

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. JENIS PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif *non-eksperimental* dengan analisis *regresi linier* untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Penelitian ini juga menggunakan *cross sectional* yaitu penelitian yang menggunakan waktu pengukuran data variabel *dependent* dan *independent* hanya satu kali dalam waktu yang sama dan akan ada penyebaran skala berupa *google form* yang berisi *item* pernyataan dari masing-masing variabel yang akan dianalisis dengan bantuan aplikasi *SPSS 26 for windows*. Metode ini digunakan karena peneliti ingin mengetahui pengaruh *burnout* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur pada Mahasiswa/i program studi Manajemen yang aktif menempuh perkuliahan sambil bekerja.

#### **B. DEFINISI KONSEPSIONAL**

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

Muyana, (2018) menjelaskan bahwa Prokrastinasi Akademik merupakan suatu keadaan dimana seseorang secara sadar menunda pengerjaan maupun penyelesaian tugas akademik. Penundaan yang terjadi karena adanya berbagai faktor baik internal maupun eksternal. Terjadinya prokrastinasi akademik ini karena adanya kesadaran dari

prokrastinator untuk menunda pengerjaan tugas akademik juga lamban dalam proses pengerjaan tugas akademik karena terus menunda

## 2. *Job Burnout*

Maslach, Schaufeli & Leiter (2001) menjelaskan bahwa *Burnout* merupakan keadaan seseorang yang mengalami kelelahan secara fisik, psikis maupun emosional karena adanya *stressor* seperti adanya tekanan yang terjadi di tempat kerja. Keadaan seseorang yang mengalami kelelahan ini terjadi dalam rentang waktu yang cukup panjang dan individu sendiri yang dapat merasakan adanya perubahan yang terjadi dalam dirinya.

## C. DEFINISI OPERASIONAL

### 1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik umumnya terjadi pada area akademik dan dilakukan oleh mahasiswa. Penundaan terhadap proses pengerjaan tugas akademik dilakukan oleh mahasiswa karena adanya berbagai faktor yang dapat mempengaruhi, salah satunya seperti mahasiswa yang bekerja merasa kelelahan dari tempat kerja sehingga malas untuk mengerjakan tugas akademik kemudian mahasiswa memilih menunda pengerjaan tugas akademiknya.

### 2. *Job Burnout*

Munculnya kecenderungan *burnout* kerja yang terjadi pada seseorang karena kelelahan di tempat kerja akibat dari banyaknya tekanan yang memenuhi dirinya sehingga seseorang mengalami perubahan di

dalam dirinya. Individu yang merasa ada tekanan dari pekerjaannya akan mengalami kelelahan lelah baik secara emosional maupun fisik hingga merasa malas melakukan sesuatu. *Burnout* dapat menyerang siapa dan kapan saja, namun *burnout* tidak terjadi begitu saja melainkan adanya rentang waktu yang cukup lama dan dilakukan secara berulang. *Burnout* tidak mudah diketahui secara kasat mata oleh orang lain karena *burnout* hanya dapat dirasakan oleh individu sendiri mengenai adanya perubahan-perubahan yang terjadi dalam dirinya.

#### **D. POPULASI DAN SAMPEL**

##### **1. Populasi**

Menurut Nursalam (2020) populasi yakni sekumpulan subjek yang kriterianya sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan. Populasi atau N dalam penelitian ini ialah mahasiswa dan mahasiswi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda dengan karakteristik subjek yakni Laki-laki dan perempuan yang aktif berkuliah dan bekerja. Mahasiswa yang menjadi populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa yang memilih kelas perkuliahan malam karena biasanya pada siang hari memilih untuk bekerja. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 127 mahasiswa aktif UMKT yang menjalani perkuliahan sambil bekerja.

Mahasiswa menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) merupakan seseorang yang menempuh pendidikan di suatu perguruan tinggi dan memiliki status pendidikan tertinggi di struktur pendidikan

Indonesia. Beberapa ciri mahasiswa yang termuat dalam (Kurniawan, 2022) yakni mahasiswa memiliki suatu usaha agar mencapai keberhasilan dalam dunia akademiknya, kemudian mahasiswa juga berperan aktif dalam organisasi, olahraga maupun bidang non akademika lainnya.

Selain aktif pada bidang non-akademik, mahasiswa juga ada yang berwirausaha dan bekerja, baik bekerja *parttime* atau *fulltime* yang bisa disesuaikan dengan jam perkuliahannya. Mahasiswa yang bekerja adalah seseorang yang menjalankan dua peran sekaligus yakni menjadi seorang pekerja atau karyawan dan menjadi seorang mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di suatu perguruan tinggi.

Menurut (Orpina dan Prahara, 2019) menyampaikan bahwa aktifitas kuliah dan bekerja ini menuntut mahasiswa dalam hal manajemen waktu agar seimbang antara menjalankan pekerjaan dan perkuliahan. Tujuan mahasiswa untuk bekerja bisa untuk mengembangkan potensi diri, menambah relasi hingga memperoleh pendapatan lebih untuk memenuhi kebutuhan finansial mandiri.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya maka dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa merupakan orang yang secara sah terdaftar sebagai murid di suatu perguruan tinggi untuk menempuh pendidikan formal sedangkan mahasiswa yang bekerja merupakan orang yang secara sadar menjalankan dua peran berbeda yakni sebagai seorang pekerja dan menempuh pendidikan akademik dengan adanya tujuan tertentu dari masing-masing individu.

## 2. Sampel

Menurut Nursalam (2020) menyampaikan bahwa sampel merupakan bagian dari populasi yang digunakan sebagai subjek penelitian. Teknik sampling yang digunakan adalah *Non-probability Sampling* dengan *Purposive Sampling*. Teknik *purposive sampling* atau *judgement sampling* merupakan cara yang digunakan untuk menentukan sampel dari populasi yang disesuaikan dengan kriteria dari peneliti yaitu mahasiswa memiliki pekerjaan dan mahasiswa terdaftar aktif menjalani perkuliahan pada periode Tahun ajaran 2021/2022 Genap sehingga dapat mewakili karakteristik dari populasi, (Nursalam, 2020). Adapun karakteristik subjek dalam penelitian ini yakni :

- a. Mahasiswa/i aktif UMKT
- b. Laki-laki dan Perempuan
- c. Bekerja

Berdasarkan jumlah populasi yang telah diketahui, maka akan ditentukan jumlah sampel yang dalam penelitian ini akan menggunakan rumus dari Slovin. Jumlah sampel yang diperoleh yakni sebanyak 96 responden. Dengan ketentuan sebagai berikut :

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

keterangan :

n : Besar sampel minimal

N : Jumlah Populasi

d : Tingkat kepercayaan ditetapkan 0,05

Berdasarkan pada rumus diatas maka dengan populasi sebanyak besar sampel yang didapatkan adalah :

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

$$n = \frac{127}{1 + 127 (0,05^2)}$$

$$n = \frac{127}{1 + 127 (0,0025)}$$

$$n = \frac{127}{1 + 0,317}$$

$$n = \frac{127}{1,317}$$

$$n = 96,4$$

$$n = 96$$

## E. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang berlokasi di Jalan Ir. H. Juanda, No.15 Kelurahan Sidodadi, Kecamatan Samarinda Ulu, Samarinda, Kalimantan Timur. Kegiatan penelitian ini dilaksanakan secara online dengan cara menyebarkan *link* kuesioner masing-masing variabel. Penelitian ini dilaksanakan pada 14 Juni 2022 sampai dengan 01 juli 2022.

## F. METODE PENGUMPULAN DATA

### 1. Skala

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini adalah menggunakan skala *likert* dimana aitem skala diberikan kepada subjek sesuai dengan aspek dari masing-masing variabel untuk

mengungkap bagaimana masing-masing variabel dapat saling mempengaruhi.

#### a. Skala Prokrastinasi Akademik

Pengumpulan data untuk variabel yang dipengaruhi yakni prokrastinasi akademik dengan menggunakan Skala *likert* untuk mengungkap aspek terjadinya prokrastinasi akademik melalui pernyataan-pernyataan dan harus dijawab subjek. Skala prokrastinasi akademik yang digunakan adalah skala yang disusun berdasarkan aspek menurut Ferari, Johnson, & McCown (1995). Skala ini memiliki 39 aitem yang terdiri dari 22 aitem *Favourable* dan 17 aitem *Unfavorable*.

**Table 1. *Blueprint* Prokrastinasi Akademik**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1.	Penundaan.	1. Melakukan penundaan untuk memulai tugas-tugas akademik	1, 17,36	9, 23 29	9
		2. Melakukan penundaan untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik	10, 24, 30	2	
2.	Kelambanan	3. Memerlukan waktu yang relatif lama dalam mempersiapkan diri untuk menyelesaikan tugas akademik	3, 27, 38, 39	11, 18, 25, 31	12

		4. Tidak memperhatikan kebutuhan waktu yang diperlukan dalam menyelesaikan tugas akademik	12, 19	4, 33	
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual.	5. Ketidaksesuaian antara rencana dan niat untuk segera menyelesaikan tugas akademik	5, 26, 32	13	8
		6. Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akademik sesuai dengan batas waktu	14, 34	6, 20	
4	Melakukan aktivitas lain.	7. Menunda penyelesaian tugas akademik dan memilih melakukan kegiatan lain	7, 21	6, 24	7
		8. Melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan dan tidak mengerjakan tugas akademik	16, 28, 35	8, 22	
JUMLAH			22	17	39

#### b. Skala *Burnout*

Pengumpulan data untuk variabel yang dipengaruhi yakni *burnout* dengan menggunakan skala *likert* untuk mengungkap aspek terjadinya prokrastinasi akademik melalui pernyataan-pernyataan dan harus dijawab subjek. Skala *burnout* yang digunakan adalah skala *burnout* yang disusun berdasarkan aspek menurut (Maslach, Schaufeli & Leiter,

2001). Skala ini memiliki 36 aitem yang terdiri dari 22 aitem *favourable* dan 14 aitem *unfavourable*.

**Table 2. Blueprint Job Burnout**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	<i>Emotional Exhaustion.</i>	1. Kelelahan Emosional	1, 7, 29, 33	9, 24	15
		2. Kelelahan Fisik	10, 25, 35	2, 18	
		3. Kelelahan Mental	3, 19, 30	11	
2	<i>Depersonalization atau cynisme</i>	4. Malas mengerjakan pekerjaan	12, 31, 34, 36	4, 20, 26	15
		5. Bersikap sinis	5, 21, 32	13	
		6. Menarik diri	14, 27	6, 22	
		7. Merasa tidak puas terhadap diri sendiri	7, 23	15, 28	
3	<i>Reduced personal accomplishment</i>	8. Hasil kerja kurang maksimal	16	8	6
		Jumlah	22	14	

Peneliti menggunakan 5 kategori jawaban untuk pernyataan di masing-masing skala yakni sangat relevan (SR), relevan(R), agak relevan(AR), tidak relevan (TR), dan sangat tidak relevan(STR).

**Table 3. Skor Penilaian Item**

Jawaban	Skor <i>Favourable</i>	Skor <i>Unfavourable</i>
Sangat Relevan	5	1
Relevan	4	2
Agak Relevan	3	3
Tidak Relevan	2	4
Sangat Tidak Relevan	1	5

Pernyataan yang sifatnya mendukung, memihak serta memiliki ciri adanya atribut yang diukur merupakan pernyataan yang *favourable* sedangkan pernyataan yang tidak mendukung dan tidak menggambarkan adanya ciri atribut yang diukur maka disebut dengan *unfavourable*.

Peneliti juga mendeskripsikan data dari informasi yang diperoleh mengenai identitas diri responden berdasarkan usia, jenis kelamin, masa kerja, durasi kerja per hari, dan pendidikan sehingga akan menunjukkan karakteristik sampel yang digunakan dalam penelitian.

a. Deskripsi profil responden berdasarkan jenis kelamin

Pada deskripsi responden berdasarkan jenis kelamin ini akan diuraikan gambaran jumlahnya berdasarkan dua jenis pengelompokan yakni kelompok laki-laki dan kelompok perempuan.

b. Deskripsi profil responden berdasarkan usia

Hasil deskripsi responden berdasarkan usia ini akan memberikan gambaran mengenai identitas responden berdasarkan usia responden yang dijadikan sampel penelitian.

c. Deskripsi profil responden berdasarkan masa kerja.

Deskripsi profil responden berdasarkan masa kerja akan memberikan gambaran mengenai masa kerja atau sudah berapa lama responden menjalani pekerjaan tersebut.

d. Deskripsi profil responden berdasarkan durasi kerja per-hari

Pada deskripsi profil responden berdasarkan pada waktu kerja perhari ini akan memberikan interval waktu kerja responden perhari yang menjadi sampel penelitian.

e. Deskripsi profil responden berdasarkan pendidikan

Pada deskripsi responden berdasarkan pada pendidikan akan menjelaskan gambaran responden sesuai jenjang pendidikan terakhir.

## **2. Alat bantu penelitian**

- a. *Smart Phone*
- b. Kertas
- c. Pulpen
- d. Laptop atau Komputer
- e. Buku

## **G. UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS**

Menurut Nursalam (2020) prinsip validitas merupakan pengukuran dengan prinsip keandalan instrumen untuk dapat digunakan pada proses

pengumpulan data sehingga dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Koefisien validitas yang tidak terlalu tinggi sekitar 0,50 dapat dianggap memuaskan, akan tetapi jika koefisien validitas itu  $<0,30$  maka akan dianggap kurang memadai. Uji validitas penelitian ini menggunakan *product moment pearson correlation* dengan dasar pengambilan keputusan “jika nilai  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabel, maka kuesioner dinyatakan valid” dan “jika nilai  $r$  hitung lebih kecil dari pada  $r$  tabel, maka kuesioner dinyatakan tidak valid”.

Reliabilitas merupakan kesamaan hasil pengukuran meskipun suatu fakta tersebut diukur dan diamati beberapa kali dalam waktu yang berbeda (Nursalam, 2020). Uji skala ini juga menggunakan bantuan *expert judgement* untuk dapat memperbaiki tiap-tiap item variabel. Uji reliabilitas skala menggunakan *alpha cronbach* dengan ketentuan jika nilai *alpha* lebih besar dari  $r$  tabel, maka item yang digunakan dinyatakan reliabel atau konsisten dan jika *alpha* lebih kecil dari nilai  $r$  tabel, maka item tidak konsisten. Reliabilitas ternyata oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai 1,00. Nilai *alpha*  $>0.7$  dianggap item secara keseluruhan telah reliabel (Muaja, 2013). Semakin tinggi reliabilitas mendekati angka 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Pengujian validitas dan reliabilitas menggunakan *SPSS 26 for windows*.

## **H. TEKNIK ANALISA DATA**

Teknik analisis pada penelitian ini menggunakan Analisis deskriptif untuk menjelaskan informasi dari data *demographics* seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, lama masa kerja dan berapa jam kerja per-hari. Selanjutnya

dilakukan Uji linieritas yang digunakan untuk menentukan model regresi dengan tujuan mengetahui ada atau tidak hubungan yang linier antar kedua variabel dalam penelitian ini. Apabila suatu model tidak memenuhi syarat linieritas, maka model *regresi linier* tidak dapat digunakan. Jika nilai signifikansi dari *deviation from linierity*  $> \alpha$  (0,05) maka nilai tersebut *linier* (Djazari, Rahmawati & Nugroho, 2013). Jika nilai signifikansi dari *linearity*  $< \alpha$  (0,05) maka nilai tersebut dapat dikatakan *linier* (Pratama dan Widiyanto, 2019).

Setelah uji *Linieritas*, peneliti melakukan Uji normalitas dengan adanya data yang digunakan untuk menunjukkan bahwa sampel data dari populasi berdistribusi normal. Metode *kolmogorov smirnov* dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas ini adalah jika signifikansi yang diperoleh  $> 0,05$  maka sampel data populasi berdistribusi normal, sebaliknya jika signifikansi  $< 0,05$  maka data sampel populasi tidak berdistribusi normal (Setiawan & Yosepha, 2020) .

Kemudian untuk melihat pengaruh variabel *independent* terhadap *dependent*, peneliti melakukan Analisis *Regresi Linier* sederhana Analisis ini digunakan untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dan akan dilakukan uji analisis ini menggunakan bantuan *SPSS 26 for Windows*.

Setelah uji regresi, peneliti melakukan Uji Hipotesis yang terdiri dari

1. Koefisien Determinasi ( $R^2$ )

Terjadi jika nilai  $R^2$  yang dihasilkan oleh model regresi empiris sangat

tinggi namun secara individual *variable* independent banyak yang tidak signifikan mempengaruhi *variable* dependent (Utami, 2018)

## 2. Uji F

Uji ini dilakukan agar dapat membandingkan tingkat signifikan yang ditetapkan untuk penelitian agar dapat melihat apakah *variable* bebas memiliki pengaruh terhadap *variable* terikat atau tidak (Utami, 2018).