

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Peneliti perlu melakukan identifikasi variabel. Variabel penelitian adalah segala bentuk apa saja yang telah dipilih dan ditetapkan peneliti yang nantinya akan dipelajari dengan tujuan supaya mendapatkan informasi lebih dalam tentang hal tersebut yang pada akhirnya akan diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini variabelnya antara lain:

1. Variabel tergantung : Prokrastinasi akademik (y).
2. Variabel bebas : a. Kontrol diri (x_1)
b. Manajemen waktu (x_2)

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi Operasional memberikan pemahaman yang jelas mengenai pengertian dari variabel yang digunakan dalam penelitian serta menghindari adanya kesalahan penafsiran yang mungkin terjadi. Adapun definisi operasional dari variabel-variabel penelitian adalah sebagai berikut:

1. Prokrastinasi Akademik.

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku penundaan seseorang secara sengaja serta berulang-ulang terhadap suatu tugas akademik dengan memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan atau

tidak begitu penting sehingga memberikan dampak negatif berupa hasil yang tidak optimal dan waktu yang tidak efektif. Dalam penelitian ini prokrastinasi akademik diukur menggunakan Skala Prokrastinasi Akademik dengan aspek sebagai berikut: penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Semakin tinggi skor skala prokrastinasi akademik yang dimiliki, maka semakin tinggi juga perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi dan sebaliknya.

2. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengarahkan individu dalam mengendalikan diri, menyusun dan mengatur dorongan-dorongan dari dalam dirinya supaya bisa mengambil keputusan secara matang-matang dan tindakan secara efektif sehingga dapat tercapai hasil yang positif serta menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Dalam penelitian ini kontrol diri diukur menggunakan Skala Kontrol Diri dengan aspek sebagai berikut: kontrol perilaku, kontrol kognitif dan mengontrol keputusan. Kontrol diri ditandai dengan adanya skor skala kontrol diri. Semakin tinggi skor skala kontrol diri yang dimiliki, maka semakin tinggi juga kontrol diri yang terjadi dan sebaliknya.

3. Manajemen Waktu

Manajemen waktu merupakan kemampuan seorang individu dalam mengatur, mengelola, merencanakan setiap aktivitas dalam hal

penggunaan dan pemanfaatan waktu secara efektif dan efisien sehingga mengarah pada produktivitas kerja yang lebih optimal serta pemenuhan target yang ingin dicapai. Dalam penelitian ini manajemen waktu diukur menggunakan Skala Manajemen Waktu dengan aspek sebagai berikut: menetapkan tujuan dan prioritas, perencanaan dan penjadwalan, kemampuan memanfaatkan waktu serta preferensi terhadap pengorganisasian. Manajemen Waktu ditandai dengan adanya skor skala manajemen waktu. Semakin tinggi skor skala manajemen waktu yang dimiliki, maka semakin tinggi juga manajemen waktu yang terjadi dan sebaliknya.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi Penelitian.

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas partisipan atau objek. Populasi memiliki kualitas dan karakteristik tertentu. Peneliti akan menetapkan dan mempelajari serta kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XI MA Al-Ittihad Poncokusumo Malang.

2. Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.

Menurut pendapat Arikunto (2013) Sampel ditentukan peneliti dari sebagian atau wakil dari populasi yang dilakukan penelitian. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *incidental kuota sampling*. Teknik ini merupakan teknik pengambilan sampel dari populasi dengan ciri-ciri yang sudah ditetapkan sampai jumlah (kuota) yang diinginkan

terpenuhi dan bersifat kebetulan, yaitu siapa saja yang ditemui dan dipandang cocok sesuai dengan kriteria subjek penelitian (Sugiyono, 2016; Noor 2014). Adapun alasan menggunakan teknik tersebut karena peneliti sudah menetapkan diawal bahwa sampel yang diambil adalah siswa kelas XI IPS angkatan 2020/2021 di MA Al-Ittihad Poncokusumo Malang.

Peneliti menetapkan kelas XI IPS sebagai sampel penelitian karena berdasarkan keluhan-keluhan dari para guru dan orang tua murid yaitu bahwa siswa-siswi kelas XI IPS yang paling banyak melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Oleh sebab itu, peneliti menjadikan fenomena-fenomena tersebut sebagai suatu permasalahan yang perlu dilakukan penelitian. Alasan lainnya, peneliti memilih kelas XI dikarenakan siswa kelas XI telah memiliki pengalaman belajar lebih lama daripada siswa-siswi kelas X dan juga belum disibukkan dengan persiapan ujian akhir nasional (UN) seperti kelas XII.

D. Metode Pengumpulan Data

Pada tahapan ini, metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode skala. Menurut Sugiyono (2016) menyatakan bahwa skala digunakan untuk acuan menentukan panjang pendeknya interval dalam alat ukur sehingga alat ukur tersebut dapat menghasilkan data kuantitatif. Skala disusun berdasarkan skala *Likert* yang terdiri dari dua kategori item. Kategori pertama adalah pernyataan *favourable* (item yang isinya mendukung pernyataan) yang terdiri dari empat alternatif

jawaban meliputi Sangat Sesuai (SS) skor 4, Sesuai (S) skor 3, Tidak Sesuai (TS) skor 2 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) skor 1. Kategori kedua *unfavourable* (item yang isinya tidak mendukung pernyataan) yang terdiri dari empat jawaban meliputi Sangat Sesuai (SS) skor 1, Sesuai (S) skor 2, Tidak Sesuai (TS) skor 3 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) skor 4. Peneliti menghilangkan jawaban tengah karena sesuai dengan pernyataan Hadi (1991) yang memberikan 3 alasan, yaitu

- a) Kategori *undeciden* memiliki arti ganda yaitu belum dapat memutuskan atau memberi jawaban (setuju tidak, tidak setuju pun tidak).
- b) Tersedia kategori jawaban ke tengah menimbulkan jawaban ke tengah (*central tendency effect*) terutama bagi mereka yang ragu-ragu atas arah kecenderungan pendapat responden.
- c) Tersedia kategori jawaban tengah akan menghilangkan banyak data penelitian sehingga mengurangi banyaknya informasi yang didapatkan.

Skala yang dilakukan dalam penelitian ini terdiri dari tiga buah skala yaitu: Skala Prokrastinasi Akademik, Skala Kontrol Diri dan Skala Manajemen Waktu.

1. Skala Prokrastinasi Akademik

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala prokrastinasi akademik dan disusun berdasarkan aspek prokrastinasi akademik meliputi: penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan

tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Adapun kisi-kisi/ *Blue Print* dari prokrastinasi akademik dapat dilihat secara rinci dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. *Blue Print* Skala Prokrastinasi Akademik

No	Aspek Prokrastinasi Akademik	Jumlah Item		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1.	Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas	3	3	6
2.	Keterlambatan mengerjakan tugas	3	3	6
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	3	3	6
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	3	3	6
Total		12 Item	12 Item	24 Item

2. Skala Kontrol Diri

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kontrol diri dan disusun berdasarkan aspek kontrol diri meliputi: kontrol perilaku, kontrol kognitif dan mengontrol keputusan. Adapun kisi-kisi/ *Blue Print* dari kontrol diri dapat dilihat secara rinci dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2. *Blue Print* Skala Kontrol Diri

No	Aspek Kontrol Diri	Jumlah Item		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1.	Kontrol perilaku	3	3	6
2.	Kontrol kognitif	3	3	6
3.	Mengontrol keputusan	3	3	6
Total		9 Item	9 Item	18 tem

3. Skala Manajemen Waktu

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala manajemen waktu dan disusun berdasarkan aspek manajemen waktu meliputi: menetapkan sebuah tujuan dan prioritas, perencanaan dan penjadwalan, kemampuan memanfaatkan waktu serta preferensi terhadap pengorganisasian. Adapun kisi-kisi/ *Blue Print* dari manajemen waktu dapat dilihat secara rinci dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. *Blue Print* Skala Manajemen Waktu

No	Aspek Manajemen Waktu	Jumlah Item		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1.	Menetapkan sebuah tujuan dan prioritas	3	3	6
2.	Perencanaan dan penjadwalan	3	3	6
3.	Kemampuan memanfaatkan waktu	3	3	6
4.	Preferensi terhadap pengorganisasian	3	3	6
Total		12 Item	12 Item	24 Item

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sampai sejauh mana kecermatan dan ketetapan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu instrument pengukur harus memiliki validitas yang tinggi supaya dapat memberikan hasil yang akurat dengan maksud serta tujuan dari pengukuran tersebut (Azwar, 2018). Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson*. Hasil korelasi diharapkan tidak terjadi estimasi yang berlebihan atau *over estimate*

(kelebihan bobot). Oleh sebab itu, perlu dilakukan langkah koreksi dengan menggunakan rumus *Part Whole*.

2. Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Azwar (2018) reabilitas adalah suatu pengukuran yang harus dapat dipercaya. Hal ini perlu diadakan beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok partisipan yang sama. Hasil yang diperoleh tersebut harus relatif sama supaya tercipta tingkat reabilitas yang tinggi. Penelitian ini menggunakan rumus alpha (koefisien reliabilitas alpha-Cronbach alpha). Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas (α) yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1.00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1.00 memiliki arti bahwa semakin tinggi reliabilitasnya dan sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendahnya reliabilitas (Azwar, 2018).

F. Metode Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan perhitungan program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) 21.0 for Windows. Peneliti menetapkan dua metode analisis data yaitu:

1. Hipotesis Mayor

Teknik yang digunakan dalam pengujian hipotesis mayor ini menggunakan teknik Analisis Regresi Dua Prediktor atau Analisis Regresi Linier Berganda. Teknik ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.

2. Hipotesis Minor

Teknik yang digunakan dalam pengujian hipotesis minor ini menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment* dari *Pearson*. Teknik ini digunakan untuk mengetahui korelasi antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dan korelasi antara manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.

