

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

Bab ini membahas mengenai hal-hal yang berkaitan dengan metode penelitian, yaitu desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrument penelitian, prosedur dan teknik pengolahan data.

#### **A. Pendekatan Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif yang digunakan oleh peneliti untuk mengetahui sejauh mana efektivitas strategi *self-regulated learning* untuk menurunkan prokrastinasi akademik siswa. Pada konteks ini pendekatan kuantitatif ditujukan untuk mengetahui perbedaan perubahan antara sebelum diberi perlakuan (*treatment*) dan setelah diberi perlakuan berupa strategi *self-regulated learning*.

#### **B. Metode dan Disain Penelitian**

Sesuai permasalahan yang akan diteliti yaitu menguji efektivitas strategi *self-regulated learning* untuk menurunkan prokrastinasi akademik siswa di SMAN 1 Ngamprah Kabupaten Bandung Barat, maka metode yang digunakan peneliti adalah kuasi eksperimen yaitu penelitian yang membandingkan dua kelompok sasaran penelitian. Satu kelompok eksperimen yang diberi perlakuan tertentu dan satu lagi sebagai kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan. Selisih antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menjadi ukuran pengaruh perlakuan yang diberikan kepada kelompok perlakuan tersebut (Creswell, 2008)

Metode kuasi eksperimen yang digunakan oleh peneliti adalah *nonequivalent (pretest dan posttest) control group design*, dimana terdapat dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kontrol, kedua kelompok dites terlebih dahulu sebelumnya, kemudian diberikan perlakuan yang berbeda antara

kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kemudian kedua subjek penelitian diberikan tes akhir (Heppner, dkk., 2008).

Sejalan dengan pendapat tersebut, Creswell (2008) membagi desain kuasi eksperimen ke dalam dua desain penelitian, yaitu *only post test design* (jika menggunakan pemilihan sampel secara berpasangan) dan *pretest-posttest design* (perlakuan diberikan setelah masing-masing kelompok diberikan *pretest*, selanjutnya kelompok eksperimen diberikan perlakuan dan kelompok kontrol tidak, dan pada tahap akhir kedua kelompok diberikan *posttest*). Adapun desain penelitiannya dapat digambarkan sebagai berikut:

Pembagian Sampel	<i>Pretest</i>	Perlakuan	<i>Posttest</i>
Kelompok Eksperimen	O	X	O'
Kelompok Kontrol	Y	-	Y'

**Gambar 3.1**  
**Desain Penelitian Kuasi Eksperimen (Creswell, 2008)**

**Keterangan:**

- O : Tes awal (*pretest*) pada kelompok eksperimen
- O' : Tes akhir (*posttest*) pada kelompok eksperimen
- X : Perlakuan dengan strategi *self-regulated learning*
- : Tanpa perlakuan
- Y : Tes awal(*pretest*) pada kelompok kontrol
- Y' : Tes akhir (*posttest*) pada kelompok kontrol

Berdasarkan desain tersebut, maka penelitian kuasi eksperimen ini melibatkan dua kelompok siswa, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok tersebut sama-sama diberikan *pretest* dan *posttest*, tetapi diberi perlakuan yang berbeda. Kelompok eksperimen diberikan strategi *self-regulated learning*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan strategi *self-regulated learning*.

### C. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Ngamprah Kabupaten Bandung Barat. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPA Tahun Pelajaran 2015-2016 yang berjumlah 82 siswa.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini diambil dengan cara *purposive sampling*, sehingga pengambilan sampel dilakukan karena adanya tujuan tertentu, yakni pengambilan sampel secara sengaja sesuai dengan persyaratan sampel yang diperlukan. Kelompok pertama merupakan kelompok eksperimen yakni sebanyak 34 siswa diberikan perlakuan berupa Strategi *Self-Regulated Learning*, sedangkan kelompok kedua merupakan kelas kontrol yang tidak diberikan perlakuan Strategi *Self-Regulated Learning* yakni sebanyak 34 siswa. Dalam hal ini pengambilan sampel berdasarkan ciri-ciri yang dimiliki sesuai dengan tujuan penelitian yaitu siswa-siswa yang mempunyai tingkat prokrastinasi akademik kategori tinggi dan sedang.

### D. Variabel dan Definisi Operasional

#### 1. Variabel Penelitian

Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*). Variabel bebas adalah Strategi *Self-Regulated Learning* yang diberikan pada kelompok eksperimen, dan variabel terikat adalah Prokrastinasi Akademik.

#### 2. Definisi Operasional

##### a. *Self-Regulated Learning*

*Self-Regulated Learning* merupakan proses sistematis yang menggunakan pikiran, perasaan, dan tindakan seseorang untuk mencapai suatu tujuan yang sangat penting untuk proses pembelajaran (Zimmerman, 2000). Zimmerman (1990) menyatakan bahwa *Self-Regulated Learning* merupakan konsep mengenai bagaimana seorang siswa menjadi pengatur bagi belajarnya sendiri. Zimmerman mendefinisikan *Self-Regulated Learning* sebagai suatu proses dimana seorang siswa mengaktifkan dan mendorong kognisi (*cognition*), perilaku (*behaviours*)

dan perasaannya (*affect*) secara sistematis dan berorientasi pada pencapaian tujuan belajar.

Definisi operasional Strategi *Self-Regulated Learning* adalah suatu bentuk pelatihan yang diberikan kepada siswa kelas XI SMAN 1 Ngamprah untuk mengatur diri dalam belajar yang ditandai dengan karakteristik: (1) dapat menetapkan tujuan belajar dan membuat perencanaan strategis untuk mencapai tujuan belajar serta memiliki keyakinan dan motivasi diri tentang belajar; (2) dapat mengendalikan diri untuk menggunakan strategi belajar dan mengamati peristiwa belajar; dan (3) dapat merefleksi dan mengevaluasi kemajuan diri dalam belajar sesuai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Terdapat tiga fase yang dapat dilakukan dalam menerapkan strategi *Self-Regulated Learning* yaitu fase *forethought*: (1) penetapan tujuan dan perencanaan strategi; fase *performance*: (2) penggunaan strategi yang ampuh, (3) pengaturan konteks lingkungan fisik dan sosial, (4) pengelolaan penggunaan waktu, (5) pengawasan selektif; fase *self reflection*: (6) evaluasi diri, (7) atribusi penyebab, dan (8) adaptasi metode selanjutnya.

#### **b. Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas akademik (Ferrari, 1995), dan biasanya tugas baru mulai dikerjakan pada saat-saat terakhir batas tugas (Wolters, 2004). Prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang baik memulai maupun menyelesaikan tugas yang berhubungan dengan bidang akademik (Husetiya: 2010).

Definisi operasional Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan dan atau perilaku siswa dalam merespon tugas sekolah yang dihadapi yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas, sehingga mengakibatkan keterlambatan maupun kegagalan dalam menyelesaikan dan mengerjakan tugas. Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik siswa akan diukur melalui Skala Prokrastinasi Akademik. Skala tersebut menggunakan aspek-aspek yang disusun oleh Schouwenburg (dalam Ferrari, 1995) yang meliputi: penundaan memulai dan menyelesaikan tugas akademik, kesenjangan

waktu antara rencana dengan kinerja aktual, kecenderungan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, takut gagal, dan kurang motivasi.

## E. Instrumen Penelitian

### 1. Prokrastinasi Akademik

Untuk mengungkap fakta mengenai variabel dalam penelitian ini, maka digunakan skala perilaku prokrastinasi akademik yang merupakan hasil pengembangan yang diadaptasi berdasarkan indikator prokrastinasi akademik dari Schouwenburg (dalam Ferrari,1995) yaitu; penundaan memulai dan menyelesaikan tugas akademik, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual, kecenderungan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, takut gagal, dan kurang motivasi.

Berdasarkan indikator-indikator tersebut, berikut kisi-kisi instrumen prokrastinasi akademik yang dikembangkan :

**Tabel 3.1**  
**Kisi-Kisi Instrumen prokrastinasi Akademik**

No	Indikator	Pernyataan	Total
1	Penundaan untuk memulai maupun untuk menyelesaikan tugas	3, 5, 7, 8, 16, 19	6
2	Kesenjangan waktu antara rencana dan kerja aktual	2, 4, 9, 11, 13, 17, 18	7
3	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	1, 6, 10, 12, 14, 15	6
4	Takut gagal	20,21,22,23,24,25,26, 27,28,29,30	11
5	Kurang motivasi	31,32,33,34,35,36,37, 38,39	9
	<b>Jumlah</b>		39

### 2. Pengembangan Instrumen

#### a. Uji Validitas Isi

##### 1) Uji Konten (*Expert Judgment*)

Uji konten dilakukan melalui *expert judgement*, yaitu penilaian item oleh para ahli. Tujuannya untuk memperoleh item-item yang valid yang dapat mengukur tingkat perilaku prokrastinasi akademik siswa. Instrumen penelitian ditimbang oleh 2 orang pakar Psikologi pendidikan yaitu Dr. Ilfiandra, M.Pd dan Dr. Agus Abdurrahman, M.Psi, Psikolog. untuk mengkaji dan menelaah dari segi isi, redaksi kalimat, serta kesesuaian item dengan aspek-aspek yang akan di ungkap.

## 2) Uji keterbacaan

Uji keterbacaan instrument penelitian dilakukan kepada 5 siswa kelas XI SMA Negeri 1 Ngamprah yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas dari kalimat yang dipakai dalam instrumen prokrastinasi akademik. Hal ini bertujuan untuk melihat apakah pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam instrument tersebut dapat dimengerti susunan redaksi dan maknanya serta mudah dipahami oleh siswa.

## b. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Pengujian validitas dan reliabilitas dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan software SPSS versi 16.0. Hasil uji validitas instrumen pengungkap tingkat prokrastinasi akademik dilakukan terhadap 79 siswa adalah semua item yang berjumlah 39 pernyataan memiliki kriteria valid, sehingga keseluruhan item dapat dijadikan sebagai bahan penskoran (*pretest*) tingkat prokrastinasi akademik.

Setelah melakukan uji validitas, selanjutnya uji reabilitas. Pengujian reliabilitas alat ukur dilakukan dengan metode *internal consistency* (Friedenberg, 1995). Pengujian statistik dari metode *internal consistency* dilakukan melalui uji reliabilitas dengan metode statistik *Alpha Cronbach*. Uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai koefisien alpha 0,903 yang mempunyai arti tingkat keterandalan yang kuat sehingga dapat digunakan (Helmstadter dalam Friedenberg, 1995).

## c. Kategorisasi Skala

Kategorisasi skala dilakukan untuk menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok terpisah secara berjenjang berdasarkan indikator prokrastinasi akademik. Adapun nilai yang menjadi pembanding dalam kategorisasi skala ini menggunakan rentang skor, dengan kriteria tinggi, sedang,

dan rendah, sehingga penentuan rentang skor dibagi tiga. Berikut adalah kategorisasi skala instrumen prokrastinasi akademik :

**Tabel 3.2**  
**Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik**

Kategori	Rentang Skor
Tinggi	$\geq 132$
Sedang	95-131
Rendah	$\leq 94$

### 3. Pedoman Skoring

Instrumen ini, yaitu prokrastinasi akademik menggunakan skala model *Likert* dengan menggunakan lima alternatif jawaban; tidak pernah (TP), jarang (JR), kadang-kadang (KD), sering (SR) dan selalu (SL). Adapun untuk skoring masing-masing jawaban pernyataan skala prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel 3.3 berikut ini :

**Tabel 3.3**  
**Skoring Skala Prokrastinasi Akademik**

Alternatif jawaban	Skor
Tidak pernah (TP)	1
Jarang (JR)	2
Kadang-kadang (KD)	3
Sering (SR)	4
Selalu (SL)	5

### F. Prosedur Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dibagi menjadi tiga tahap, yaitu:

#### 1. Tahap persiapan meliputi :

Merumuskan masalah penelitian adalah persiapan yang pertama kali dilakukan. Selanjutnya melakukan studi literatur mengenai kajian teoritis serta penelitian yang berkaitan dengan variabel penelitian. Setelah itu menentukan populasi dan sampel penelitian. Berikutnya, dalam menyusun instrumen penelitian, peneliti mengadaptasi dan mengembangkan *The Academic*

*Procrastinasi State Inventory (APSI)* yang dikembangkan oleh Henri C. Schouwenburg (dalam Ferrari; 1995). Peneliti dalam mengadaptasi APSI melalui bantuan ahli bahasa Inggris, selanjutnya, peneliti meminta pendapat ahli (*expert judgment*) dengan berkonsultasi kepada pembimbing untuk memenuhi syarat kelayakan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian.

2. Tahap pelaksanaan meliputi :

Setelah *The Academic Procrastinasi State Inventory (APSI)* diadaptasi dan dikembangkan serta telah melalui uji validitas dan reliabilitas, selanjutnya data yang diperoleh dari APSI dijadikan dasar menyusun Pelatihan Strategi *Self Regulated Learning*. Berikutnya adalah pengelompokan subjek ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdasarkan hasil data dari *pretest*. Pengelompokan subjek dilakukan dengan prosedur *matching*, yaitu subjek yang telah diketahui hasil pretesnya selanjutnya dipasangkan dengan skor yang hampir sama, salah satunya dimasukkan ke dalam kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan berupa pelatihan strategi *self regulated learning* dan yang lainnya dimasukkan ke dalam kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

3. Tahap pembuatan laporan meliputi :

Hasil analisis keefektifan strategi *self regulated learning* untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik disusun dalam bentuk laporan sebagai bahan pertanggung jawaban.

## G. Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini peneliti akan mengolah data dengan menggunakan salah satu software yaitu *SPSS 16.0 for windows*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi data yang diperoleh dari hasil *pretest* dan hasil *posttest*. Data yang diperoleh dianalisis untuk menjawab pertanyaan penelitian.

Analisis data bertujuan untuk mengungkap keefektifan strategi *Self-Regulated Learning* untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa. Adapun analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji *U-Mann Whitney*. Teknik analisis data statistik yang digunakan adalah statistika non-parametrik.



## H. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis penelitian ini dirumuskan sebagai berikut.

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_1 : \mu_1 > \mu_2$$

Keterangan:

$\mu_1$  = rata-rata penurunan perilaku prokrastinasi akademik kelompok eksperimen.

$\mu_2$  = rata-rata penurunan perilaku prokrastinasi akademik kelompok kontrol.