

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

1. Variabel *Dependen* : *Burnout* Akademik
2. Variabel *Independen* : Efikasi Diri

#### **B. Definisi Operasional**

1. *Burnout* Akademik

*Burnout* akademik merupakan suatu kondisi kelelahan yang dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir baik secara fisik maupun emosionalnya dikarenakan adanya tuntutan akademik yang berkepanjangan. Hal tersebut menyebabkan mahasiswa tingkat akhir tidak dapat menyelesaikan tugasnya dengan kompeten, menghindari diri dari lingkungan dan memiliki penilaian diri yang rendah, kecenderungan depresi, menurun dan hilangnya motivasi untuk belajar serta menurunnya prestasi belajar.

Menurut Schaufeli dkk. (2002) *burnout* akademik memiliki beberapa dimensi, yaitu *exhaustion*, *cynicism* dan *professional efficacy*.

2. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan suatu keyakinan mahasiswa tingkat akhir terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk melaksanakan, mengelola

pekerjaan atau menyelesaikan tugas akademik dengan baik agar dapat mengatasi tantangan dan menghadapi situasi yang akan datang dengan penuh tekanan, kekaburan dan keraguan. Menurut Bandura (1997) efikasi diri memiliki beberapa dimensi, yaitu tingkat, keluasan dan kekuatan.

### C. Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di universitas seluruh Indonesia. Azwar (2018) berpendapat populasi penelitian merupakan keseluruhan subjek penelitian yang mempunyai kriteria untuk tujuan yang ingin diteliti. Penelitian ini, sampling dilakukan menggunakan metode *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Sugiyono (2015) menjelaskan *non-probability sampling* sebagai metode pengumpulan sampel yang tidak memberikan peluang yang sebanding untuk setiap populasi yang ingin dijadikan sampel penelitian. Sugiyono (2017) menjelaskan bahwa *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel *non-probabilitas* dimana peneliti dengan sengaja memilih partisipan berdasarkan keahlian, pengetahuan, atau ciri-ciri yang ditentukan sesuai dengan keinginan peneliti dalam melaksanakan penelitiannya. Tujuan pengambilan sampling adalah untuk mendapatkan penjelasan deskriptif tentang karakteristik objek yang akan dipelajari dalam penelitian serta generalisasi karakteristik subjek. Penelitian ini menggunakan populasi dengan ciri-ciri :

1. Mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi.
2. Rentang usia 20-25 tahun.
3. Ruang lingkup universitas.

#### D. Metode Pengumpulan Data

Menurut Azwar (2018) metode pengumpulan data ialah proses atau teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data yang tepat sasaran untuk penelitian. Data yang dikumpulkan harus akurat, tidak bias, dan tepat sesuai keinginan peneliti untuk penelitiannya. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala *burnout* akademik dan skala efikasi diri. Pilihan jawaban pada skala ini menggunakan pilihan jawaban dengan model likert yang terdiri dari sangat sesuai (SS), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS). Sugiyono (2019) menyatakan bahwasanya skala model *likert* adalah alat ukur yang digunakan untuk menilai sikap, perilaku, pendapat serta persepsi individu dengan menggunakan dua aitem pernyataan ialah *favourable* juga *unfavourable*. Penelitian ini akan dijelaskan lebih rinci mengenai masing-masing skala yang digunakan yaitu:

1. *Burnout* Akademik

Penelitian ini menggunakan skala yang dimodifikasi dari Arlinkasari dan Akmal (2017) sesuai dengan *Maslach Burnout Inventory–Student Survey* (MBI-SS) yang diciptakan oleh Schaufeli dkk (2002). Modifikasi yang dilakukan dengan menyesuaikan ruang lingkup

penelitian yaitu mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi pada setiap itemnya, memodifikasi penilaian frekuensi menjadi skala *likert* dengan 5 kategori. Skala ini mengukur tiga dimensi yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy* dengan total 15 item yang terdiri dari 9 aitem *favourable* dan 6 aitem *unfavourable*.

Table 3. 1 Blueprint Burnout Akademik

<i>Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)</i>					
Dimensi	Indikator	Butir <i>Favorable</i>		Butir <i>Unfavorable</i>	
		Nomor Aitem	Jumlah	Nomor Aitem	Jumlah
<i>Exhaustion</i>	Merasa terkuras atau kelelahan secara fisik dan emosi	1,2,3,4,5	5	-	
<i>Cynicism</i>	Menjauh dan ketidakpedulian terhadap tugas akademik	6,7,8,9	4	-	
<i>Professional Efficacy</i>	Penurunan keyakinan akademik dan upayanya sia-sia	-		10,11,12,13,14,15	6
	Jumlah		9		6

## 2. Efikasi Diri

Skala ini menggunakan skala yang dimodifikasi dari Amalia (2021) berdasarkan dimensi dan teori dari Albert Bandura 1997. Modifikasi skala dilakukan dengan menyesuaikan ruang lingkup penelitian yaitu mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi pada setiap itemnya dan memodifikasi penilaian 4 kategori menjadi 5 kategori. Tujuan dari skala ini untuk mengukur tiga dimensi ialah tingkat,

keluasan dan kekuatan. Skala ini memiliki 32 aitem dengan 22 aitem *favorable* dan 10 aitem *unfavorable*.

Table 3. 2 Blueprint Efikasi Diri

Dimensi	Indikator	Butir <i>Favorable</i>		Butir <i>Unfavorable</i>	
		Nomor Aitem	Jumlah	Nomor Aitem	Jumlah
Tingkat ( <i>magnitude</i> )	Memiliki keyakinan dan usaha untuk menyelesaikan masalah	1,2,3	3	4	1
	Mencoba tingkah laku yang dirasa mampu dilakukan	5,6,7	3	8	1
	Mampu menetapkan serta memperkuat komitmen terhadap tujuan yang akan dicapai	9,10,11	3	12	1
Kekuatan ( <i>strength</i> )	Merasa percaya bahwa upaya yang dilakukan dapat menghasilkan kesuksesan	13,14,15	3	16	1
	Menjadikan pengalaman masa lalu sebagai acuan dalam bertindak	17,18	2	19,20	2
	Merasa yakin dengan kemampuan dalam menghadapi segala situasi	21,22,23	3	24	1
Keluasan ( <i>generality</i> )	Sikap dalam menghadapi segala situasi	25,26	2	27,28	2
	Mampu menilai keyakinan dirinya dalam menyelesaikan masalah	29,30,31	3	32	1
		22		10	

## E. Metode Analisis Data

Penelitian ini memanfaatkan *software SPSS Statistics 20* sebagai alat bantu untuk melakukan analisis data. Sugiyono (2019) metode analisis data merupakan proses pengolahan dan penyusunan data numerik yang diperoleh dari hasil penelitian secara teratur dan sistematis. Analisis data dilakukan untuk menemukan solusi bagi rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Sebelum melakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu perlu dilakukan uji asumsi. Analisis data pada penelitian menggunakan uji asumsi juga uji hipotesis.

### 1. Uji Asumsi

Uji asumsi dengan menggunakan uji normalitas, uji linearitas, uji autokorelasi, uji heteroskedastisitas dan uji multikolinearitas yang memanfaatkan alat statistik yaitu *software SPSS Statistics 20*. Uji asumsi merupakan uji untuk memastikan bahwa data penelitian memenuhi persyaratan untuk menggunakan statistik parametrik, jika data tidak memenuhi persyaratan, maka statistik non-parametrik harus digunakan (Gunawan, 2015).

#### a) Uji Normalitas

Tujuan uji normalitas *one sample kolmogorov-smirnov* adalah untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Data yang dimaksud dengan data berdistribusi normal yaitu memiliki distribusi normal. Uji ini dapat digunakan jika sebaran data dianggap normal

dan hasilnya lebih besar ( $>$ ) dari 0,05 (Azwar, 2016).

b) Uji Linearitas

Penelitian ini menggunakan uji linearitas untuk mengevaluasi hubungan antara dua variabel yang dianggap memiliki sifat linear atau tidak linear. Penghitungan uji linearitas dilakukan dengan bantuan *software SPSS Statistics 20*, untuk mengetahui pengaruh antara dua variabel secara signifikan atau tidak. Dasar pengambilan keputusan berdasarkan nilai signifikansi menurut Raharjo (2013) menunjukkan bahwa jika nilai signifikansi variabel X dan Y dianggap linear jika nilai signifikansi untuk linearitas  $> 0.05$  serta sesuai dengan nilai Fhitung dan Ftable 0,05, dengan rumus  $F_{table} = df_{Deviation from Linearity}; df_{Within Groups}$ , kemudian jika nilai Fhitung  $< F_{table}$  artinya variabel X dan Y dianggap linier.

c) Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi bertujuan untuk mendeteksi apakah ada korelasi antara kesalahan pada periode saat ini ( $t$ ) dengan kesalahan pada periodes sebelumnya ( $t-1$ ). pengujian ini berguna untuk mendeteksi apakah terdapat penyimpangan asumsi klasik autokorelasi dalam model regresi. Model regresi yang baik adalah model yang bebas dari masalah autokorelasi. Autokorelasi diartikan sebagai hubungan antara

anggota yang diamati yang diurutkan berdasarkan waktu (time series) atau lokasi (Sitorus & Yuliana, 2018). Uji autokorelasi ini sering diterapkan melalui uji *Durbin-Watson*, dimana model dianggap tidak mengalami autokorelasi apabila nilai DW mendekati 2 atau nilai  $DW < 4 - DU$ .

d) Uji Heteroskedastisitas

Uji heterokedastisitas dimaksudkan untuk memeriksa apakah terdapat perbedaan varians dalam model regresi antara residual satu pengamatan dengan pengamatan lain (Gunawan, 2020). Jika varians residual tetap, maka terjadi homokedastisitas, sedangkan heterokedastisitas terjadi ketika varians residual berbeda-beda. Melihat nilai ada tidaknya heterokedastisitas digunakan nilai koefisien korelasi rank Spearman  $\rho$  antara variabel bebas dan variabel pengganggu. Model regresi dianggap terbebas dari heterokedastisitas, apabila nilai probabilitas  $\text{sig} > 0,05$  (Ghozali, 2018).

e) Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk mengetahui korelasi antar variabel dependen atau independen. Munculnya multikolinearitas dalam regresi dapat menyebabkan data menjadi tidak akurat dan daya perkiraannya tidak dapat diandalkan. Nilai *tolerance* dan nilai variasi

inflasi faktor (*VIF*) bisa digunakan untuk melihat multikolinearitas ini. Nilai *tolerance* > dari 0,10 dan nilai variasi inflasi faktor (*VIF*) < dari 10 menunjukkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas dalam model regresi tersebut (Ghozali, 2018).

## 2. Uji Hipotesis

Menurut Azwar (2015) uji hipotesis merupakan proses statistik yang digunakan untuk menguji kebenaran dugaan sementara. Hasil pengujian statistik menentukan apakah hipotesis yang diusulkan peneliti dapat diterima atau tidak. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji analisis *non-parametrik* yaitu analisis regresi linear berganda.

Menurut Azwar (2018) analisis regresi linear berganda adalah metode regresi yang melibatkan lebih dari satu variabel independen. Hal ini memungkinkan untuk menentukan arah dan dampak variabel independen terhadap variabel independen. Uji hipotesis menggunakan uji F (simultan) yang dimana untuk mengetahui ada atau tidak ada pengaruh antara variabel independent dengan variabel dependen secara bersamaan yang diukur melalui uji F. Tabel ANOVA digunakan untuk menunjukkan apabila model regresi layak jika nilai  $F_{hitung} < 0.05$  (Ghozali, 2018).

## 3. Uji Koefisien Determinasi

Menurut Sugiyono (2019) uji koefisien determinasi merupakan

kemampuan pada variabel bebas mempengaruhi variabel terikat, makin tinggi koefisien menunjukkan makin bagus kemampuan variabel bebas menjelaskan variabel terikat. Berikut rumus yang digunakannya:

$$Kd = R^2 \times 100\%$$

Keterangan :

Kd = Koefisien determinasi

$R^2$  = Koefisien Korelasi

## F. Kredibilitas Penelitian

### 1. Uji Validitas

Validitas isi digunakan untuk menunjukkan kemampuan instrumen pengukuran dalam mengukur apa yang akan diukur. Azwar (2018) mengatakan bahwa validitas isi merupakan validitas yang dapat dinilai dengan menguji kelayakan isi tes melalui analisis rasional yang dilakukan oleh forum yang dibahas dengan ahli atau *expert judgment*. Berdasarkan validitas isi penelitian ini menggunakan perhitungan dengan *Aikens`v*. Azwar (2018) mengatakan bahwa nilai indeks *aikens`v* (indeks V) adalah indeks kesepakatan penilai yang menunjukkan sejauh mana aitem tersebut dapat mewakili konstruk yang diukur.

Azwar (2018) mengatakan bahwa koefisien validitas bersifat relatif karena tidak ada standar umum yang menentukan berapa banyak skor yang harus dipenuhi agar suatu skala psikologi dapat dianggap valid.

Azwar (2018) mengatakan bahwa koefisien validitas tidak terlalu tinggi, misalnya sekitar 0,50, lebih baik daripada koefisien reliabilitas dengan nilai yang sama. Namun, jika koefisien validitas kurang dari 0,30, biasanya dianggap tidak terpenuhi. Rumus indeks *aikens'v* sebagai berikut:

$$V = \Sigma s / [n(c-1)]$$

## 2. Uji Reliabilitas

Penelitian ini menggunakan reliabilitas dengan perhitungan *alpha cronbach* yang dilakukan dengan menggunakan bantuan *software SPSS Statistics 20*. Menurut Azwar (2018) uji realibilitas memiliki tujuan untuk melihat konsistensi dari alat ukur itu sendiri dalam mengukur adanya indikasi yang serupa dilain waktu. Azwar (2018) Koefisien reliabilitas, yang nilainya berkisar dari 0 hingga 1, menggambarkan bahwa pengukuran pada penelitian tersebut dapat dikatakan reliabilitas. Semakin tinggi nilainya, semakin rendah reliabilitasnya. Menurut Renggani dan Wideasavitri (2018) alat ukur dapat dikatakan bagus apabila nilainya  $> 0.70$ .

## G. Rancangan Penelitian

Menurut Sugiyono (2018) metode penelitian kuantitatif berlandaskan pada filsafat positivisme dan digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Metode ini menggunakan instrumen untuk mengumpulkan data,

yang kemudian dianalisis secara kuantitatif atau statistik dengan tujuan menjelaskan dan membuktikan hipotesis yang telah dibuat sebelumnya.

#### 1. Tahapan Persiapan

Tahap awal dalam penelitian untuk mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan. Peneliti mengidentifikasi masalah yang akan diteliti dengan mengidentifikasi dengan cara membaca literatur, pengamatan, atau wawancara. Setelah masalah penelitian teridentifikasi, langkah selanjutnya adalah melakukan kajian pustaka. Kajian pustaka bertujuan untuk mengetahui penelitian-penelitian sebelumnya yang telah dilakukan terkait dengan masalah penelitian yang akan diteliti. Selanjutnya, peneliti menentukan tujuan penelitian yang spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan memiliki jangka waktu yang jelas. Setelah itu, peneliti menentukan batasan masalah memfokuskan penelitian agar tidak terlalu luas dan dapat diselesaikan dalam waktu yang terbatas. Selanjutnya, peneliti memilih metode penelitian yang akan digunakan, menentukan populasi dan sampel penelitian, menetapkan teknik pengumpulan data, serta menentukan alat atau instrumen penelitian yang akan digunakan.

#### 2. Tahapan Pelaksanaan

Tahap ini, peneliti sedang melakukan pengumpulan data yang dibutuhkan untuk proses penelitian. Sebelum melakukan penyebaran skala, peneliti menguji alat ukur dengan melakukan uji validitas dengan

validitas aiken's. Selanjutnya menguji uji coba aitem yang telah dimodifikasi kepada *expert judgement*, melakukan pengambilan data dengan menyebarkan skala kepada responden yang sesuai dengan ciri-ciri penelitian yang sudah ditentukan sebelumnya. Kemudian peneliti melakukan pengelolaan data yang telah dikumpulkan. Pengelolaan data dapat memanfaatkan *software SPSS Statistics 20*. Pengelolaan data bertujuan untuk memudahkan proses analisis data.

Tahap Analisis ini dilakukan, dimana peneliti menguji hipotesis penelitian juga membuat kesimpulan berdasarkan kumpulan data yang telah disusun. Peneliti melakukan analisis dengan metode analisis kuantitatif. Peneliti juga melakukan interpretasi data yaitu memberikan penjelasan atau makna terhadap hasil analisis data. Interpretasi data bertujuan untuk memahami hasil penelitian secara lebih mendalam. Setelah diinterpretasi, peneliti dapat mengambil kesimpulan sesuai data yang sudah dianalisis sebelumnya.

### 3. Tahap Akhir

Pada tahap ini, peneliti akan menulis penelitian proposal skripsi yang berisi semua informasi tentang penelitian yang telah dilakukan. Laporan penelitian proposal skripsi harus ditulis dengan sistematis, logis, dan mudah dipahami serta tentunya menyesuaikan penulisan sesuai dengan pedoman yang telah ditentukan oleh universitas.