

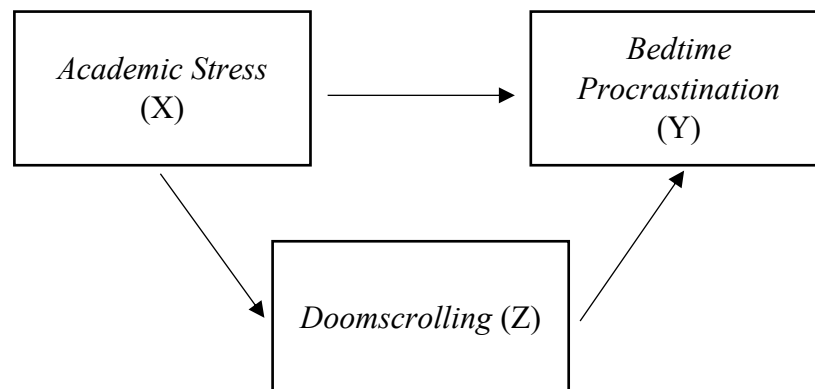
BAB III

METODE PENELITIAN

Bab III mencakup pembahasan terkait desain penelitian, populasi, sampel, dan responden penelitian, variabel penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, proses adaptasi instrumen, dan analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini.

A. Desain Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain korelasional mediasi. Penggunaan desain korelasional bertujuan untuk mengetahui uji statistik korelasi dalam mengukur dan melihat derajat asosiasi antara dua atau lebih variabel (Creswell, 2012). Desain mediasi memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi apakah hubungan antara variabel independen dan dependen dijelaskan atau dipengaruhi oleh variabel mediator (*intervening*) (Creswell & Creswell, 2018). Maka, penelitian ini dilakukan untuk melihat apakah terdapat pengaruh dari variabel *Academic Stress* (X) terhadap *Bedtime Procrastination* (Y) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dimediasi *Doomscrolling* (Z).



Gambar 3.1 Bagan Desain Penelitian

B. Populasi, Sampel, dan Partisipan Penelitian

Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas akhir dan berkuliah di perguruan tinggi negeri maupun swasta di Jawa Barat. Pemilihan populasi dilakukan karena terdapat fenomena sosial pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang sering menghadapi ekspektasi dari pihak eksternal maupun internal diri mahasiswa

untuk lulus tepat waktu dan menghasilkan skripsi yang baik serta beban pengerjaan skripsi yang berat.

Selanjutnya, pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non-probability sampling* karena hanya terdapat beberapa sampel yang sesuai dengan kriteria penelitian. Sementara teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *convenience sampling* dimana peneliti mengambil sampel dari orang yang secara mudah ditemui atau diakses (Creswell & Creswell, 2018). Dengan demikian, individu yang sesuai dengan kriteria penelitian dapat menjadi responden dalam penelitian ini. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner yang disebar secara *online* melalui *google form* yang dibagikan di berbagai platform media sosial. Adapun kriteria responden pada penelitian ini meliputi:

1. Mahasiswa aktif yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas akhir
2. Berkuliah di Perguruan Tinggi Negeri atau Perguruan Tinggi Swasta yang berada di Jawa Barat
3. Menggunakan media sosial

Kemudian, tidak diketahuinya jumlah pasti akan populasi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menjadi alasan peneliti untuk tidak menentukan target responden atau bisa dikatakan bahwa jumlah responden tidak terhingga. Maka dari itu, penentuan jumlah sampel pada penelitian ini didasarkan pada tabel penentuan jumlah sampel yang dikemukakan oleh Isaac dan Michael (dalam Creswell & Creswell, 2018), yaitu dibutuhkan responden minimal sebanyak 349 sampel untuk populasi dengan jumlah tak terhingga dengan tingkat signifikansi sebesar 0,05 (5%).

Sementara itu, selama proses pengumpulan data, sebanyak 439 responden telah diperoleh. Namun, setelah dilakukan analisis *person misfit* melalui Winstep, terdapat 115 responden yang layak sehingga harus dibuang. Pembersihan *person misfit* ini dilakukan agar kualitas data tetap terjaga ketika digunakan dalam analisis selanjutnya, sesuai dengan prinsip pembersihan data dan ukuran sampel yang memadai (Field, 2013; Robert & Daryle, 1970). Dengan demikian, jumlah akhir responden yang dapat digunakan menjadi

sebanyak 324. Berikut data sosiodemografi dari 324 responden yang terlibat dalam penelitian ini:

Tabel 3.1 Gambaran Umum Status Sosiodemografi Responden

Sosiodemografi	Kategori	Frekuensi	Persen
Jenis Kelamin	Perempuan	264	81.5%
	Laki-Laki	60	18.5%
Kota/Kabupaten Perguruan Tinggi	Kabupaten Bandung	16	4.9%
	Kabupaten Bandung Barat	6	1.9%
	Kabupaten Bekasi	6	1.9%
	Kabupaten Bogor	42	13%
	Kabupaten Ciamis	1	0.3%
	Kabupaten Cianjur	4	1.2%
	Kabupaten Cirebon	5	1.5%
	Kabupaten Karawang	1	0.3%
	Kabupaten Pangandaran	1	0.3%
	Kabupaten Purwakarta	2	0.6%
	Kabupaten Sukabumi	1	0.3%
	Kabupaten Sumedang	24	7.4%
	Kabupaten Tasikmalaya	1	0.3%
	Kota Bandung	109	33.6%
	Kota Bekasi	21	6.5%
	Kota Bogor	49	15.1%
	Kota Cimahi	1	0.3%
	Kota Depok	28	8.6%
	Kota Sukabumi	2	0.6%
	Kota Tasikmalaya	4	1.2%
Angkatan	2021	283	87.3%
	2020	14	4.3%
	2019	27	8.3%
Jenis Perguruan Tinggi	Perguruan Tinggi Negeri	185	57.09%
	Perguruan Tinggi Swasta	139	42.9%
Bidang Keilmuan	Non-Pendidikan	187	57.7%
	Pendidikan	137	42.3%
Disiplin Ilmu	Ilmu Alam dan Matematika	31	9.6%
	Ilmu Kesehatan	70	21.6%
	Ilmu Sosial dan Humaniora	179	55.2%
	Ilmu Teknik dan Teknologi	44	13.6%
Rata-rata Durasi Tidur Dalam Sehari	<5 jam	59	18.2%
	5-6 jam	150	46.3%
	6-7 jam	67	20.7%
	7-8 jam	35	10.8%
	8-9 jam	13	4%
Media Sosial yang Aktif Digunakan	Facebook	49	11.2%
	Instagram	390	88.8%
	Line	49	11.2%
	LinkedIn	86	19.6%
	TikTok	289	65.8%
	Telegram	80	18.2%
	WhatsApp	366	83.4%

Rata-rata Durasi Penggunaan Media Sosial dalam Sehari	X/Twitter	204	46.5%
	YouTube	230	52.4%
	Discord	2	0.5%
	Pinterest	1	0.2%
	0-2 jam	11	3.4%
	2-4 jam	81	25%
	4-6 jam	109	33.6%
	6-8 jam	61	18.8%
	8-10 jam	43	13.3%
	>10 jam	19	5.9%
Total		324	100%

Tabel 3.1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, yaitu 264 responden (81.5%) dan 60 lainnya laki-laki (18.5%). Selanjutnya pada kota atau kabupaten dimana perguruan tinggi responden berada, mayoritas responden berasal dari Kota Bandung (109 responden; 33.6%), diikuti dengan Kota Bogor (49 responden; 15.1%), lalu Kabupaten Bogor (42 responden; 13%), Kota Depok (28 responden, 8.6%), Kabupaten Sumedang (24 responden; 7.4%); Kota Bekasi (21 responden; 6.5%) Kabupaten Bandung (16 responden, 4.9%), dan 10.7% sisanya tersebar di kota dan kabupaten lain di luar yang telah disebutkan.

Selanjutnya, sosiodemografi yang berkaitan dengan perkuliahan di mulai dari angkatan yang didominasi oleh angkatan 2021 sebanyak 283 responden (87.3%) sedangkan 12.3% lainnya diisi oleh angkatan 2020 dan 2019. Kemudian, 185 responden (57.09%) berasal dari Perguruan Tinggi Negeri dan 139 responden (42.9%) dari Perguruan Tinggi Swasta. Selain itu, lebih dari setengah dari responden mengayomi bidang keilmuan Non-Pendidikan, yaitu sebanyak 187 responden (57.7%), dan 137 responden (42.3%) lainnya Pendidikan. Lalu, disiplin ilmu dengan responden terbanyak terletak pada Ilmu Sosial dan Humaniora, yaitu sebanyak 179 responden (55.2%) dan yang paling sedikit berasal dari Ilmu Alam dan Matematika, yaitu dengan 31 responden (9.6%).

Dapat dilihat juga rata-rata durasi tidur responden dalam waktu sehari, dengan hampir setengahnya (150 responden; 46.3%) tidur selama 5-6 jam dalam sehari di waktu malam. Kemudian, Instagram menempati peringkat pertama media sosial yang paling banyak digunakan dalam mengakses dunia maya, yaitu sebanyak 390 responden (88.8%) dan disusul

dengan WhatsApp dengan 366 responden (83.4%). Terakhir, ditemukan juga rata-rata durasi penggunaan media sosial yang disebutkan, yaitu sebanyak 109 responden (33.6%) menggunakan media sosial selama 4-6 jam dalam sehari, 81 responden (25%) dengan 2-4 jam sehari, 61 responden (18.8%) dengan 6-8 jam, 43 responden (13.3%) dengan 8-10 jam, 19 responden (5.9%) dengan >10 jam, dan 11 responden (3.4%) lainnya hanya menggunakan media sosial selama 0-2 jam dalam sehari.

C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Penelitian ini terdiri dari tiga variabel yang mencakup variabel independen, dependen, dan variabel mediator di mana *Academic Stress* berperan sebagai variabel independen (X), *Bedtime Procrastination* sebagai variabel dependen (Y), dan *Doomscrolling* sebagai variabel mediator (Z). Berikut merupakan definisi operasional dari seluruh variabel yang digunakan dalam penelitian ini:

1. *Academic Stress* (X)

- a. **Definisi Konseptual:** Bedewy dan Gabriel (2015) mendefinisikan *Academic Stress* atau stres akademik sebagai persepsi mahasiswa terhadap tekanan dari faktor-faktor akademik yang mereka hadapi selama menjalani jenjang perguruan tinggi.
- b. **Definisi Operasional:** Perasaan tertekan yang dipersepsikan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi akibat dari tuntutan akademik yang meliputi ekspektasi dari dosen pembimbing dan orang tua, beban pengerjaan skripsi yang berat, serta kekhawatiran terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan skripsi secara tepat waktu

2. *Doomscrolling* (Z)

- a. **Definisi Konseptual:** Sharma et al. (2022) mendefinisikan *Doomscrolling* sebagai kebiasaan menjelajahi linimasa media sosial secara terus-menerus dan mendalam untuk mencari informasi yang bersifat negatif.
- b. **Definisi Operasional:** Perilaku menggulir linimasa media sosial yang dilakukan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi secara terus-

menerus untuk menemukan konten-konten terkini dan menghibur sebanyak-banyaknya.

3. *Bedtime Procrastination* (X)

- a. **Definisi Konseptual:** Kroese et al. (2014) mendefinisikan *Bedtime Procrastination* sebagai penundaan waktu tidur dari waktu yang diharapkan sementara tidak ada alasan tertentu yang menyebabkan penundaan tersebut harus dilakukan.
- b. **Definisi Operasional:** Perilaku menunda waktu tidur yang dilakukan oleh seorang mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi walaupun ia tidak memiliki alasan atau kebutuhan mendesak yang mengharuskan penundaan tersebut dilakukan.

D. Instrumen Penelitian

1. Identitas Instrumen

a. *Academic Stress*

Dalam mengukur *academic stress*, instrumen yang digunakan adalah *The Perception of Academic Scale* (PASS) yang dikembangkan oleh Bedewy dan Gabriel (2015). Instrumen ini hanya melibatkan empat dimensi yaitu *Pressure to perform*, *Perception of workload and examinations*, *Academic self-perception*, dan *Time restrains*. Terdapat lima jawaban alternatif (1 sangat tidak setuju s/d 5 sangat setuju) dengan total 18 item pertanyaan yang memiliki reliabilitas nilai koefisien *alpha cronbach* sebesar ($\alpha = 0.7$). Instrumen ini kemudian diadaptasi oleh peneliti dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia dengan bantuan *expert* dan ahli bahasa, lalu dimodifikasi konteks item-itemnya agar sesuai dengan tujuan penelitian ini.

Tabel 3.2 Instrumen PASS

Dimensi	Nomor Item		Jumlah Item
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Pressure to perform</i>	6, 8, 13, 14, 17	-	5
<i>Perception of workload and examinations</i>	10, 11, 15, 18	-	4
<i>Academic self-perception</i>	7	1, 2, 3	4

<i>Time restrains</i>	9, 12, 16	4, 5	5
Total			18

b. *Doomscrolling*

Dalam mengukur *doomscrolling*, instrumen yang digunakan adalah *Doomscrolling Scale* (DS) yang dikembangkan oleh Sharma et al. (2022). Instrumen ini merupakan unidimensional yang artinya hanya mengukur satu dimensi saja. Terdapat tujuh jawaban alternatif (1 sangat tidak setuju s/d 7 sangat setuju) dengan total 15 item pertanyaan yang memiliki reliabilitas nilai koefisien *alpha cronbach* sebesar ($\alpha = 0.935$). Instrumen ini kemudian diadaptasi oleh peneliti dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia dengan bantuan *expert* dan ahli bahasa, lalu dimodifikasi konteks item-itemnya agar sesuai dengan tujuan penelitian ini.

Tabel 3.3 Instrumen DS

Dimensi	Nomor Item	Jumlah Item
	<i>Favorable</i>	
<i>Doomscrolling</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	18
Total		9

c. *Bedtime Procrastination*

Dalam mengukur *bedtime procrastination*, instrumen yang digunakan adalah *Bedtime Procrastination Scale* (BPS) yang dikembangkan oleh Kroese et al. (2014). Instrumen ini merupakan unidimensional yang artinya hanya mengukur satu dimensi saja. Terdapat lima jawaban alternatif yaitu 1 (hampir tidak pernah), 2 (jarang), 3 (kadang-kadang), 4 (sering), dan 5 (selalu) dengan total 9 item pertanyaan. Adapun instrumen BPS memiliki reliabilitas yang tinggi dengan nilai koefisien *alpha cronbach* sebesar ($\alpha = 0.92$). Instrumen ini kemudian diadaptasi oleh peneliti dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia dengan bantuan *expert* dan ahli bahasa.

Tabel 3.4 Instrumen BPS

Dimensi	Nomor Item		Jumlah Item
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Bedtime Procrastination</i>	1, 4, 5, 6, 8	2, 3, 7, 9	9
Total			9

2. Penyekoran Instrumen

a. *Academic Stress*

Skala yang digunakan pada PASS adalah skala *likert* dengan rentang 1 sampai 5 yang meliputi item *favorable* serta *unfavorable*. Pilihan jawaban pada instrumen PASS terdiri dari sangat tidak setuju, tidak setuju, netral, setuju, sangat setuju.

Tabel 3.5 Penyekoran Instrumen PASS

Instrumen	Pilihan Jawaban Item				
	1	2	3	4	5
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

b. *Doomscrolling*

Skala yang digunakan pada DS adalah skala *likert* dengan rentang 1 sampai 7 dengan item *favorable* tanpa item *unfavorable*. Pilihan jawaban pada instrumen DS terdiri dari sangat tidak setuju, tidak setuju, agak tidak setuju, netral, agak setuju, setuju, sangat setuju.

Tabel 3.6 Penyekoran Instrumen DS

Instrumen	Pilihan Jawaban Item						
	1	2	3	4	5	6	7
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5	6	7

c. *Bedtime Procrastination*

Skala yang digunakan pada BPS adalah skala *likert* dengan rentang 1 sampai 5 yang meliputi item *favorable* serta *unfavorable*.

Pilihan jawaban pada instrumen BPS terdiri dari hampir tidak pernah, jarang, sering, cukup sering, selalu.

Tabel 3.7 Penyebaran Instrumen BPS

Instrumen	Pilihan Jawaban Item				
BPS	1	2	3	4	5
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

3. Kategorisasi Instrumen

Instrumen *the Perception of Academic Stress Scale* (PASS), *Doomscrolling Scale* (DS), dan *Bedtime Procrastination Scale* (BPS) menggunakan tiga kategorisasi skor, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Penentuan kategorisasi skor didasarkan pada pedoman Azwar (2021) yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.8 Kategorisasi Skor Instrumen PASS, DS, dan BPS

Kategori	Rumus Kategorisasi	Kriteria		
		PASS	DS	BPS
Rendah	$X < \mu - 0,75\sigma$	$X < 41$	$X < 52$	$X < 27$
Sedang	$\mu - 0,75\sigma < X \leq \mu + 0,75\sigma$	$41 \leq X < 59$	$52 \leq X < 79$	$27 \leq X < 37$
Tinggi	$\mu + 0,75\sigma < X$	$59 < X$	$79 < X$	$37 < X$

E. Proses Pengembangan Instrumen

Pada penelitian ini, peneliti melakukan adaptasi dan modifikasi terhadap dua instrumen serta hanya satu instrumen yang melalui adaptasi saja. Proses adaptasi yang dilakukan meliputi beberapa tahap, yaitu tahap penyesuaian bahasa, uji keterbacaan, *expert judgement*, dan *back translation*. Sedangkan dalam proses modifikasi, ketika sedang melalui tahap penyesuaian bahasa, peneliti juga melakukan penyesuaian konteks item-item dalam instrumen berdasarkan subjek yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Kemudian, peneliti melakukan uji coba terlebih dahulu pada instrumen yang dimodifikasi, lalu

melanjutkan ke uji validitas dan reliabilitas kembali terhadap instrumen ini. Adapun penjelasan tahap pengembangan instrumen secara lebih rinci adalah sebagai berikut:

1. Uji Validitas Isi (*Expert Judgment*)

Pada penelitian ini, kedua instrumen yang melalui tahap modifikasi adalah PASS dan DS, sementara satu instrumen yang hanya melalui tahap adaptasi adalah BPS. Pertama, peneliti melakukan penyesuaian bahasa ketiga instrumen dari Bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia. Pada tahap penyesuaian bahasa ini, dilakukan juga penyesuaian konteks item, yaitu pada PASS, yang diperuntukkan mahasiswa umum menjadi khusus untuk mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi atau tugas akhir, serta pada DS, yang fokus pada berita-berita negatif menjadi fokus pada konten-konten menarik dan menghibur. Selanjutnya, peneliti melakukan *expert judgement* kepada tiga orang ahli, yaitu Ghinaya Ummul Mukminin Hidayat, S.Psi., M.Pd. sebagai ahli 1, lalu Selfiyani Lestari, S.Psi., M.Si. sebagai ahli 2, dan Dr. Tina Hayati Dahlan, S.Psi., M.Pd., Psikolog sebagai ahli 3 yang memberikan ulasan terhadap penulisan setiap item agar selaras dengan teori variabel yang digunakan serta konteks bagi instrumen yang dimodifikasi.

2. Uji Keterbacaan

Selanjutnya, peneliti melakukan uji keterbacaan untuk memastikan bahwa setiap item dalam kuesioner penelitian yang disebar dapat dipahami dengan baik oleh responden. Kuesioner uji keterbacaan disebar kepada 19 orang dengan kriteria yang sesuai dengan responden penelitian. Item-item yang mendapat komentar dari responden kemudian ditinjau kembali oleh peneliti dan dosen pembimbing agar ketika pengambilan data dilakukan, responden dapat dengan mudah memahami item-item dalam kuesioner penelitian ini.

3. *Back Translation*

Kemudian, peneliti melakukan tahap *back translation* atau proses penerjemahan kembali item yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia menjadi bahasa asli dari item-itemnya kembali yaitu bahasa Inggris. Tahap ini dilakukan oleh ahli dwibahasa dengan latar belakang

keilmuan bahasa Inggris yang merupakan lulusan Sarjana Pendidikan bahasa Inggris, yaitu Gusti Viranda Chorena, S.Pd. Tahap ini bertujuan untuk memastikan bahwa makna dari item setelah diterjemahkan sesuai dengan makna item aslinya. Item-item yang mendapat komentar dari ahli dwibahasa kemudian ditinjau kembali oleh peneliti dan dosen pembimbing agar makna item-item tetap sejalan dengan teori asalnya.

4. Uji Coba

Setelah itu, tahap uji coba dilakukan untuk mengetahui sejauh mana instrumen yang dimodifikasi dapat bekerja secara optimal dalam mengukur variabel yang diteliti pada responden yang dituju, yaitu *academic stress* menggunakan PASS dan *doomscrolling* menggunakan DS pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Selain itu, uji coba juga membantu peneliti mengidentifikasi item-item yang perlu diperbaiki atau dieliminasi sebelum melakukan pengambilan data. Uji coba ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada responden yang memiliki karakteristik subjek utama penelitian, yaitu mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi.

Penyebaran kuesioner uji coba menghasilkan 104 responden yang sesuai dengan kriteria responden pada penelitian ini. Namun sebanyak 22 responden tidak layak untuk digunakan setelah melalui perhitungan analisis *person misfit* berdasarkan *Rasch Model* dalam perangkat lunak Winstep. Jumlah akhir responden yang digunakan sebanyak 82 responden. Kemudian, dilakukan analisis reliabilitas *person* dan item-item pada setiap instrumen yang dimodifikasi. Berdasarkan Tabel 3.8, reliabilitas *person* dan item yang dimiliki PASS dapat dikatakan sudah cukup bagus. Hal ini ditunjukkan dari nilai reliabilitas *person* pada PASS sebesar 0.82 (Bagus) dan pada DS sebesar 0.91 (Bagus Sekali). Sementara pada reliabilitas item, keduanya berada pada kategori Istimewa (>0.94).

Tabel 3.9 Reliabilitas PASS dan DS Melalui Tahap Uji Coba

Instrumen	Reliabilitas	
	<i>Person</i>	Item
<i>the Perception of Academic Stress Scale (PASS)</i>	0.82	0.98
<i>Doomscrolling Scale (DS)</i>	0.91	0.95

Selanjutnya dilakukan analisis item (*item misfit*) untuk melihat apakah terdapat item-item yang tidak memadai pada kedua instrumen. Hasil analisis tersebut menunjukkan terdapat satu item yang tidak fit pada PASS yaitu item nomor 5 dan seluruh item fit pada DS. Peneliti kemudian mendiskusikan penemuan ini kepada dosen pembimbing dan peneliti memutuskan untuk mempertahankan item tersebut terlebih dahulu dan melihat perkembangannya lebih lanjut setelah pengambilan data utama terlaksana.

5. Analisis Item dan Reliabilitas Instrumen

a. Analisis Item

Pada bagian ini, dijelaskan tahapan analisis item berlandaskan parameter *Rasch Model* pada hasil pengambilan data utama, seperti yang telah terlaksana pada tahap uji coba.

Peneliti menggunakan *Rasch Model* untuk mengidentifikasi item dan responden (*person*) yang tidak memadai atau *misfit* melalui perangkat lunak Winstep. Item dan *person* yang *misfit* dari parameter *Rasch Model* akan dibuang dari data keseluruhan. Hal ini bertujuan agar data *person* maupun item yang tidak fit tidak mengganggu tahap analisis statistik selanjutnya. Untuk itu, terdapat tiga kriteria *misfit* untuk analisis item dan *person* yang digunakan, yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.10 Kriteria *Person* dan Item *Misfit* Pada *Rasch Model*

Nilai	Kriteria
<i>Outfit Mean Square (MNSQ)</i>	$0.5 < \text{MNSQ} < 1.5$
<i>Outfit Z-standard (ZSTD)</i>	$-2.0 < \text{ZSTD} < +2.0$
<i>Point Measure Correlation</i>	$0.4 < \text{Pt. Mean Corr.} < 0.85$

Analisis *person* dilakukan terlebih dahulu untuk memastikan kualitas respons sebelum analisis item dilakukan, sehingga selanjutnya dapat menghasilkan data yang optimal. Berdasarkan kriteria pada Tabel 3.8, hasil analisis *person* menunjukkan bahwa dari 439 responden pada penelitian ini, sebanyak 115 diantaranya *misfit* dan kemudian dibuang dari total responden. Maka dari itu, total akhir responden yang dapat digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 324 responden.

Kemudian, dilakukan analisis item dari data 324 responden tersebut. Hasil analisis tersebut menemukan bahwa terdapat satu item pada instrumen PASS yang tidak fit, yaitu item nomor 6. Temuan ini mengindikasikan bahwa item nomor 5 pada tahap uji coba sebelumnya fit dan dapat dipertahankan, sementara item 6 dibuang. Selain itu, tidak terdapat item yang perlu dibuang pada instrumen DS dan BPS karena seluruhnya sesuai dengan kriteria *Rasch Model*.

b. Reliabilitas Instrumen

Selanjutnya, reliabilitas instrumen perlu diketahui agar instrumen yang digunakan memiliki konsisten yang baik dalam mengukur suatu variabel. Pada penelitian ini, analisis reliabilitas dilakukan menggunakan nilai *Cronbach's Alpha* serta reliabilitas *person* dan item pada masing-masing instrumen. Mencari nilai *Cronbach's Alpha* dilakukan dengan bantuan perangkat lunak IBM Statistical Program for Social (SPSS) 29 sementara reliabilitas *person* dan item menggunakan Winstep.

Tabel 3.11 Reliabilitas Instrumen PASS, DS, dan BPS

Instrumen	<i>Cronbach's Alpha</i>	Reliabilitas	
		Person	Item
<i>the Perception of Academic Stress Scale</i> (PASS)	0.884	0.88	0.99
<i>Doomscrolling Scale</i> (DS)	0.941	0.92	0.99
<i>Bedtime Procrastination Scale</i> (BPS)	0.891	0.86	0.99

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *online* berbentuk *Google form* yang isinya merupakan item-item pernyataan dari ketiga instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu instrumen *Academic Stress*, *Doomscrolling*, dan *Bedtime Procrastination*. Kuesioner ini dapat diakses melalui tautan bit.ly/SayNoToBegadang2 atau melalui *barcode* yang tertera pada *flyer* kuesioner. Terdapat lima bagian dalam kuesioner penelitian ini, meliputi (1) identitas peneliti, tujuan pelaksanaan penelitian, kriteria responden, dan *informed consent*; (2) identitas responden; (3) instrumen *Academic Stress*; (4) instrumen *Doomscrolling*, serta (5) instrumen *Bedtime Procrastination*.

Kuesioner tersebut kemudian disebarakan secara *online* di media sosial atau aplikasi *messenger* seperti Instagram, Tiktok, X, serta WhatsApp. Hal ini dibagikan baik melalui unggahan atau pesan pribadi. Pelaksanaan proses pengambilan data dimulai dari tanggal 23 Juli sampai 3 Agustus 2025. Kemudian hasil kuesioner yang telah diperoleh dianalisis untuk menarik kesimpulan akan penelitian ini.

G. Teknis Analisis Data

Penelitian ini menggunakan tiga tahap teknik analisis data dalam mengukur variabel penelitian. Tahap analisis data yang pertama adalah uji asumsi klasik yang dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis. Selanjutnya, teknik analisis uji *bootstrap* untuk menganalisis hipotesis utama dan secara langsung melihat signifikansi *direct-indirect effect*. Dilakukan juga analisis regresi sederhana untuk menguji hubungan antar variabel secara lebih lanjut. Ketiga tahap analisis statistika tersebut diperoleh melalui perhitungan yang telah diolah menggunakan perangkat lunak IBM Statistical Program for Social (SPSS) 29 dan ekstensi Process Macro v5.0.

1. Uji Asumsi Klasik

Pada penelitian ini, terdapat tiga macam uji asumsi klasik yang dilakukan, yaitu uji normalitas, uji multikolinearitas, serta uji heteroskedastisitas. Uji normalitas dilakukan untuk melihat normal atau tidaknya distribusi data penelitian yang harus terpenuhi ketika akan

melakukan analisis regresi linier. Lalu, uji multikolineartias dilakukan untuk mengetahui terkait ada tidaknya suatu hubungan linier di antara variabel independen agar peneliti mendapat hasil pengaruh yang maksimal saat menguji variabel dependen. Terakhir, Uji Heteroskedastisitas dilakukan untuk melihat ada tidaknya suatu korelasi antar varians atau data residual pada setiap variabel independen. Hal ini diuji dengan mengkorelasikan variabel independen dengan nilai *unstandardized residual* hasil analisis regresi linear (Indartini & Mutmainah, 2024).

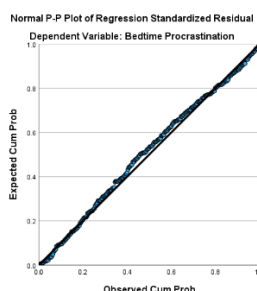
a. Uji Normalitas

Pada penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* di mana peneliti terlebih dahulu melakukan uji regresi linear untuk mendapat nilai residual tak terstandarisasi (*unstandarized resiudal*). Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada persamaan *academic stress* dan *doomscrolling* senilai 0.200 ($p>0.05$) yang berarti data terdistribusi normal. Kemudian, nilai signifikansi pada persamaan *academic stress*, *doomscrolling*, dan *bedtime procrastination* senilai 0.200 ($p>0.05$) yang berarti data terdistribusi normal juga.

Tabel 3.12 Hasil Uji Normalitas

<i>Unstandardized Residual</i>	<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov</i>
X-Z	.200
X-Z-Y	.200

Berikut merupakan bagan *scatterplot* yang menunjukkan lebih lanjut akan gambaran normalitas data dalam penelitian ini.



Gambar 3.2 Bagan *Scaterplott* Normalitas Data

b. Uji Multikolinearitas

Selanjutnya, uji multikolinearitas dilakukan dengan melihat dari nilai *tolerance* serta *variance inflation factor* (VIF). Apabila nilai *tolerance* $> 0,10$ maka tidak ada nilai multikolinearitas dalam model regresi dan apabila nilai $VIF < 10$ maka tidak ada nilai multikolinearitas dalam model regresi.

Hasil pengujian menunjukkan bahwa pada pengaruh *academic stress* sebagai variabel independen terhadap *doomscrolling* sebagai variabel dependen, diperoleh nilai *tolerance* dan VIF sebesar 1.000. Pada pengaruh *academic stress* dan *doomscrolling* sebagai variabel independen dan *bedtime procrastination* sebagai variabel dependen, diperoleh nilai *tolerance* sebesar 0.720 dan VIF sebesar 1.388. Kedua hasil hubungan tersebut mengindikasikan bahwa pada masing-masing variabel independen tidak adanya masalah multikolinearitas karena nilai *tolerance* $> 0,10$ dan nilai $VIF < 10$. Dengan demikian, uji multikolinearitas pada penelitian ini telah terpenuhi.

Tabel 3.13 Hasil Uji Multikolinearitas

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
<i>Coefficients a.</i>		
<i>Academic Stress</i> (X)	1.000	1.000
<i>Coefficients b.</i>		
<i>Academic Stress</i> (X)	.720	1.388
<i>Doomscrolling</i> (Z)	.720	1.388

a. Dependent Variable: Doomscrolling (Z)

b. Dependent Variable: Bedtime Procrastination (Y)

c. Uji Heteroskedastisitas

Terakhir, uji heteroskedastisitas dilakukan dengan melihat dari nilai nilai Sig. (2-tailed) > 0.05 yang mengindikasikan bahwa data homoskedastisitas.

Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai signifikasnsi pada uji regresi variabel *Academic Stress* (X) terhadap *Doomscrolling* (Z) memiliki nilai sebesar 0.929 untuk *Academic Stress*. Sementara nilai signifikasnsi pada uji regresi variabel *Academic Stress* (X) dan *Doomscrolling* (Z) terhadap *Bedtime Procrastination* (Y) memiliki nilai sebesar 0.482 untuk *Academic Stress* dan 0.236 untuk *Doomscrolling*. Hasil uji pada kedua persamaan tersebut menunjukkan nilai yang >0.05 sehingga dapat dinyatakan bahwa data dalam penelitian ini tidak mengalami gejala hetereskodestisitas. Maka dari itu, asumsi homoskedastisitas dapat dikatakan telah terpenuhi.

Tabel 3.14 Hasil Uji Heteroskedastisitas

<i>Spearman's rho</i>		
<i>Correlations</i>		
Independen	Dependen (Unstandardized Residual)	Sig. (2-tailed)
<i>Academic Stress</i> (X)	<i>Doomscrolling</i> (Z)	.929
<i>Academic Stress</i> (X)	<i>Bedtime Procrastination</i> (Y)	.482
<i>Doomscrolling</i> (Z)		.236

2. Uji Beda

Pada penelitian ini, uji beda dilihat melalui uji *Independent Sample T-test* dan *One Way ANOVA*. Uji ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan *academic stress*, *doomscrolling*, dan *bedtime procrastination* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berdasarkan sosiodemografi yang ada dalam penelitian.

3. Uji Hipotesis

Peneliti melakukan uji hipotesis utama dengan analisis *bootstrap* mengacu pada hipotesis sebagai berikut:

H_{01} = Tidak terdapat pengaruh *academic stress* (X) terhadap *bedtime procrastination* (Y) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang dimediasi oleh *doomscrolling* (Z).

H_{a1} = Terdapat pengaruh *academic stress* (X) terhadap *bedtime procrastination* (Y) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang dimediasi oleh *doomscrolling* (Z).

Lalu, untuk uji sub hipotesis menggunakan analisis regresi linear sederhana mengacu pada hipotesis sebagai berikut:

Sub hipotesis 1:

H_{02} = Tidak terdapat pengaruh *academic stress* (X) terhadap *bedtime procrastination* (Y) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

H_{a2} = Terdapat pengaruh *academic stress* (X) terhadap *bedtime procrastination* (Y) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Sub hipotesis 2:

H_{03} = Tidak terdapat pengaruh *academic stress* (X) terhadap *doomscrolling* (Z) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

H_{a3} = Terdapat pengaruh *academic stress* (X) terhadap *doomscrolling* (Z) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Sub hipotesis 3:

H_{04} = Tidak terdapat pengaruh *doomscrolling* (Z) terhadap *bedtime procrastination* (Y) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

H_{a4} = Terdapat pengaruh *doomscrolling* (Z) terhadap *bedtime procrastination* (Y) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.