

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Y : *Burnout* Akademik
2. Variabel Bebas X : Resiliensi

B. Definisi Operasional

1. *Burnout* Akademik

Burnout akademik merupakan perasaan lelah yang dialami mahasiswa karena adanya tanggung jawab belajar serta merasa tidak memiliki kemampuan dalam melakukan tugas-tugas akademik yang dimilikinya. *Burnout* akademik pada mahasiswa dapat mengarah pada beberapa dimensi yaitu, *exhaustion*, *cynicism* dan *professional efficacy*.

Semakin banyaknya timbul dimensi *burnout* akademik pada mahasiswa, maka semakin tinggi *burnout* akademik yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut.

2. Resiliensi

Resiliensi merupakan cara mahasiswa melakukan proses adaptasi dari peristiwa kurang baik yang sedang dialaminya. Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang baik akan memaknai kegagalan sebagai pembelajaran yang berharga untuk kehidupan di masa yang akan mendatang. Resiliensi juga dapat menjadikan mahasiswa mudah bangkit dari kesulitan selama dirinya mengalami

kejadian buruk dalam hidupnya. Resiliensi pada mahasiswa dapat mengarah pada beberapa aspek yaitu *emotion regulation*, *impulse control*, *optimism*, *causal analysis*, *empathy*, *self efficacy* dan *reaching out*.

Sama halnya dengan *burnout* akademik, semakin kompleks aspek resiliensi pada mahasiswa, maka semakin tinggi resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut.

C. Subjek Penelitian

Pengambilan subjek menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2020) *non-probability sampling* merupakan pengumpulan sampel dengan tidak memberikan kesempatan yang serupa bagi populasi yang ada untuk dijadikan sampel, sedangkan teknik *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dengan cara menentukan kriteria yang sesuai dengan kebutuhan peneliti.

Terdapat beberapa kriteria subjek yang ditentukan dalam penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Mahasiswa tingkat akhir strata (S-1) yang mengerjakan skripsi
2. Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh pendidikan di Universitas
3. Mahasiswa tingkat akhir seluruh Indonesia
4. Berusia sekitar 20-25 tahun.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan *skala likert*. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memberikan sejumlah pernyataan tertulis kepada para partisipan penelitian Sugiyono (2020). Kuesioner berisi beberapa pernyataan yang berkaitan dengan variabel yang akan diteliti, sedangkan *skala likert* merupakan skala untuk mengukur pandangan seseorang atau kelompok mengenai sebuah peristiwa sosial Sugiyono (2020). Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala yaitu:

1. *Burnout* Akademik

Burnout akademik diukur menggunakan skala *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* yang dikembangkan oleh Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova dan Bakker (2002) dan dimodifikasi oleh Arlinkasari, Akmal dan Rauf (2017). Hasil uji reliabilitas untuk skala *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* yaitu sebesar 0,913 sehingga dapat dikatakan alat ukur tersebut memperoleh reliabilitas yang baik karena memiliki nilai *Cronbach alpha* > 0,07.

Tabel 3. 1 *Blueprint Burnout Akademik*

No.	Dimensi	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah Item
1.	<i>Exhaustion</i>	1, 2,3,4,5	-	5
2.	<i>Cynicism</i>	6,7,8,9	-	4
3.	<i>Professional Efficacy</i>	-	10,11,12,13,14,15	6
Total		9	6	15

2. Resiliensi

Resiliensi diukur menggunakan skala *Resilience Quotient* (RQ Test) dari Reivich dan Shatte (2002), kemudian dimodifikasi oleh Sallata dan Huwae (2023). Hasil uji reliabilitas dari skala tersebut yaitu menunjukkan bahwa nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,865 sehingga dapat dikatakan bahwa skala tersebut reliabel.

Tabel 3. 2 *Blueprint* Resiliensi

No.	Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah Item
1.	<i>Emotional Regulation</i>	1, 2	25	3
2.	<i>Impuls Control</i>	3	15, 16	3
3.	<i>Causal Analysis</i>	4, 5, 17, 18, 20	-	5
4.	<i>Self Efficacy</i>	6, 7, 13, 19	-	4
5.	<i>Realistic and Optimism</i>	8, 9, 14, 21	-	4
6.	<i>Empathy</i>	10	22, 23	3
7.	<i>Reaching Out</i>	11, 12	24	3
Total		19	6	25

Kedua skala tersebut akan dimodifikasi sesuai dengan ruang lingkup penelitian yang digunakan oleh peneliti. Penelitian menggunakan *skala likert* dengan lima pilihan alternatif jawaban karena pilihan tersebut seringkali digunakan dalam sebuah penelitian sehingga responden lebih memahami kesesuaian antara aitem dengan pilihan jawaban yang digunakan dalam penelitian. Hertanto (2017), mengatakan bahwa *skala likert* dengan lima alternatif jawaban memiliki kelebihan yaitu mampu memunculkan jawaban responden yang bersifat netral. Tidak semua orang

memiliki pendapat yang kuat terkait suatu pernyataan. Pilihan netral dapat memungkinkan responden untuk menunjukkan bahwa mereka memiliki pendapat yang kurang yakin dengan jawaban yang mereka miliki.

Skala *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* dan *Resilience Quotient (RQ Test)* akan disebarakan melalui kuesioner. Kuesioner tersebut berisi lima macam pilihan jawaban, untuk jawaban sangat sesuai (SS) akan diberi nilai skor 5, sedangkan jawaban sangat tidak sesuai (STS) akan diberikan nilai skor 1. Lima pilihan jawaban tersebut yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. 3 Pilihan Jawaban Kuesioner

PERNYATAAN KETERANGAN	
SS	Sangat sesuai
S	Sesuai
N	Netral
TS	Tidak sesuai
STS	Sangat tidak sesuai

E. Metode Analisis Data

Metode analisis yang digunakan dalam penelitian yaitu regresi linear berganda. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, peneliti akan melakukan uji asumsi dengan uji beberapa uji yaitu sebagai berikut:

1. Uji asumsi

a. Uji normalitas

Uji normalitas memiliki tujuan untuk mengetahui sebaran data pada sebuah kelompok data telah terdistribusi normal atau tidak Sugiyono (2019). Uji normalitas yang digunakan dalam

penelitian ini yaitu *one sample kolmogorov smirnov test* menggunakan metode monte carlo dengan kriteria $p > 0,05$, sehingga apabila data memiliki nilai $p < 0,05$ maka dapat dikatakan data tersebut tidak terdistribusi normal (Sugiyono, 2019).

Metode monte carlo merupakan metode dalam uji normalitas dengan pengembangan sistematis yang memanfaatkan adanya bilangan acak dalam suatu data. Monte carlo dapat digunakan untuk mengetahui distribusi data yang telah dianalisa dari sampel yang memiliki nilai acak atau nilai yang terlalu extream dalam suatu data (Kinanti & Rosdiana, 2022).

b. Uji Linearitas

Menurut Priyanto (Pratiwi & Rustika, 2017) uji linearitas dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak. Kriteria pengujian linearitas dalam penelitian ini yaitu nilai signifikansi memiliki nilai 0,05 ($p < 0,05$) maka, dapat dinyatakan bahwa hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan yang linier.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui suatu penyimpangan dalam uji asumsi yang dilakukan. Peneliti

melakukan uji heteroskedastisitas dengan menggunakan uji Park Gleyser, ketika hasil nilai probabilitasnya menunjukkan nilai ($p > 0,05$), maka variabel tersebut tidak mengalami heteroskedastisitas (Machali, 2021).

d. Uji Multikolinearitas

Uji Multikolinearitas dilakukan guna melihat suatu korelasi yang signifikan antar variabel bebas. Apabila terdapat hubungan yang cenderung tinggi maka dapat menunjukkan bahwa terdapat aspek yang sama diukur pada variabel bebas, jika nilai VIF < 10 atau memiliki tolerance $> 0,1$, maka dapat dikatakan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas dalam model regresi (Machali, 2021).

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan uji F simultan, dimana uji tersebut dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh dari semua variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen. Menurut Ghazali (Daud, Marini & Monica, 2022) jika nilai Sig $< 0,05$ maka variabel independen secara simultan berpengaruh terhadap variabel dependen.

3. Koefisien Determinasi

Menurut Ghozali (Oktaviano, Permatasari & Fernando, 2022), Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari variabel independent secara bersamaan terhadap variabel dependen. Nilai dari koefisien determinasi ialah nol dan satu, apabila nilai R^2 yang diperoleh kecil maka pengaruh yang diberikan variabel independen terhadap variabel dependen cenderung kecil. Nilai yang cenderung mengarah pada angka satu dapat dikatakan bahwa variabel independen cenderung dapat memberikan semua penjelasan yang diperlukan untuk mengetahui variasi dari variabel dependen.

F. Kredibilitas

1. Validitas

Validitas merupakan suatu pertimbangan untuk mengevaluasi kelayakan suatu skala sebagai instrumen alat ukur Azwar (2019). Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan validitas isi. Validitas isi bertujuan untuk melihat kelayakan aitem-aitem yang disesuaikan dengan indikator keperilakuan atribut yang diukur. Item-item yang telah dibuat peneliti akan dinilai oleh para *expert judgement*. Batas koefisien validitas disesuaikan dengan jumlah *expert* yang dimiliki peneliti. Setelah peneliti memperoleh hasil dari para *expert*, peneliti akan menguji nilai tersebut menggunakan Aiken's V.

Aiken's V merupakan ketentuan yang ditetapkan oleh para *expert* terkait kesesuaian antara item dengan indikator yang perlu diukur menggunakan item tersebut Azwar (2019). Rumus formula Aiken's V tersebut yaitu, $V = \sum s/[n(C-1)]$, rumus tersebut dapat digunakan berdasarkan dari penilaian beberapa *expert* terhadap suatu item terkait sejauh mana item tersebut mampu mewakili konstruk yang diukur (Azwar, 2019).

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan suatu pengukuran yang dapat memberikan data yang memiliki konsistensi yang tinggi serta dapat dilihat sejauh mana hasil dari suatu proses pengukuran tersebut dapat dipercaya Azwar (2019). Alat ukur dapat disebut reliabel ketika alat ukur tersebut tetap menunjukkan hasil yang sama meskipun dilakukan pengukuran berulang kali. Uji reliabilitas dapat diukur dengan menggunakan *Cronbach alpha* (α) dengan nilai $> 0,70$. Apabila alat ukur memiliki nilai $> 0,70$ maka dapat dikatakan reliabel Azwar (2019).

G. Rancangan Penelitian

Proses penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu, pada tahapan pertama peneliti melakukan tahap persiapan. Peneliti melakukan identifikasi permasalahan yang sering terjadi dilingkungan sekitar. Peneliti mengamati fenomena yang sedang terjadi serta perlu diberikan perhatian khusus oleh pihak-pihak tertentu, apabila suatu fenomena telah ditemukan,

peneliti mencari sumber literatur yang dapat mendukung penelitian yang akan dilakukan. Peneliti juga menentukan partisipan yang akan terlibat dalam penelitian. Penentuan partisipan dalam sebuah penelitian merupakan sesuatu yang perlu dipertimbangkan dengan baik karena partisipan tersebut akan memberikan data yang diinginkan peneliti.

Peneliti juga menentukan metode yang akan digunakan dalam penelitian. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menghasilkan data penelitian berupa angka yang akan dianalisis menggunakan perhitungan statistik Sugiyono (2019).

Semua proses yang telah dilakukan, akan dilanjutkan dengan melakukan uji coba kepada partisipan yang memiliki kriteria yang sesuai dengan kebutuhan penelitian. Peneliti akan menyebarkan kuesioner kepada subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian. Kuesioner berisi pernyataan-pernyataan yang berhubungan dengan variabel tergantung yaitu *burnout* akademik.

Data yang diperoleh dari hasil penyebaran tersebut, peneliti akan melakukan proses analisis data. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik regresi linear berganda.