

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu yaitu penelitian yang memberikan perlakuan atau tindakan kepada sekelompok orang atau subjek penelitian. penulis mengadakan penelitian langsung ke kampus untuk memperoleh data-data yang dibutuhkan dengan memberikan angket atau pertanyaan kepada mahasiswa yang dijadikan subjek penelitian, yang bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi sebelum dan sesudah pemberian layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavioral therapy (CBT)* pada mahasiswa jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP Unimed Tahun Ajaran 2016/2017.

3.2 Populasi dan Sampel Penelitian

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP Unimed yang tergolong melakukan perilaku prokrastinasi penyelesaian skripsi (lebih dari 6 bulan atau satu semester) dengan jumlah 30 mahasiswa.

b. Sampel

Adapun bentuk tehnik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. *purposive sampling* adalah menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu yang dipandang dapat memberikan data secara maksimal, dimana dalam penelitian ini karakteristik yang ditetapkan adalah mahasiswa yang tergolong lama dalam penyelesaian skripsinya (lebih dari dua semester).

3.3. Operational Variabel Penelitian

1. Variabel penelitian

Dalam penelitian ini ada 2 variabel yang digunakan *variable independent* (bebas) yaitu *variable X* dan *variable dependent* (terikat) yaitu *variable Y*.

2. Defenisi Operasional

a. Layanan Konseling Individual Pendekatan *Cognitive Behavioral*

Therapy (CBT) dalam penelitian ini adalah salah satu pendekatan konseling atau bentuk psikoterapi yang bertujuan membantu individu mengatasi masalahnya melalui pengenalan, identifikasi dan modifikasi isi kognisi individu yang tidak berfungsi (*dysfunctional*) yang dapat berupa asumsi, sikap, dan aturan yang *irrational* dan pikiran otomatis yang negatif.

b. Prokrastinasi penyelesaian skripsi dalam penelitian ini adalah perilaku penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa secara sadar dengan melakukan aktivitas lain yang menyenangkan dan tidak

penting, tidak bertujuan, serta tidak memperhatikan batas waktu ideal penyelesaian skripsi sehingga menimbulkan akibat negatif atau kerugian pada mahasiswa.

3.4. Desain Penelitian

1. Desain Penelitian

Skema model penelitian pra eksperimen dengan desain *one group pretest posttest*, sebagai berikut :

$$O_1 \quad X \quad O_2$$

Arikunto (2013:124)

Keterangan :

O_1 = *Pre-test* diberikan sebelum memberikan layanan

X = Layanan Konseling Individual Pendekatan CBT

O_2 = Observasi setelah eksperimen (*posttest group*)

2. Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Langkah-langkah yang dilakukan dalam analisis penelitian adalah :

1. Melakukan *pretest* kepada seluruh subjek penelitian dengan cara memberikan angket pada mahasiswa sebelum diberikannya layanan konseling individual.
2. Memeriksa hasil angket dan melihat hasilnya.
3. Memilih 3 mahasiswa sebagai sampel penelitian, dilihat dari skor angket terendah.

4. Melakukan layanan konseling individual pendekatan *cognitive behavior therapy* (CBT) sebanyak 4 kali pertemuan. Adapun tehnik-tehnik yang digunakan dalam pendekatan *cognitive behavior therapy* (CBT) adalah: (a) Menentang keyakinan *irrational*; (b) Membingkai kembali isu; (c) Mengulang kembali penggunaan beragam pernyataan diri dalam *role play* dengan konselor; (d) Mencoba penggunaan berbagai pernyataan diri yang berbeda dalam situasi *riil*; (e) Mengukur perasaan; (f) Menghentikan pikiran; (g) Desensitisasi sistematis; (h) Pelatihan keterampilan sosial atau asertifikasi; (i) Penugasan pekerjaan rumah; (i) *In vivo exposure*.
5. Melakukan *post-test* setelah memberikan perlakuan
6. Melakukan analisis data
7. Menarik kesimpulan

3.5. Pendekatan Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data yang digunakan untuk mengetahui tingkat prokrastinasi penyelesaian skripsi mahasiswa dilakukan melalui angket yang dibagikan kepada mahasiswa. Menurut Arikunto (20016:151) adalah kumpulan dari pertanyaan yang diajukan secara tertulis kepada seseorang atau dalam hal ini disebut responden dan cara menjawab dilakukan secara tertulis. Dengan melalui angket dapat mengumpulkan data yang banyak dalam waktu yang relatif singkat jika dibandingkan dengan pendekatan-pendekatan lainnya, sehingga dapat memudahkan peneliti untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan dengan cepat.

Angket yang dibuat bersifat skala ordinal yang berpedoman pada skala *likert*, setiap pertanyaan memiliki 2 sifat yaitu positif dan negatif, angket tersebut mengandung 2 sifat *favourable* (mendukung) / positif dan *unfavourable* (tidak mendukung) / negatif. Setiap pernyataan memiliki 4 alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Jarang (J), dan Tidak Pernah (TP). Untuk pernyataan *favourable* diberi rentang nilai 4-1 dan yang bersifat *unfavourable* diberi rentang nilai 1-4. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 3.1
Pemberian Skor Angket

Pernyataan Positif	Skor	Skor	Pernyataa Negatif
Pilihan			Pilihan
Sangat Sering (SS)	4	1	Sangat Sering (SS)
Sering (S)	3	2	Sering (S)
Jarang (J)	2	3	Jarang (J)
Tidak Pernah (TP)	1	4	Tidak Pernah (TP)

Tabel 3.2

Kisi-kisi Uji Coba Angket Prokrastinasi Penyelesaian Skripsi

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item Soal		Jlh Item
			<i>Favourable</i> (Positif)	<i>Unfavourable</i> (Negatif)	
prokrastinasi penyelesaian skripsi	1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas (skripsi)	Menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika sudah mulai mengerjakan sebelumnya.	1,9,17,25,33,41,49,57	5,13,21,29,37,45,53,61,65	17
	2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas (skripsi)	Menghabiskan waktu yang dimiliki untuk mempersiapkan diri secara berlebihan juga melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas (skripsi), tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki.	2,10,18,26,34,42,50,58,66	6,14,22,30,38,46,54,62,69	18
	3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja <i>actual</i>	Merencanakan untuk memulai mengerjakan tugas (skripsi) pada waktu yang telah ditentukan sendiri. Akan tetapi, ketika saatnya tiba tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan.	3,11,19,27,35,43,51,59	7,15,23,31,39,47,55,63,67	17
	4. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	Menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan sehingga menyita waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas (skripsi) yang harus diselesaikan.	4,12,20,28,36,44,52,60,68	8,16,24,32,40,48,56,64,70	18
Jumlah			34	36	70

3.6. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data untuk mengetahui keakuratan dan reliabilitas alat ukur yang digunakan dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas :

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu *instrument* (Arikunto 2010:211). Untuk mengetahui validitas *instrument* digunakan rumus sebagai berikut :

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

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi

N = Jumlah sampel

X = Skor responden untuk tiap item

Y = Total skor tiap responden dari seluruh item

$\sum x$ = Variabel bebas (x)

$\sum y$ = Variabel bebas (y)

$\sum xy$ = Jumlah Perkalian skor X dan Y

$\sum x^2$ = Jumlah Kuadrat skor distribusi X

$\sum y^2$ = Jumlah Kuadrat skor total

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan satu pengertian bahwa suatu *instrument* dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data. Untuk menguji reliabilitas menurut Suharsimi Arikunto (2010:239) digunakan rumus alpha :

$$r_{ii} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum ab^2}{\sigma^2 t} \right)$$

Keterangan :

r_{ii} = Reliabilitas *instrument*

K = Banyaknya butir soal

$\sum \sigma b^2$ = Varians total

3. Uji Wilcoxon

Uji yang digunakan adalah uji beda dua data berpasangan, uji satu pihak “test ranking- bertanda Wilcoxon” yang dikemukakan oleh Siegel dan Jr (1998:93-104), dalam Sudjana, 2005:455) caranya adalah sebagai berikut :

- 1) Beri nomor urut untuk harga mutlak selisih ($X_i - Y_i$). Harga mutlak yang terkecil diberi nomor urut atau peringkat 1, harga mutlak selisih berikutnya diberi nomor urut 2, dan akhirnya harga mutlak terbesar diberi nomor urut n. jika terdapat selisih yang harga mutlaknya sama besar, untuk nomor urut diambil rata-ratanya.

- 2) Untuk tiap nomor urut berikan pula tanda yang didapat dari selisih (X-Y)
- 3) Hitunglah jumlah nomor urut yang bertanda positif dan juga jumlah nomor yang bertanda negatif
- 4) Untuk jumlah nomor urut yang didapat pada poin c, ambillah jumlah yang harga mutlaknya paling kecil. Sebutlah jumlah ini sama dengan J. Jumlah J inilah yang dipakai untuk menguji hipotesis.
 H_0 : tidak ada perbedaan pengaruh kedua perlakuan
 H_1 : terdapat perbedaan pengaruh kedua perlakuan

Untuk menguji hipotesis diatas dengan taraf nyata $\alpha = 0,05$, dibandingkan J diatas dengan J yang diperoleh dari daftar tabel uji Wilcoxon. Jika J dari perhitungan lebih kecil atau sama dengan J dari tabel uji Wilcoxon, maka H_0 di tolak dan sebaliknya, apabila J dari perhitungan lebih besar dari daftar tabel uji Wilcoxon maka H_0 di terima.

3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan oktober 2016 sampai maret 2017