

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang dalam prosesnya banyak menggunakan angka-angka dari mulai pengumpulan data, penafsiran terhadap data, serta penampilan dari hasilnya. Dari jenis masalah yang ingin dikaji, penelitian ini merupakan penelitian korelasi. Dimana penelitian korelasi, menurut Arikunto, adalah penelitian yang dimaksud untuk mengetahui ada dan tidaknya hubungan atau pengaruh antara dua variabel atau lebih⁴³.

B. Identifikasi Variabel

Variabel adalah simbol yang nilainya dapat bervariasi, yaitu angkanya dapat berbeda-beda dari satu subjek ke subjek yang lain atau dari satu objek ke objek yang lain⁴⁴. Kerlinger (1973) menyatakan bahwa variable adalah konstruk (constructs) atau sifat yang akan dipelajari. Di bagian lain Kerlinger menyatakan bahwa variabel dapat dikatakan sebagai suatu sifat yang diambil dari suatu nilai yang berbeda (different values), dengan demikian variable itu merupakan suatu yang bervariasi⁴⁵. Apa yang merupakan variabel dalam suatu penelitian ditentukan oleh landasan teoritisnya, dan ditegaskan oleh hipotesis penelitiannya⁴⁶.

⁴³ Arikunto, S. (2006), *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta, hal 12

⁴⁴ Azwar, Saifudin. 2008. *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 20

⁴⁵ Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta. hal 39

⁴⁶ Suryabrata, Sumadi. 2005. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada. hal 26

Variabel adalah hal-hal yang menjadi objek penelitian, yang ditatap dalam suatu kegiatan penelitian, yang menunjukkan variasi, baik secara kuantitatif maupun kualitatif⁴⁷. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil judul “Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa IPA MAN Malang I Kota Malang”. Pada penelitian ini terdapat hubungan sebab akibat yang menjadikan variabel satu berpengaruh pada variabel lainnya. Jadi pada penelitian ini variabel yang menjadi objek penelitian yaitu:

1. Variabel Bebas (*independent variable*), yaitu variabel yang menjadi penyebab terjadinya perubahan pada variabel terikat. Pada penelitian ini variabel bebas yaitu kontrol diri.
2. Variabel Terikat (*dependent variable*), yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Pada penelitian ini variabel terikat yaitu prokrastinasi akademik.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati⁴⁸. Konsep dapat diamati ini penting, karena hal yang dapat diamati itu membuka kemungkinan bagi orang lain selain peneliti untuk melakukan hal yang serupa, sehingga apa yang dilakukan oleh peneliti terbuka untuk diuji kembali oleh orang lain⁴⁹. Definisi operasional juga merupakan penjelasan atau konsep atau variabel penelitian yang ada dalam judul penelitian. Konsep atau variabel

⁴⁷ Ibid. hal 37

⁴⁸ Azwar, Saifudin. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hal 74

⁴⁹ Ibid. hal 29

penelitian merupakan dasar pemikiran peneliti yang akan dikomunikasikan kepada para pembaca atau orang lain⁵⁰.

Definisi operasional merupakan suatu definisi yang diberikan kepada suatu variabel dengan cara memberikan arti, mendefinisikan kegiatan, ataupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur variable tersebut. Definisi operasional yang dibuat dapat berbentuk definisi operasional yang diukur (*measured*) yaitu definisi yang memberikan gambaran bagaimana variabel tersebut diukur, ataupun definisi operasional eksperimental yaitu definisi yang memberikan keterangan-keterangan percobaan yang dilakukan terhadap variabel⁵¹. Adapun definisi operasional dari variabel-variabel yang ada pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- 1) Kontrol Diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Tingkat kontrol diri akan diungkap melalui skala kontrol diri yang dibuat berdasarkan aspek-aspek kontrol diri yaitu kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi peristiwa, kemampuan menafsirkan peristiwa, kemampuan mengambil keputusan.
- 2) Prokrastinasi Akademik, adalah kecenderungan individu dalam merespon tugas yang dihadapi dengan mengulur-ulur waktu untuk memulai maupun menyelesaikan kinerja secara sengaja untuk melakukan aktivitas lain yang tidak dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas, dengan mengacu teori

⁵⁰ Wahidmurni. 2008. *Cara Mudah Menulis Proposal dan Laporan Penelitian Lapangan, Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif (Skripsi, Tesis, dan Disertasi)*. Malang: UM Press. hal 26

⁵¹ Nazir, M. (1998). *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia, Jakarta, hal 152

prokrastinasi akademik dari Solomon dan Rothblum (1984). Adapun indikatornya adalah; (1) adanya penundaan dalam memulai menyelesaikan kinerja dalam menghadapi tugas, (2) adanya kelambanan dalam mengerjakan tugas, (3) adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas, (4) adanya kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang bersifat hiburan.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Latipun berpendapat populasi adalah keseluruhan dari individu atau objek yang diteliti, dan memiliki beberapa karekteristik yang sama⁵². Sedangkan menurut Arikunto populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Studi atau penelitiannya juga disebut studi populasi atau studi sensus⁵³. Adapun, populasi dalam penelitian ini adalah siswa IPA MAN Malang I kelas XI dan XII IPA sebanyak 321 siswa.

⁵² Latipun. (2011). *Psikologi Eksperimen*. UMM Press, Malang, hal 25

⁵³ Arikunto, S. (2006), *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta, hal 130

Tabel 1

Populasi Siswa IPA MAN Malang I Kota Malang

NO	Kls	Jumlah
1	XI IPA	192
2	XII IPA	129
	Total	321

2. Sampel

Pengertian sampel, menurut Latipun, adalah bagian dari populasi yang hendak diteliti⁵⁴. Kemudian, Arikunto menegaskan apabila subyek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semuanya, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sebaliknya, jika subjek terlalu besar, maka sampel bisa diambil antara 10%-15%, hingga 20%-25%⁵⁵.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan *stratified proportional random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang menggunakan gabungan tiga tekni, berstrata, proporsi, dan acak⁵⁶.

Dalam penelitian ini, populasi berjumlah 321 siswa. Dengan berbagai pertimbangan penelitian ini mengambil sampel 25% dari keseluruhan populasi yang berjumlah 321, maka sampel yang digunakan berjumlah 81 subjek. Dengan menstratakan sesuai kelas masing-masing lalu memproporsikan masing-masing strata lalu peneliti dibantu oleh guru BK untuk melakukan acak, sehingga responden yang didapat dengan rincian di bawah ini:

⁵⁴ Latipun. (2011). *Psikologi Eksperimen*. UMM Press, Malang, hal 26

⁵⁵ Arikunto, S. (2010), *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta, hal 182

⁵⁶ Ibid. hal 140

Tabel 2

Jumlah responden siswa IPA MAN Malang I Kota Malang

NO	Kls	Jumlah	Responden
1	XI IPA	192	48
2	XII IPA	129	33
	Total	321	81

E. Metode Pengumpulan Data

Manurut Arikunto metode pengumpulan data adalah cara bagaimana data mengenai variabel-variabel dalam penelitian dapat diperoleh. Pengumpulan data merupakan langkah yang amat penting dalam penelitian karena data ini akan digunakan untuk menjawab permasalahan yang ada dalam penelitian⁵⁷.

Adapun metode pengumpulan data pada penelitian ini dengan menggunakan skala. Skala merupakan sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mengungkap suatu konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu⁵⁸.

Menurut Azwar (2007) skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan modifikasi skala Likert, dimana masing-masing skala memiliki ciri-ciri empat alternatif jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavorable*, dengan cara penilaian dengan menggunakan empat kategori jawaban yaitu sebagai berikut⁵⁹:

⁵⁷ Ibid. hal 149

⁵⁸ Azwar, S. (2007). *Penyusunan Skala Psikologi*. Putaka Pelajar, Yogyakarta, hal 5

⁵⁹ Ibid, hal 6

Tabel 3

Penilaian Pernyataan *Favourable* dan Pernyataan *Unfavourable*

Kategori Jawaban	Favourable	Unfavourable
SS (sangat setuju)	4	1
S (setuju)	3	2
TS (tidak setuju)	2	3
STS (sangat tidak setuju)	1	4

Penelitian ini menggunakan empat alternatif jawaban dengan menghilangkan alternatif jawaban “ragu-ragu”, hal tersebut dilakukan karena “ragu-ragu” mengindikasikan subjek tidak yakin dengan jawaban yang diberikan (Azwar, 2007)⁶⁰. Penghilangan alternatif jawaban “ragu-ragu” dilakukan peneliti sebagai upaya agar subjek hanya memberikan jawaban yang diyakini oleh subjek.

Penilaian skor bergerak mulai dari satu sampai empat, hal ini dilakukan peneliti dengan alasan ada beberapa pendapat bahwa nilai nol dapat diartikan bahwa subjek tidak memiliki hal yang disebutkan dalam suatu pernyataan dalam skala.

F. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang hendak diungkap yaitu Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik.

⁶⁰ Ibid, hal 9

1. Kontrol Diri

Kontrol Diri dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala Kontrol Diri yang berdasarkan pada aspek-aspek Kontrol Diri menurut Goldfried dan Marbaum.

Tabel 4

Blue Print skala Kontrol Diri

Variabel	Aspek	Favourable	Unfavourable	Jumlah
Kontrol diri	Kemampuan mengontrol Perilaku	1, 11, 21, 31	6, 16, 26, 33	8
	Kemampuan mengontrol Stimulus	2, 12, 22, 35	7, 17, 27, 38	8
	Kemampuan mengantisipasi peristiwa	3, 13, 23, 36	8, 18, 28, 39	8
	Kemampuan menafsirkan peristiwa	4, 14, 24, 32	9, 19, 29, 34	8
	Kemampuan mengambil Keputusan	5, 15, 25, 37	10, 20, 30, 40	8
Jumlah				40

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi Akademik dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala Prokrastinasi Akademik yang berdasarkan pada ciri-ciri Prokrastinasi Akademik menurut Ferrari dkk. (1995).

Tabel 5

Blue Print skala Prokrastinasi Akademik

Variabel	Aspek	Favourable	Unfavourable	Jumlah
Prokrastinasi	Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas	1, 9, 17, 25,	5, 13, 21, 28	8
	Kelambanan dalam mengerjakan tugas.	2, 10, 18, 31	6, 14, 22, 32	8
	Kesenjangan waktu antara rencana dan kerja actual.	3, 11, 19, 26	7, 15, 23, 29	8
	Kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang bersifat hiburan.	4, 12, 20, 27	8, 16, 24, 30	8
Jumlah				32

G. Analisis Aitem

Untuk melihat aitem yang dapat diterima maupun aitem yang gugur, maka masing-masing aitem perlu dilihat daya bedanya. Daya beda adalah sebuah indeks yang melekat pada aitem di mana hal ini mencerminkan sejauh mana aitem mampu membedakan antara subyek yang memiliki *trait* tinggi dan subyek yang memiliki *trait* yang rendah. Aitem yang dapat diterima adalah aitem yang mampu membedakan subyek yang terkategori rendah dan tinggi terhadap konstruk yang diukur⁶¹.

⁶¹ Ridho, A., (2006). *Psikometri*. Handout, Fakultas Psikologi Univeristas Islam Negeri (UIN) Malang, hal 103

Pada penelitian ini untuk melihat daya beda masing-masing aitem, peneliti menggunakan korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Rumus penghitungan *r product moment* sebagai berikut⁶².

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N \sum x^2 - \{\sum x\}^2)(N \sum y^2 - \{\sum y\}^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien Korelasi Product Moment

N = Jumlah Subyek

$\sum x$ = Jumlah Skor Butir (x)

$\sum y$ = Jumlah Skor Variabel (y)

$\sum xy$ = Jumlah Perkalian Butir (x) dan Skor Variabel (y)

$\sum x^2$ = Jumlah Kuadrat Skor Butir (x)

$\sum y^2$ = Jumlah Kuadrat Skor Variabel (y)

Dalam melakukan perhitungan dengan menggunakan rumus di atas, peneliti menggunakan bantuan program SPSS (*statistical product and service solution*) 16.0 for windows.

Nilai *r* dari masing-masing aitem kemudian dibandingkan dengan nilai r_{tabel} . Aitem yang dapat diterima yaitu aitem yang mempunyai korelasi positif terhadap skor total skala⁶³.

Dalam penelitian ini uji coba dilakukan dengan menggunakan uji coba (*try out*) terpakai. Dengan uji coba terpakai ini aitem-aitem yang sah akan dipakai

⁶² Arikunto, S. (2006), *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta, hal 170

⁶³ Santosa, P., B. & Ashari, SE. (2005). *Analisis Statistik dengan Microsoft Excel & SPSS*. Penerbit Andi Yogyakarta, Yogyakarta, hal 251

dalam analisa data. Sedangkan aitem yang gugur akan dihapus dan tidak dimasukkan dalam perhitungan analisa data.

H. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur, yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah⁶⁴.

Terdapat tiga tipe validitas yaitu validitas isi, validitas konstruk, dan validitas kriteria. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi skala dengan analisis rasional atau lewat *professional judgement*. Pertanyaan yang dicari jawabannya dalam validasi ini adalah sejauh mana aitem-aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan yang hendak diukur atau sejauh mana isi skala mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur. Validitas konstruk adalah tipe validitas yang menunjukkan sejauh mana tes mengungkap suatu konstruk teoritik yang hendak diukur. Sedangkan validitas kriteria adalah validitas berdasarkan kriteria tertentu yang dapat dijadikan dasar pengujian dari hasil sebuah alat ukur⁶⁵.

⁶⁴ Azwar, S. (2007). *Validitas dan Reliabilitas*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta, hal 5

⁶⁵ Ibid, hal 45-53

Dalam membuat skala Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik, peneliti menggunakan validitas isi dengan cara menggunakan kisi-kisi instrumen atau blue print skala. Dalam penyusunan instrumen ditentukan indikator-indikator sebagai tolak ukur dan nomor butir (aitem) pertanyaan atau pernyataan. Dengan jelasnya indikator ini, maka akan jelas kawasan ukur dari konstruk yang ingin diukur.

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel (*reliable*). Walaupun reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya⁶⁶. Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 hingga 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas⁶⁷.

Dalam penelitian ini, untuk menguji reliabilitas alat ukur adalah dengan menggunakan teknik pengukuran *Alpha Chornbach*. Rumus Alpha digunakan untuk mencari reliabilitas instrumen yang skornya bukan 1 dan 0 tapi berupa rentang skala⁶⁸. Adapun rumusannya sebagai berikut:

⁶⁶ Azwar, S. (2007). *Validitas dan Reliabilitas*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta, hal 4

⁶⁷ Azwar, S. (2007). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta, hal 83

⁶⁸ Arikunto, S. (2006), *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta, hal 196

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrument

k = Banyaknya butir pertanyaan atau soal

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varians butir

σ_t^2 = varians total⁶⁹

Penghitungan reliabilitas dengan rumus di atas dilakukan dengan bantuan komputer program SPSS (*statistical product and service solution*) 16.0 for windows.

Pada penelitian ini terdapat dua instrumen penelitian yang digunakan, yaitu skala *Kontrol Diri* yang dikembangkan sendiri oleh peneliti dan skala *Prokrastinasi Akademik* yang juga dikembangkan sendiri oleh peneliti.

I. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan langkah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian. Tujuannya adalah untuk mendapat kesimpulan dari hasil penelitian. Adapun teknis analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasi, dimana penelitian korelasi bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan Antara dua variable, apabila ada berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan itu.

Untuk mengetahui tingka *Kontrol Diri* dan tingkat *Prokrastinasi Akademik* pada siswa IPA MAN Malang I Kota Malang, digunakan kategorisasi berdasar

⁶⁹ Ibid. hal 85

model distribusi normal (Azwar, 2007: 106). Adapun kategori penilaian dari setiap variabel sebagai berikut:

Tabel 6

Kategori Penilaian

Klasifikasi	Skor
Tinggi	$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$
Sedang	$(M - 1,0 \text{ SD}) < X < (M + 1,0 \text{ SD})$
Rendah	$X < (M - 1,0 \text{ SD})$

Sebelum masuk pada perhitungan klasifikasi, terlebih dahulu dicari perhitungan rata-rata skor kelompok (M) dan deviasi standar kelompok (SD) dengan rumusan:

Menentukan *Mean* dengan rumus:

$$M = \frac{\sum Fx}{N}$$

Keterangan:

$M = \text{Mean}$

$N = \text{Jumlah total}$

$fx = \text{frekuensi banyaknya nomor pada Variabel } x$

Mencari standar deviasi dengan rumus:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}}{N - 1}}$$

Keterangan:

SD = Standar deviasi

x = Skor x

N = Jumlah responden

Setelah diketahui norma dengan mean standart deviasi, maka dihitung dengan rumus persentase sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase

f : Frekuensi

N : Jumlah objek⁷⁰.

Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan *Kontrol Diri* dengan *Prokrastinasi Akademik* pada siswa IPA MAN Malang I Kota Malang, maka digunakanlah teknik bantuan SPSS versi 16.0 *for windows*.

Untuk mengetahui korelasi antara dua variabel, maka digunakan rumus korelasi product moment. Penggunaan rumus ini karena penelitian ini

⁷⁰ Saifuddin, Azwar. (1997). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Balajar Offset

mengandung dua variabel dan fungsinya untuk mencari hubungan diantara keduanya. Adapun rumusnya sebagai berikut⁷¹:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x) (\sum y)}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

N = jumlah responden

x = nilai item

y = nilai total angket

r_{xy} = korelasi *product moments*

⁷¹ Arikunto, S. (2006), *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta, hal 170