

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Kuantitatif adalah metode yang menekankan analisisnya pada data-data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan diolah dengan metode analisis statistika (Azwar, 2017:5). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasi.

Penelitian korelasi adalah untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan yang ada di antara variabel-variabel (Azwar, 2017:7). Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan hubungan antara *problem focused coping* dengan *academic burnout* pada mahasiswa Pendidikan Profesi Guru (PPG) di Universitas Negeri Padang.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah dibahas sebelumnya, maka variabel - variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel Bebas (Independent Variabel) sebagai variabel X yaitu variabel yang mempengaruhi variabel lain. Dalam penelitian ini variabel bebas adalah *problem focused coping*.
2. Variabel Terikat (Dependen Variabel) sebagai variabel Y yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Dalam penelitian ini variabel Y adalah *academic burnout*.

Variabel Bebas (X) : *Problem focused coping*

Variabel Terikat (Y) : *Academic burnout*

### C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan ciri atau karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2017:105). Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### 1. *Problem focused coping*

*Problem focused coping* merupakan salah satu strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan yang sedang dialami secara langsung agar dapat mengurangi atau menghilangkan permasalahan yang sedang dihadapi. *Problem focused coping* berfokus pada mencari solusi dan adanya tindakan langsung bukan hanya mengelola emosi. Pada variabel *problem focused coping* peneliti menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Lazarus & Folkman yaitu Merencanakan pemecahan masalah (*planful problem solving*), *Coping* konfrontatif (*confrontive coping*), dan Mencari dukungan sosial (*seeking social support*).

#### 2. *Academic burnout*

*Academic burnout* adalah kondisi dimana seseorang mengalami kelelahan fisik dan emosional akibat dari tekanan akademik yang berlangsung dalam jangka yang cukup lama. Pada variabel *academic burnout* peneliti menggunakan teori yang dikemukakan oleh Schaufeli, dkk terdapat tiga dimensi *academic burnout* yaitu Kelelahan (*exhaustion*), Sinisme (*cynicism*), dan Penurunan efikasi profesional (*reduced profesional efficacy*).

## D. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019:126). Adapun data populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa Pendidikan Profesi Guru (PPG) di Universitas Negeri Padang sebagai berikut :

**Tabel 3.1**  
**Jumlah Populasi Penelitian**

| <b>Pendidikan Profesi Guru (PPG)</b> | <b>Jumlah</b> |
|--------------------------------------|---------------|
| PPG Dalam Jabatan                    | 10.036        |
| PPG Prajabatan                       | <b>567</b>    |
| Total                                | 10.603        |

*Sumber : Data Koordinator PPG Universitas Negeri Padang 2025*

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Pendidikan Profesi Guru (PPG) Prajabatan di Universitas Negeri Padang pada gelombang 2 tahun 2025 dengan jumlah 567 mahasiswa.

### 1. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel ialah bagian dari populasi yang menjadi sumber data dalam penelitian, dimana sampel merupakan bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2019:127). Dalam menentukan sampel, peneliti menggunakan tabel penentuan

jumlah sampel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 1%, 5%, dan 10% sebagai berikut :

**Tabel 3.2**  
**Jumlah Sampel Penelitian**

| N   | S   |            |     |
|-----|-----|------------|-----|
|     | 1%  | 5%         | 10% |
| 600 | 315 | <b>221</b> | 187 |

*Sumber : Tabel Penentuan Sampel Isaac dan Michael*

Sampel diambil berdasarkan jumlah populasi yaitu sebanyak 570 mahasiswa PPG Prajabatan di Universitas Negeri Padang dengan menggunakan tingkat kesalahan 5%. Berdasarkan tabel 3.2 di atas, menunjukkan jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 221 mahasiswa PPG Prajabatan di Universitas Negeri Padang.

Dalam pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan dengan pertimbangan tertentu atau memiliki karakteristik tertentu. Berikut adalah karakteristik subjek secara umum pada penelitian ini adalah :

1. Mahasiswa PPG Prajabatan Universitas Negeri Padang
2. Mahasiswa PPG Prajabatan pada gelombang 2 tahun 2025

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

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala yang ditujukan pada masing-masing variabel yang akan digunakan dalam penelitian. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert*. Skala *likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi

seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2019:146)

Dengan skala *likert* variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Setiap aitem-aitem yang tersedia sudah memiliki jawaban (*option*) yang tinggal dipilih oleh subjek. Subjek tidak boleh memberikan jawaban lain kecuali yang telah disediakan sebagai alternatif jawaban. Subjek diminta untuk menjawab aitem-aitem pertanyaan yang disusun secara *favorable* dan *unfavorable*. Skala tersebut menggunakan 5 alternatif jawaban, yakni Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Penilaian skala dinilai dengan 5 sampai 1 untuk aitem favorable, dan nilai dari 1 sampai 5 untuk aitem unfavorable.

**Tabel 3.3**  
**Model Skala Likert**

| Jawaban                   | Favorable | Unfavorable |
|---------------------------|-----------|-------------|
| Sangat Setuju (SS)        | 5         | 1           |
| Setuju (S)                | 4         | 2           |
| Netral (N)                | 3         | 3           |
| Tidak Setuju (TS)         | 2         | 4           |
| Sangat Tidak Setuju (STS) | 1         | 5           |

Dalam penelitian ini terdapat 2 jenis skala yang digunakan yaitu skala *problem focused coping* dan *academic burnout*.

#### 1. *Problem focused coping*

Penelitian ini menggunakan skala berdasarkan aspek yang disusun oleh Lazarus & Folkman (1984) yaitu Merencanakan pemecahan masalah (*planful problem solving*), Coping konfrontatif (*confrontive coping*), dan Mencari dukungan sosial (*seeking social support*). Alat ukur pada penelitian

ini menggunakan skala yang di modifikasi dari penelitian Rahmah Rezki Elvika (2023) dengan menggunakan aitem-aitem yang sudah di *expert judgement* oleh ahli psikologi yaitu Indah Andika Octavia, M.A dan Rahman Pranovri Putra, M.Psi

**Tabel 3.4**  
**Blueprint Skala *Problem Focused Coping* Sebelum Uji Coba**

| No           | Aspek                                                          | Item        |            | Jumlah    |
|--------------|----------------------------------------------------------------|-------------|------------|-----------|
|              |                                                                | Fav         | Unfav      |           |
| 1            | Pemecahan masalah terencana ( <i>Planful problem solving</i> ) | 1, 2, 3, 4  | 5, 6, 7, 8 | 8         |
| 2            | <i>Coping</i> konfrontatif ( <i>Confrontive coping</i> )       | 9, 10, 11   | 12, 13, 14 | 6         |
| 3            | Pencarian dukungan sosial ( <i>Seeking social support</i> )    | 15, 19, 20, | 16, 17, 18 | 6         |
| <b>Total</b> |                                                                |             |            | <b>20</b> |

## 2. *Academic burnout*

Penelitian ini menggunakan skala berdasarkan dimensi yang disusun oleh Schaufeli, Martinez, Pianto, Salanova & Barker (2002) yaitu Kelelahan (*exhaustion*), Sinisme (*cynicism*), dan Penurunan efikasi profesional (*reduce profesional efficacy*). Alat ukur pada penelitian ini menggunakan skala yang di modifikasi dari penelitian Anisa Prisilla Bahari (2024) dengan menggunakan aitem-aitem yang sudah di *expert judgement* oleh ahli psikologi yaitu Indah Andika Octavia, M.A dan Rahman Pranovri Putra, M.Psi

**Tabel 3.5**  
**Blueprint Skala *Academic Burnout* Sebelum Uji Coba**

| No           | Aspek                                                                    | Item           |                | Jumlah    |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|-----------|
|              |                                                                          | Fav            | Unfav          |           |
| 1            | Kelelahan<br>( <i>Exhaustion</i> )                                       | 1, 2, 3,       | 4, 5, 6        | 6         |
| 2            | Sinisme ( <i>Cynicism</i> )                                              | 7, 8, 9        | 10, 11, 12     | 6         |
| 3            | Penurunan efikasi profesional ( <i>Reduce of professional efficacy</i> ) | 13, 14, 15, 16 | 17, 18, 19, 20 | 8         |
| <b>Total</b> |                                                                          |                |                | <b>20</b> |

#### dan Reliabilitas

Uji coba dilakukan terlebih dahulu sebelum alat ukur digunakan untuk melihat validitas dan reliabilitas alat ukur sehingga aitem-aitem yang digunakan benar-benar layak untuk dipakai. Uji coba skala penelitian dilaksanakan pada 30 Juli 2025 pada 30 Mahasiswa Pendidikan Profesi Guru (PPG) di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bung Hatta.

#### 1. Validitas

Validitas merupakan tes akurat yang digunakan untuk membuktikan ketepatan dan kecermatan suatu instrumen dalam suatu penelitian (Azwar, 2017:148). Apabila pengukuran yang dilakukan oleh peneliti melalui validitas tinggi akan menghasilkan data yang valid dan jelas sehingga mampu memberi suatu gambaran dari variabel yang sesuai dengan tujuan pengukuran pada penelitian terkait (Sugiyono, 2023:176). Koefisien validitas memiliki makna jika rentan

angka dari 0.00 sampai 1.00 dan batas minimum koefisien korelasi sudah dianggap memuaskan jika  $r = 0.30$  (Sugiyono, 2019:180). Uji validitas butir skala *problem focused coping* dan *academic burnout* ini menggunakan bantuan program *Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 20.0 for windows*.

a. Analisis aitem instrumen *problem focused coping*

**Tabel 3.6**  
**Blueprint Skala *Problem Focused Coping* Setelah Uji Coba**

| No           | Aspek                                                          | Favorable  | Unfavorable | Jumlah    |
|--------------|----------------------------------------------------------------|------------|-------------|-----------|
| 1            | Pemecahan masalah terencana ( <i>Planful problem solving</i> ) | 1, 2, 3, 4 | 5*, 6, 7, 8 | 7         |
| 2            | <i>Coping</i> konfrontatif ( <i>Confrontive coping</i> )       | 9, 10, 11  | 12, 13, 14  | 6         |
| 3            | Pencarian dukungan sosial ( <i>Seeking social support</i> )    | 15, 19, 20 | 16, 17, 18* | 5         |
| <b>Total</b> |                                                                |            |             | <b>18</b> |

**\*Angka yang berbintang adalah aitem gugur**

Berdasarkan hasil uji coba validitas melalui bantuan SPSS 20.0 *for windows*, diperoleh sebanyak 20 aitem dari skala *problem focused coping* yang dinyatakan valid yaitu: **1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20**. Skor *corrected item-total correlation* 0,316 - 0,572. kemudian terdapat 2 aitem yang tidak valid yaitu: **5, 8**. Skor *corrected item-total correlation* 0,259 - 0,276. Jadi instrumen penelitian yang digunakan untuk mengetahui *problem focused coping* ada sebanyak 18 aitem.

b. Analisis aitem instrumen *academic burnout*

**Tabel 3.7**  
**Blueprint Skala *Academic Burnout* Setelah Uji Coba**

| No           | Aspek                                                                                    | Favorable           | Unfavorable        | Jumlah    |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------|-----------|
| 1            | Kelelahan<br>( <i>Exhaustion</i> )                                                       | 1, 2, 3*            | 4, 5, 6            | 5         |
| 2            | Sinisme ( <i>Cynicism</i> )                                                              | 7, 8*, 9            | 10, 11, 12         | 5         |
| 3            | Penurunan efikasi profesional<br>( <i>Reduce of professional proffesional efficacy</i> ) | 13*, 14,<br>15, 16* | 17, 18, 19,<br>20* | 5         |
| <b>Total</b> |                                                                                          |                     |                    | <b>15</b> |

**\*Angka berbintang adalah aitem gugur**

Berdasarkan hasil uji coba validitas melalui bantuan SPSS 20.0 *for windows*, diperoleh sebanyak 20 aitem dari skala *academic burnout* yang dinyatakan valid yaitu: **1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 19**. Skor *corrected item-total correlation* 0,347 - 0,692. kemudian terdapat 5 aitem yang tidak valid yaitu: **3, 8, 13, 16, 20**. Skor *corrected item-total correlation* 0,088 - 0,271. Jadi instrumen penelitian yang digunakan untuk mengetahui *academic burnout* ada sebanyak 15 aitem.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah konsistensi suatu hasil ukur dari instrumen penelitian. Hasil penelitian dikatakan reliabel, bila terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda (Sugiyono, 2019:175). Pada penelitian ini menggunakan Teknik analisis reliabilitas *Alpha Cronbach* untuk mengukur konsistensi internal pada instrumen penelitian dengan bantuan *Cronbach's Alpha* pada SPSS 20.0 *for windows*. Hasil uji coba

instrumen *problem focused coping* dan *academic burnout* dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 3.8**  
**Hasil Uji Coba Reliabilitas Skala *Problem Focused Coping***

| Reliability Statistics   |                  |
|--------------------------|------------------|
| Cronbach's Alpha<br>,803 | N of items<br>18 |

**Tabel 3.9**  
**Hasil Uji Coba Reliabilitas Skala *Academic Burnout***

| Reliability Statistics   |                  |
|--------------------------|------------------|
| Cronbach's Alpha<br>,866 | N of items<br>15 |

Berdasarkan tabel 3.7 dan 3.8 dapat dilihat, skor koefisien reliabilitas skala *problem focused coping* sebesar  $r = 0,803$ . sedangkan koefisien reliabilitas skala *academic burnout* sebesar  $r = 0,866$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa skala *problem focused coping* dan *academic burnout* dapat diterima dan bernilai baik, sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur.

### G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data diarahkan untuk menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis yang telah dirumuskan pada proposal penelitian (Sugiyono, 2019:318). Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah Teknik korelasi *product moment* dari *pearson* untuk mengetahui korelasi antar variabel. Uji reliabilitas penelitian

menggunakan metode *Alpha Cronbach* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) 20.0 *for windows*.

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data variabel penelitian berdistribusi secara normal atau mendekati normal (Sugiyono, 2019:234). Uji normalitas ini menggunakan teknik uji *Kolmogorov Smirnov*. Pengujian dilakukan menggunakan program yaitu SPSS dengan taraf signifikansi 0,05. Sehingga, apabila hasil menunjukkan besar dari 0,05 maka data sebaran dapat dikatakan normal dan kecil dari 0,05 maka data tidak normal.

### 2. Uji Linieritas

Uji linearitas ini dilakukan dengan tujuan untuk dapat mengetahui apakah terdapat hubungan linear antara variabel terikat dengan variabel bebas pada penelitian ini. Uji linearitas ini dilakukan menggunakan *test for linearity* dengan bantuan SPSS 20,0 *for windows* dengan taraf signifikan 0,05 yang mana variabel akan dapat dikatakan mempunyai hubungan linear jika mempunyai nilai signifikansi pada linear kecil daripada 0,05.

### 3. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada korelasi negatif antara *problem focused coping* dengan *academic burnout* mahasiswa PPG Prajabatan di Universitas Negeri Padang. Perhitungan korelasi pada penelitian ini menggunakan teknik

korelasi Pearson dan uji hipotesis ini dibantu dengan dengan program *Statistical Package for The Social Science* (SPSS) versi 20.0 *for windows*. dengan ketentuan nilai signifikansi  $< 0.05$ . jika nilai signifikansi yang didapat berada pada taraf  $< 0.05$  maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

