalam bentuk skala likert. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data dimana partisipan atau responden mengisi pertanyaan kemudian setelah mengisi dengan lengkap mengembalikannya kepada peneliti. Skala likert memeberikan empat pilihan jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Hal ini diberikan tanpa memberikan pilihan jawaban ragu-ragu atau tengah untuk mendapatkan jawaban yang pasti dari subyek (Sugiyono, 2015).

Skala likert merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang mengenai fenomena sosial (Sugiyono, 2015). Berikut tabel skor skala likert yang digunakan dalam penelitian ini.

**Tabel 3.1**  
**Skor Skala Likert**

Jawaban	Aitem <i>favourable</i>	Aitem <i>unfavourable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Dalam menyusun dan mengembangkan instrumen, peneliti terlebih dahulu membuat *blue print* dari variabel penelitian yang memuat aspek atau dimensi, indikator masing-masing aspek yang akan dijadikan acuan dalam penulisan aitem (Azwar, 2012).

Adapun yang dibuat dalam penelitian ini adalah skala prokrastinasi akademik, kontrol diri dan *self esteem* yang dijelaskan sebagai berikut :

**Tabel 3.2**  
**Blue Print Prokrastinasi Akademik**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem
			Favorable	Unfavorable	
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	a. Menunda dalam memulai mengerjakan tugas b. Penundaan untuk menyelesaikan tugas	1,5,9,13,17	22,26,30,34,38	10
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	a. Menunda untuk mengumpulkan tugas tepat waktu	2,6,10,14,18	23,27,31,35,39	10

3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual	<p>a. Keterlambatan dalam memenuhi <i>deadline</i> yang telah ditentukan.</p> <p>b. Keterlambatan dalam rencana yang ditentukan sendiri.</p>	3,7,11,15,19	24,28,32,36, 40	10
4.	Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	<p>a. Tidak menghiraukan tugas yang akan dikerjakan</p> <p>b. Menggunakan waktu untuk kegiatan yang lebih menyenangkan (bermain game, youtube, jalan-jalan, nonton film) daripada mengerjakan tugas</p>	4,8,12,16,20, 21	25,29,33,37	10
Jumlah			21	19	40

**Tabel 3.3**  
**Blue Print Kontrol Diri**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem
			Favorable	Unfavorable	
1.	Disiplin diri ( <i>self discipline</i> )	a. Memfokuskan diri saat mengerjakan tugas. b. Mampu menahan dirinya dari hal yang dapat menganggunya.	1,6,11,16,19	23,28,33,36,39	10
2.	Pertimbangan ( <i>deliberate</i> ) atau non impulsive	a. Melakukan sesuatu dengan pertimbangan, bersifat hati-hati, tidak tergesa-gesa.	2,7,12,17,20	24,29,34,37,40	10
3.	Kebiasaan yang menyehatkan ( <i>Healthy habits</i> )	a. Mampu mengatur kebiasaan yang menyehatkan untuk dirinya.	3,8,13	25,30	5
4.	Etika kerja ( <i>Work ethic</i> )	a. Mampu menyampingkan masalah pribadi ketika bekerja (profesional)	4,9,14	26,31	5
5.	Kemampuan ( <i>Reliability</i> )	a. Konsisten dalam mengatur perilaku untuk mewujudkan setiap perencanaannya. b. Mampu menilai dirinya dalam melaksanakan rancangan jangka	5,10,15,18,21,22	27,32,35,38	10



		panjang untuk pencapaian tertentu.			
Jumlah			22	18	40

**Tabel 3.4**  
***Blue Print Self Esteem***

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem
			Favorable	Unfavorable	
1.	Terbuka pada pengalaman baru	a. Tertantang untuk menjalankan pengalaman baru dan ingin selalu maju.	1,5,9,13,17	23,27,31,35,39	10
2.	Optimis	a. Mempunyai harapan bahwa ia pasti bisa sesuai harapannya. b. Tidak mudah putus asa ketika jatuh	2,6,10,14,18,21	24,28,32,36	10
3.	Merasa diterima dan mudah diterima	a. Senang jika berada disekeliling orang lain. b. Mampu berhubungan sosial dengan baik di masyarakat	3,7,11,15,19,22	25,29,33,37	10
4.	Ingin sukses dalam kehidupan	a. Melakukan suatu hal untuk dapat mencapai kesuksesan yang	4,8,12,16,20	26,30,34,38,40	10

		diinginkan.			
Jumlah			22	18	40

## F. Validitas dan Reabilitas Alat Ukur

### 1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrument pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut (Azwar, 2012).

Adapun pengujian yang akan dilakukan dengan menggunakan formula koefisien korelasi *product-moment* Pearson (Azwar, 2012). Semakin tinggi koefisien korelasi positif antara skor aitem dengan skor skala berarti semakin tinggi konsistensi antara aitem tersebut dengan skala secara keseluruhan yang berarti semakin tinggi daya bedanya. Untuk memvalidasi skor aitem dalam suatu skala rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$r_{iY} = \frac{\sum iY - (\sum i)(\sum Y)/n}{\sqrt{[\sum i^2 - (\sum i)^2/n][\sum Y^2 - (\sum Y)^2/n]}}$$

Keterangan :

i : Skor aitem

Y : Skor skala

n : Banyaknya subyek

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana alat ukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Bila suatu alat ukur dipakai dua kali untuk mengukur gejala yang sama dan hasil pengukuran yang diperoleh *relative* konsisten, maka alat tersebut *reliable*. Dengan kata lain reliabilitas menunjukkan konsistensi suatu alat ukur didalam mengukur gejala yang sama (Azwar, 2008).

Reliabilitas mengacu kepada keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Uji reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode *alpha cronbach*. Rumus yang digunakan untuk menghitung *alpha cronbach* sebagai berikut :

$$r^{11} = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma_t^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan :

$r^{11}$  = Reliabilitas yang dicari

$n$  = Jumlah item pertanyaan yang diuji

$\sum \sigma_t^2$  = Jumlah varians skor tiap-tiap item

$\sigma_t^2$  = Varians total

### G. Tehnik Analisa Data

Setelah data terkumpul dari hasil pengumpulan data, maka data tersebut perlu segera dianalisis oleh peneliti (Arikunto, 2002). Analisa data yang digunakan untuk mengetahui adanya hubungan antara variabel X dengan variabel Y maka peneliti menggunakan Uji Analisis Regresi.

Analisis regresi adalah analisis regresi yang melibatkan hubungan dari dua atau lebih variabel bebas (Wibisono, 2005). Menggunakan rumus sebagai berikut:

$$Y^2 = a + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + b_nX_n$$

Keterangan :

$Y^2$  : Variabel dependen (nilai yang diprediksikan)

$X_1, X_2$  : Variabel Independen

$a$  : Konstanta

$b_1, b_2$  : Koefisien Regresi

## H. Kerangka Kerja

Gambar 3.1

