

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat profil strategi *coping* pada prokrastinator akademik mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta yang terdaftar aktif dalam perkuliahan yang dibatasi pada angkatan 2013, 2014, dan 2015.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.

##### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2015 sampai Januari 2016, dengan rincian kegiatan sebagai berikut:

- a. Persiapan yang meliputi kegiatan pengembangan instrumen dan uji coba instrumen.
- b. Melakukan penelitian dan pengumpulan data.
- c. Pengolahan dan analisis data.
- d. Penyusunan dan revisi laporan.

### **C. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan jenis penelitian survei. Penelitian deskriptif dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan.<sup>1</sup> Adapun yang dimaksud dengan penelitian jenis survei adalah penelitian kuantitatif *non-eksperimental* yang menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data terhadap sampel dari suatu populasi.

### **D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling**

#### **1. Populasi Penelitian**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>2</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta angkatan 2013, 2014, dan 2015 sebanyak 145 orang mahasiswa.

#### **2. Sampel Penelitian**

---

<sup>1</sup> Suharsimi Arikunto, *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), p.309

<sup>2</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2008), p. 117.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti dengan maksud mengangkat kesimpulan penelitian sebagai suatu yang berlaku bagi populasi.<sup>3</sup> Lebih lanjut, Sugiyono menjelaskan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tertentu.<sup>4</sup>

### 3. Teknik Sampling

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling*, yaitu teknik sampling yang tidak berdasarkan peluang sehingga tidak semua anggota populasi memiliki kesempatan yang sama menjadi anggota sampel penelitian. Teknik *non probability sampling* yang peneliti gunakan adalah *sampling purposive*. Teknik *purposive sampling* menurut Sugiyono adalah *sampling* berdasarkan kepada ciri-ciri yang dimiliki oleh subjek, dipilih karena ciri-ciri tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yang akan dilakukan.<sup>5</sup> Jadi dengan kata lain, teknik sampling pada penelitian ini dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria tujuan penelitian yaitu 1) Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FIP UNJ Angkatan 2013-2015 yang aktif dalam perkuliahan dan 2) Memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi.

Pengambilan sampel penelitian didasarkan pada perolehan hasil instrumen prokrastinasi akademik yang berada pada kategori tinggi.

---

<sup>3</sup> Arikunto, *op.cit.*, p.112.

<sup>4</sup> Sugiyono, *op. cit.*, h. 81.

<sup>5</sup> Sugiyono, *op.cit.*, h. 68

Penentuan sampel berdasarkan rumus kategorisasi dua jenjang dibawah ini:<sup>6</sup>

**Tabel 3.1**  
**Kategorisasi Prokrastinasi Akademik**

<b>Kategorisasi</b>	<b>Pedoman</b>	<b>Rentangan Skor</b>
Tinggi	$x \geq \mu$	$x \geq 104$
Rendah	$x < \mu$	$x < 104$

Keterangan:

$x$  = skor responden

$\mu$  = mean teoritik

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, diperoleh jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 68 orang mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi akademik pada kategori tinggi. Adapun hasil perhitungan dapat dilihat pada lampiran.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan dua instrumen. Instrumen pertama mengenai prokrastinasi akademik yang disusun dan dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori dari Ferrari, et.al untuk menjaring responden yang berada pada prokratsinasi akademik kategori tinggi. Kedua, instrumen mengenai

---

<sup>6</sup> Syaifudin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi* Edisi 2, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), p.149.

strategi *coping* “*The Ways of Coping*” yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman dan kemudian diadaptasi oleh peneliti.

### **1. Definisi Konseptual**

Secara konseptual, penelitian ini mengacu pada teori *coping* yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman. Strategi *coping* merupakan sebuah usaha untuk mengatasi keadaan kurang menyenangkan yang dirasakan individu serta upaya untuk mengelola tuntutan eksternal dan internal yang membebani individu dalam menurunkan atau mengatasi masalah penyebab stres. Strategi *coping* dapat digolongkan menjadi dua tipe, diantaranya *coping* berfokus pada masalah (*Problem Focused Coping*) dan *coping* yang berfokus pada emosi (*Emotion Focused Coping*).

### **2. Definisi Operasional**

Secara operasional, skor strategi *coping* diukur berdasarkan dua aspek yang terdiri dari delapan indikator pengukuran diantaranya pertama, *coping* yang berfokus pada masalah (*Problem Focused Coping*) meliputi konfrontatif atau penyelesaian masalah dengan konfrontasi (*confrontational coping*), dukungan sosial (*social support*), dan perencanaan (*planful problem solving*). Kedua, *coping* yang berfokus pada emosi (*Emotion Focused Coping*) meliputi pengendalian diri (*self control*), menjaga jarak (*distancing*), tanggung jawab (*accepting*

*responsibility*), penghindaran diri (*escape avoidance*), dan penilaian positif (*positive reappraisal*).

### 3. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga akan lebih mudah untuk diolah.<sup>7</sup>

Item-item yang dibuat dalam bentuk pernyataan menggunakan skala berjenjang model Likert agar memudahkan responden dalam memilih pilihan jawaban atas pernyataan yang sesuai dengan apa yang hendak peneliti ketahui. Pernyataan ini terdiri dari empat pilihan jawaban yaitu Selalu (SL) untuk senantiasa melakukan hal secara terus menerus yang diungkapkan pada pernyataan, Sering (SR) untuk mengulang-ulang melakukan atau tidak melakukan hal yang diungkapkan pada pernyataan, Jarang (JR) untuk jawaban yang tidak kerap atau hanya sesekali melakukan hal yang diungkapkan pada pernyataan dan Tidak Pernah (TP) untuk belum sama sekali melakukan atau tidak melakukan hal yang diungkapkan pada pernyataan. Adapun sistem pemberian skor strategi *coping* ditetapkan dengan kriteria sebagai berikut:

---

<sup>7</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h.173.

**Tabel 3.2**  
**Bobot Nilai Instrumen**

<b>Pilihan Jawaban</b>	<b>Item Positif</b>
Selalu (SL)	4
Sering (SR)	3
Jarang (JR)	2
Tidak Pernah (TP)	1

#### 4. Kisi-kisi Instrumen Uji Coba

Kuesioner untuk mengukur penggunaan strategi *coping* yang digunakan pada penelitian ini berdasarkan adaptasi instrumen dari Lazarus dan Folkman yang dikenal dengan sebutan “*The Ways of Coping*”. Adapun proses pengadaptasian instrumen menurut Brislin yaitu:

##### 1) *Forward Translation*

Pada tahap ini butir instrumen strategi coping diterjemahkan dari bahasa Inggris (bahasa asal instrumen) ke dalam bahasa Indonesia dengan bantuan alih bahasa oleh WFP dengan gelar strata satu Jurusan Bahasa Inggris Universitas Negeri Jakarta.

##### 2) *Back Translation*

Tahap kedua, hasil terjemahan dalam Bahasa Indonesia kemudian diterjemahkan kembali ke dalam bahasa asli yaitu Bahasa Inggris (*back translation*) oleh bantuan alih bahasa oleh DH dengan gelar Strata 1 jurusan Bahasa Inggris Universitas Gunadarma.

### 3) *Expert Panel/ Expert Judgment*

Tahap ketiga peneliti melakukan *expert judgement* yaitu uji ahli. Uji ahli dilakukan agar setiap item pada instrumen lebih dapat dipahami oleh responden tanpa mengubah makna dari pernyataan item. Uji ahli dilakukan dengan dosen pembimbing Karsih, M.Pd.

### 4) *Pre-testing and Cognitive Interviewing*

Tahap berikutnya adalah tahap uji coba, uji coba instrumen dilakukan pada mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNJ angkatan 2013 selain mahasiswa yang akan digunakan sebagai subyek penelitian. Tujuan dari kegiatan dilakukan uji coba untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen hasil terjemahan mengenai instrumen strategi *coping*.

### 5) *The Final Version*

Versi akhir dari angket strategi *coping* hasil terjemahan sudah dapat disebarakan pada subyek penelitian

## 5. Uji Coba Instrumen

Dalam mengukur tingkat kebaikan instrumen, maka peneliti melakukan uji coba instrumen terlebih dahulu kepada 50 orang responden. Tingkat kebaikan instrumen yang dimaksud adalah validitas dan reliabilitas.



### a. Pengujian Validitas

Sebelum instrumen penelitian digunakan untuk mengumpulkan data perlu dilakukan pengujian validitas. Hal ini digunakan untuk mendapatkan data yang valid dari instrumen yang valid. Hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti.<sup>8</sup> Uji validitas menggunakan rumus Korelasi Product Moment dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distributor skor *all item* dengan distribusi skor skala itu sendiri<sup>9</sup>. Rumus Korelasi Product Moment sebagai berikut<sup>10</sup>:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r = validitas butir

$\sum X$  = jumlah skor total subyek pada item nomor yang dianalisa

$\sum Y$  = jumlah skor total item

$\sum XY$  = jumlah hasil kali dari X dan Y

$\sum x^2$  = jumlah kuadrat skor total subyek pada item nomor yang dianalisa

$\sum y^2$  = jumlah kuadrat skor total

<sup>8</sup> Sugiyono, *op.cit.*,

<sup>9</sup> Syaifudin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), p.81.

<sup>10</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta:Rineka Cipta, 2010), p.213,

Hasil  $r$  product moment tiap butir kemudian dibandingkan dengan  $r$  tabel.<sup>11</sup> Kriteria instrumen dikatakan valid dan layak digunakan dalam pengambilan data jika  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  atau  $r_h \geq r(N-2)(\alpha) = r_h \geq$  sebaliknya jika  $r_{hitung} \leq r_{tabel}$ , maka butir tidak valid dan tidak layak digunakan untuk pengambilan data karena tidak memenuhi persyaratan. Dalam penelitian ini kriteria perhitungan menggunakan taraf signifikansi 5% ( $\alpha=0,05$ ) dengan jumlah responden uji coba 50 orang, sehingga didapatkan  $r$  tabel = 0,2787. Pada praktiknya analisis butir pada instrumen ini dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi *SPSS versi 20*.

Hasil uji coba instrumen Strategi *Coping* dari 50 item diperoleh item yang dinyatakan valid sebanyak 37 butir, sedangkan item yang drop berjumlah 13 butir. Adapun rincian hasil uji validitas butir strategi *coping* berada pada lampiran.

#### **b. Pengujian Reliabilitas**

Selain harus valid, syarat alat ukur yang baik adalah harus reliabel. Suharsimi Arikunto menyatakan bahwa reliabilitas menunjukkan pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data

---

<sup>11</sup> Suharsimi Arikunto, *Op.Cit.*, p.213.

karena instrumen tersebut sudah baik.<sup>12</sup> Uji reliabilitas yaitu mengujikan tingkat kehandalan atau konsistensi. Dalam penelitian ini untuk menguji reliabilitas digunakan rumus *Alpha Cronbach*, karena instrumen menggunakan skala bertingkat sebagai alat ukur.

$$r_{II} = \left[ \frac{K}{K-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sum \sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

- $r_{II}$  = Reabilitas intrumen
- K = Banyak butir
- $\sum \sigma b^2$  = Jumlah varian butir
- $\sum \sigma_t^2$  = Jumlah varian total

Kriteria pengujian reliabilitas pada item pernyataan dengan menggunakan interpretasi terhadap koefisien korelasi dari tabel r, sebagai berikut:<sup>13</sup>

**Tabel 3.3**  
**Evaluasi Koefesien Reliabilitas**

Koefesien Reliabilitas	Interpretasi
>.800-1	Tinggi
.0.600-0.799	Cukup
.0.400-0.599	Agak Rendah
.0.200 – .0.399	Rendah
0.0< 0.199	Sangat Rendah (Tidak Diterima)

<sup>12</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta:Rineka Cipta, 2010, p.221

<sup>13</sup> *Ibid.*, p.238

Setelah melakukan uji validitas, butir pernyataan yang digunakan dalam instrumen penelitian dihitung reliabilitasnya dengan menggunakan bantuan *software SPSS* versi 20. Perhitungan reliabilitas instrumen strategi *coping* yang digunakan mendapatkan angka reliabilitas sebesar 0,717 yang diinterpretasikan cukup dan artinya instrumen *reliable* dan layak untuk digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian.

**Tabel 3.4**  
**Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Strategi *Coping***

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	49	98,0
	Excluded <sup>a</sup>	1	2,0
	Total	50	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,717	50

## 6. Kisi-kisi Instrumen Final

Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas yang telah dilakukan untuk instrumen adaptasi strategi *coping* tidak ada perubahan yang artinya semua butir digunakan kembali sebagai instrumen final. Berikut tabel kisi-kisi instrumen strategi *coping*:

**Tabel 3.5**  
**Kisi-kisi Instrumen Strategi *Coping* Final**

Variabel	Aspek	Indikator	Sebaran Butir (+)	Total Butir
Strategi <i>Coping</i>	Berfokus pada masalah ( <i>Problem Focused Coping</i> )	1. Penyelesaian masalah dengan konfrontasi ( <i>Confrontative</i> )	1,2,3,4,5,6	6
		2. Menjauh ( <i>Distancing</i> )	7,8,9,10,11,12	6
		3. Pengendalian Diri ( <i>Self Controlling</i> )	13,14,15,16,17,18,19	7
	Berfokus pada emosi ( <i>Emotion Focused Coping</i> )	4. Mencari Dukungan Sosial ( <i>Seeking Social Support</i> )	20,21,22,23,24,25	6
		5. Menerima Tanggungjawab ( <i>Accepting Responsibility</i> )	26,27,28,29	4
		6. Penghindaran-Pelarian ( <i>Escape-Avoidance</i> )	30,31,32,33,34,35,36,37	8
		7. Penyelesaian Masalah Secara Terencana ( <i>Planful Problem Solving</i> )	38,39,40,41,42,43	6
		8. Penilaian Positif ( <i>Positive Appraisal</i> )	44,45,46,47,48,49,50	7
			<b>TOTAL BUTIR</b>	<b>50</b>

## 7. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif dengan teknik presentase. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisa data dengan cara

mendesripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul tanpa bermaksud membuat kesimpulan untuk umum atau generalisasi.<sup>14</sup>

Sebelum dibuat presentase, terlebih dahulu diklasifikasikan berdasarkan kategorisasi. Kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini meliputi kategorisasi prokrastinasi akademik untuk menjaring data sampel pada penelitian. Data responden yang melakukan prokrastinasi akademik akan disajikan dalam 2 jenjang yaitu tinggi dan rendah.

Perhitungan kategorisasi berdasarkan perhitungan mean teoretik diperoleh dengan rumus sebagai berikut<sup>15</sup>:

**Mean:**

$$\mu = \frac{(Skor\ tertinggi \times \Sigma item + Skor\ terendah \times \Sigma item)}{2}$$

Keterangan :

$\mu$  : rerata teoretik  
 $\Sigma$  item : jumlah item

Maka, perhitungan kategorisasi untuk menjaring responden yang berada pada kategori prokratsinasi akademik tinggi, menggunakan rumus sebagai berikut:<sup>16</sup>

---

<sup>14</sup> Sugiyono, *op.cit.*, p.147.

<sup>15</sup> Syaifuddin Azwar, *op.cit.*, p.149.

<sup>16</sup> *Ibid.*, p.149.

**Tabel 3.6**  
**Kategorisasi Prokratsinasi Akademik**

Kategorisasi	Pedoman	Rentangan Skor
Tinggi	$x \geq \mu$	$x \geq 104$
Rendah	$x < \mu$	$x < 104$

Keterangan:

$x$  : Skor total masing-masing responden

$\mu$  : Mean (rata-rata)

Kemudian, kategorisasi yang digunakan untuk mengukur penggunaan strategi coping pada prokrastinator akademik yaitu dengan menggunakan kategorisasi nominal. Kategorisasi nominal digunakan jika subjek yang diukur dikelompokkan berdasarkan dimensi-dimensi yang terpisah dan memiliki skor tersendiri. Pengelompokkan kecenderungan penggunaan strategi coping dalam penelitian ini menggunakan nilai *z score* dengan kriteria  $\geq 50$  yang dikemukakan oleh Azwar diperoleh dengan rumus sebagai berikut:<sup>17</sup>

$$z \text{ score} = \frac{x - \mu}{SD}$$

Keterangan :

$x$  = skor responden

$\mu$  = mean

SD = Standar Deviasi

Setelah mendapatkan skor kategorisasi mengenai prokratsinasi akademik dan strategi *coping*, selanjutnya digunakan analisis data

<sup>17</sup> Syaifuudin Azwar, *op.cit.*, p.150

menggunakan tabel *Crosstabs*. *Crosstabs* merupakan tabel silang yang akan menggambarkan kondisi subyek berdasarkan sejumlah variabel terkait.<sup>18</sup> Melalui *crosstabs* ini, peneliti mendapatkan hasil perhitungan untuk penggunaan strategi *coping* pada mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik sebagaimana tertera pada tabel 3.7.

**Tabel 3.7**  
**Tabel *Crosstabs***

	<b>Strategi <i>Coping</i></b>			
	<b><i>Problem Focused Coping</i> (PFC)</b>		<b><i>Emotion Focused Coping</i> (EFC)</b>	
	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
<b>Prokrastinator Akademik</b>	20	29,41	48	70,58

Selanjutnya, berdasarkan permasalahan yang diteliti, data akan diolah dengan menggunakan tabel persentase. Analisis data akan menggunakan rumus sebagai berikut<sup>19</sup>:

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

Keterangan:

P = Proporsi (persentase)

F = Frekuensi responden

N = Jumlah responden

<sup>18</sup> Anna A Rangkuti, *Konsep dan Teknik Analisis Data Penelitian Kuantitatif Bidang Psikologi dan Pendidikan*, (Jakarta: FIP Press), p.47.

<sup>19</sup> Anas Sudjino, *Pengantar Statistik Pendidikan* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010), p.43.