

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Definisi Variabel

Variabel dalam suatu penelitian merupakan elemen yang bersifat dinamis, dapat berubah-ubah, teramati, serta dapat diukur, dan berfungsi sebagai dasar dalam menarik kesimpulan selama proses penelitian berlangsung. Azwar (2015) telah dijelaskan bahwa variabel merupakan simbol yang mencerminkan nilai-nilai yang beragam, di mana nilai tersebut bisa berbeda antara satu subjek dengan subjek lainnya, atau antara satu kasus dengan kasus yang lain. Variabel juga dapat diartikan sebagai karakteristik atau atribut dari suatu objek yang menggambarkan perbedaan antar individu maupun antar objek. Berdasarkan uraian tersebut, variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Tergantung

Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah Prokrastinasi Akademik, yang merupakan akibat atau hasil yang dipengaruhi oleh tingkat Kontrol Diri.

2. Variabel Bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Kontrol Diri, yang berfungsi sebagai faktor yang memberikan pengaruh terhadap variabel lain.

B. Definisi Operasional

1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik mengacu pada kecenderungan mahasiswa untuk menangguhkan penyelesaian kewajiban atau tugas-tugas yang berkaitan dengan kegiatan akademik. umumnya ditandai dengan penggunaan waktu untuk melakukan kegiatan lain yang dirasa lebih menyenangkan atau menghibur, padahal waktu tersebut seharusnya dimanfaatkan untuk menyelesaikan tugas akademik. Selain itu, tanggung jawab akademik tidak ditempatkan sebagai prioritas utama yang harus segera dituntaskan. Akan tetapi mahasiswa akan meninggalkan tugas akademik tersebut, demi melanjutkan dan melakukan kegiatan yang lainnya.

2. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam menyusun rencana, mengendalikan, serta mengelola perilaku serta impuls yang dimiliki, dengan tujuan mencapai hasil yang bernilai positif. Dengan demikian, individu yang dimaksud adalah seorang mahasiswa dapat menjalankan berbagai aktivitas sesuai dengan tujuan atau harapan pribadinya.

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif program sarjana (S1) berusia antara 18 hingga 25 tahun yang menjalani perkuliahan sambil bekerja paruh waktu di wilayah Kabupaten Sleman. Populasi penelitian mencakup

mahasiswa yang menempuh pendidikan di Kabupaten Sleman, meskipun tempat tinggal mereka bisa berada di luar wilayah tersebut. Oleh karena itu, karakteristik subjek yang dijadikan dasar penelitian adalah aktivitas perkuliahan di Sleman, bukan domisili tempat tinggal. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*, di mana pemilihan sampel dilakukan secara sengaja berdasarkan kriteria mahasiswa aktif yang sedang berkuliah di Kabupaten Sleman, tanpa membatasi asal tempat tinggalnya.

D. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilaksanakan melalui pendekatan survei, dengan menggunakan kuesioner sebagai instrumen utama untuk memperoleh data atau informasi yang dibutuhkan. Menurut Azwar (2017), kuesioner merupakan alat pengumpulan data yang bersifat fleksibel dan dapat diandalkan dalam penggunaannya. Dalam tahap awal, penentuan sampel dilakukan sebagai langkah awal, yang kemudian ditujukan untuk menjangkau populasi mahasiswa aktif yang menjalani perkuliahan sambil bekerja paruh waktu di wilayah Kabupaten Sleman.

Penelitian ini memanfaatkan instrumen berupa skala psikologis yang dikembangkan berdasarkan definisi operasional dari masing-masing variabel yang diteliti. Seluruh data dalam penelitian ini diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada subjek yang terlibat. Instrumen skala yang digunakan terdiri dari dua bagian, salah satunya bertujuan untuk mengukur tingkat kontrol diri. Sementara itu, pengukuran prokrastinasi akademik mengacu pada sejumlah aspek yang telah dikemukakan oleh Ferrari (1995), yang mencakup empat

dimensi perilaku, yaitu: (1) penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas, (2) keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, (3) kesenjangan antara perencanaan dan pelaksanaan penyelesaian tugas, serta (4) kecenderungan memilih aktivitas yang lebih menyenangkan dibandingkan mengerjakan tugas.

Sedangkan untuk alat ukur yang digunakan dengan penyebaran koisioner untuk mengetahui pada prokrastinasi akademik ini berdasarkan pada aspek menurut Ferarri (1995) yang dimana ada 5 aspek yang diantaranya, yaitu disiplin diri, kecenderungan terhadap tindakan non-implusif, aktivitas sehat, regulasi diri dan realibitas.

Peneliti ini memodifikasikan dengan menggunakan penelitian yaitu teknik skala rating dengan menggunakan koisioner, yang dimana telah dirancang untuk mengukur sikap segala aktivitas dari Mahasiswa tersebut menunjukkan respons yang beragam, baik dalam bentuk tanggapan positif maupun negatif, serta persetujuan atau ketidaksetujuan terhadap perilaku yang terjadi saat mahasiswa berkuliah disambi bekerja paruh waktu dan hasil dari pengisian koisioner tersebut akan di analisis menggunakan SPSS *versi 26 for windows*.

Pernyataan sikap dalam skala ini dibagi menjadi dua jenis, yaitu *favourable* dan *unfavourable*. Skala *Likert* yang digunakan menawarkan 5 pilihan jawaban diantaranya: Sangat Sesuai (SS) diberikan lima poin, Sesuai (S) diberikan empat poin, Netral diberikan tiga poin, Tidak Sesuai (TS) diberikan dua poin, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberikan satu poin. Sedangkan, untuk pernyataan *unfavourable*, dari "Sangat Sesuai (SS) diberikan

satu poin", " Sesuai (S) diberikan dua poin ", "Netral diberikan tiga poin" Tidak Sesuai (TS) diberikan empat poin", " Sangat Tidak Sesuai (STS) diberikan lima poin".

Tabel 3.1. Tabel Skala *Likert*

Pilihan Jawaban	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
SS (Sangat Sesuai)	5	1
S (Sesuai)	4	2
N (Netral)	3	3
TS (Tidak Sesuai)	2	4
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	5

1. Skala Penelitian Prokrastinasi Akademik

Peneliti menggunakan skala tersebut dan memodifikasi skala dari aspek prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrari, 1995. Dan peneliti menemukan jumlah aitem sebelum dilakukan uji coba yaitu dengan 40 aitem. Skala ini digunakan pada aspek-aspek prokrastinasi akademik sebagai indikator yang akan diukur.

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala Prokrastinasi Akademik

Aspek	Aitem		Jumlah Bobot	
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	1,2,17,18,31	3,4,19,20,32	10	25%
Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	5,6,21,22,33	7,8,23,24,37	10	25%
Kesenjangan waktu antara rencana dan realisasi penyelesaian tugas	9,10,25,26,34	11,12,38,39,40	10	25%
Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	13,14,27,28,35	15,16,29,30,36	10	25%
Jumlah	20	20	40	100%

2. Skala Penelitian Kontrol Diri

Skala kontrol diri dalam penelitian ini telah dimodifikasi dari Gibran, 2024. Dari seorang ahli Tangney, dkk, 2004 (Retno Arum Sayekti, 2023). Subjek disediakan lima alternative jawaban dalam skala ini yang disusun dengan model skala *Likert* dengan jumlah aitem 30 aitem Dalam menulis aitem pada skala ini pastinya berdasarkan aspek-aspek kontrol diri yang digunakan.

Tabel 3.3. *Blueprint* Skala Kontrol Diri

Aspek	Aitem		Jumlah	Jumlah Bobot
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
Disiplin diri	30,2,4	5,9,7	6	20%
Tindakan atau aksi yang tidak implisif	6,8,10	11,13,15	6	20%
Pola hidup sehat	12,14,16	17,19,21	6	20%
Regulasi diri	18,20,22	23,25,27	6	20%
Relibilitas	24,26,28	3,29,1	6	20%
Jumlah	15	15	30	100%

E. Metode Analisis Data

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas pada penelitian ini dilakukan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang memiliki distribusi normal. Tahapan ini penting karena berpengaruh terhadap pemilihan metode analisis statistik yang tepat. Jika data menunjukkan distribusi normal, maka teknik statistik parametrik dapat diterapkan. Namun, apabila

data tidak berdistribusi normal, maka pendekatan non-parametrik menjadi pilihan yang lebih tepat (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, digunakan pedoman tertentu untuk menguji apakah distribusi data bersifat normal atau tidak, sebagai berikut:

- a) Apabila nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* atau p lebih besar dari 0,05, maka data dianggap berdistribusi normal.
- b) Sebaliknya, jika nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* atau p kurang dari 0,05, maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Uji Pengujian linearitas dilakukan guna menilai pola hubungan yang terbentuk antara dua variabel yang diteliti, yakni prokrastinasi akademik dan kontrol diri, serta untuk menentukan apakah relasi keduanya menunjukkan bersifat linear dengan menggunakan pendekatan korelasional. Hubungan linear ditunjukkan apabila perubahan pada satu variabel disertai dengan perubahan yang sebanding pada variabel lainnya secara konsisten (Sugiyono, 2019). Hal tersebut linearitas ini memiliki aturan untuk melihat apakah antara variabel ini memiliki hubungan, sebagai berikut:

- a) Jika nilai signifikansi (*Sig.*) pada uji linearitas menunjukkan $p > 0,05$, maka hubungan antara kedua variabel dianggap bersifat linear.
- b) Namun, apabila nilai *Sig.* menunjukkan $p < 0,05$, maka hubungan antara kedua variabel dinyatakan tidak linear.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis ini dilakukan setelah peneliti menyelesaikan uji terhadap hubungan antara variabel prokrastinasi akademik dan variabel kontrol diri. Jika hubungan dua variabel yang dimana variabel kontrol diri dan prokrastinasi akademik tidak bersifat linear, maka koefisien korelasi Pearson mungkin kurang tepat dalam menggambarkan seberapa kuat hubungan antara kedua variabel tersebut, meskipun keduanya memiliki keterkaitan yang signifikan. Istilah koefisien korelasi Pearson diperkenalkan oleh Karl Pearson pada tahun 1990. Namun, apabila data tidak berdistribusi normal, maka analisis hubungan antar variabel sebaiknya dilakukan menggunakan metode statistik non-parametrik, seperti korelasi Spearman Rank (Firdaus, 2009).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* sebagai metode uji hipotesis untuk menganalisis keterkaitan antara variabel X (kontrol diri) dan variabel Y (prokrastinasi akademik). Pengolahan data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 26 for Windows.

F. Reliabilitas dan Validitas

1. Validitas

Uji validitas ini dimana dilakukan untuk melihat dari kesesuaian alat ukur yang digunakan dan menjelaskan dengan tujuan yang harus diukur. Validitas dilakukan untuk memastikan bahwa isi kuesioner telah sesuai dan relevan dengan tujuan dari penelitian yang dilakukan. Untuk langkah dalam

validitas isi ini telah terpenuhinya dengan melihat apakah aitem ditulis sesuai dengan *blue printnya* (Azwar, 2021), selanjutnya dilakukan proses validitas perangkat instrument berdasarkan *expert judgement* yang melibatkan penilaian. Validitas isi yang dapat dilakukan dengan menggunakan *Aiken's V* dan menggunakan perhitungan *Aiken's V* sebagai berikut:

$$V = \frac{\text{Jumlah } s}{n(c-1)}$$

Keterangan:

S = r- lo

lo = nilai terendah dalam skala penilaian

c = nilai tertinggi dalam skala penilaian

r = skor yang diberikan oleh pakar atau ahli

2. Reliabilitas

Uji reliabilitas ini menurut Azwar (2021) menjelaskan bahwa hal ini digunakan untuk menentukan seberapa dapat dipercaya bahwa hasil dari pengukurannya, maka dilakukannya uji reabilitas. Pengukurannya dengan menggunakan *alpha Cronbach* dengan baik dimana bergerak dari skor >1.00 dan jika nilai <1.00, maka asumsi dari aitem ini jelek dan tidak dapat digunakan untuk aitem penelitian.

G. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Berdasarkan pendapat Sugiyono (2019), pendekatan kuantitatif berpijak pada paradigma positivistik dan digunakan untuk meneliti populasi maupun sampel yang telah ditentukan. Data dikumpulkan

menggunakan instrumen yang disusun secara sistematis, kemudian dianalisis secara kuantitatif untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Metode ini diterapkan untuk mengetahui adanya hubungan antara kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menjalani perkuliahan sambil bekerja secara paruh waktu atau *part-time*.

2. Prosedur Penelitian

a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini, peneliti untuk memulai pertama kali dalam melakukan penelitian yaitu dengan merumuskan masalah penelitian, termasuk untuk variabel yang akan digunakan, hubungan antara kedua variabel adakah hubungan terikat, serta membuat kerangka teori yang didasari dari penelitian. Setelah itu peneliti mengumpulkan informasi dari subjek atau sampel yang ingin dijadikan responden dalam penelitian ini dengan menggunakan berbagai sumber seperti: jurnal, buku, penelitian sebelumnya, dan masih banyak lagi. Peneliti ini menggunakan sampel sesuai dengan kriteria penelitian, menyiapkan beberapa pertanyaan yang berasal dari aspek yang diturunkan ke indikator dan diturunkan menjadi pertanyaan penelitian, serta membuat koesioner dari *google form*.

b. Tahap Pelaksanaan dan Pengolahan Data

Pada tahap ini, dilakukan uji coba mencakup pengujian terhadap skala penelitian guna mengevaluasi tingkat validitas dan reliabilitas dari skala yang telah dimodifikasi. Selanjutnya, apabila skalanya sesuai

dengan kebutuhan penelitian, peneliti mulai mengambil data dengan menggunakan koesioner yang dibuat melalui *google form* yang terdiri dari skala yang dipakai untuk mengukur kontrol diri dan prokrastinasi akademik ditujukan kepada mahasiswa yang menjalani kuliah secara paruh waktu atau part-time. Setelah data terkumpul, proses analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS *versi 26 for Windows*, kemudian dilanjutkan dengan pengujian asumsi dan hipotesis untuk mengetahui adanya hubungan antara kedua variabel yang diteliti.

c. Tahap Evaluasi

Pada tahap akhir, peneliti menganalisis data dan menyusun laporan penelitian secara terstruktur dan jelas. Dengan demikian, peneliti dapat menarik kesimpulan berdasarkan hipotesis yang diajukan sesuai variabel yang diteliti serta memberikan rekomendasi untuk penelitian tersebut.