

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah metode yang dipakai peneliti agar mendapatkan jawaban masalah yang diajukan (Arikunto, 2019). Adapun metode pada penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*, adalah metode untuk mendeskripsikan peristiwa yang terjadi saat ini.

B. Variabel Penelitian

Variabel merupakan sebuah perilaku atau karakteristik yang dapat memberikan nilai yang berbeda terhadap sesuatu seperti manusia dan benda yang dimiliki suatu anggota kelompok. Variabel dapat dikarakteristikan sebagian derajat, jumlah dan perbedaan (Nursalam, 2017). Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu *burnout* mahasiswa tingkat I pada masa pembelajaran daring dengan subvariabel: emosi, fisik, motivasi, dan kognitif.

C. Definisi Konseptual dan Operasional

1. Definisi Konseptual

Definisi konseptual merupakan bentuk penelitian yang menjelaskan mengenai karakteristik dari sesuatu masalah yang akan diteliti (Nursalam, 2017). Berdasarkan landasan teori yang telah disebutkan di atas dapat dikemukakan mengenai definisi konseptual dari penelitian ini yaitu *burnout*. *Burnout* adalah suatu gangguan kegiatan seseorang yang menggabungkan perasaan tidak percaya diri karena menurunnya sebuah prestasi, depresi, dan kelelahan emosional (Bianchi et al, 2019).

2. Definisi Operasional

Operasional merupakan perintah bagaimana tatacara mengukur variabel yang sudah diartikan secara terkonsep (Nursalam, 2017). Adapun definisi operasional pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel/ Subvaria bel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Pengukur An	Hasil Ukur	Skala
<i>Burnout</i> pada mahasiswa selama kuliah daring	Kondisi mahasiswa pada saat mengalami kelelahan secara fisik dan emosi karena banyaknya tugas atau pekerjaan yang harus diselesaikan.	Kuisisioner	Kuesioner ini mengguna kan skala likert yang terdiri dari 86 pertanyaan yang berisi tentang indikator persepsi yang meliputi adanya respons dari rangsanga n yang diterima	1. Menentukan skor tertinggi dan terendah Skor tertinggi = 4 x jumlah item Skor terendah = 1x jumlah item 2. Menghitung <i>mean</i> ideal (M) $M = \frac{1}{2}$ (skor tertinggi + skor terendah) 3. Menghitung standar deviasi (SD)	Ordina 1
a.Burnout emosi pada mahasiswa	Perasaan mahasiswa ketika merasa gagal dalam belajar, merasa di kejar-kejar waktu, mudah				

	cemas, mengalami ketakutan berlebih		serta sistem penilaian seseorang akan berpengar uh terhadap rangsanga n yang diberikan. Jawaban kuesioner mengguna kan skala likert dengan jawaban responden terdiri dari 4 jawaban yang akan -diberikan poin 4 apabila responden menjawab sangat setuju (SS) -diberikan point 3	SD = $\sqrt{(\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah})}$ (Azwar,2013)	
b.Burnout fisik pada mahasiswa	Kondisi pada saat mahasiswa merasa lelah dan letih setiap hari, mengalami gangguan makan, sulit tidur, mudah sakit				
c.Burnout kognitif pada mahasiswa	Kondisi pada saat mahasiswa merasa kehilangan gairah dan kekuatan untuk belajar, terbebani dengan banyak tugas belajar, kesulitan berkonsentrasi dan mudah lupa dalam				

	belajar, kehilangan makna dan harapan dalam belajar		apabila menjawab setuju (S) -diberikan point 2 apabila responden menjawab tidak setuju (TS) -diberikan poin 1 apabila responden menjawab sangat tidak setuju (STS)		
d.Kehilangan motivasi pada mahasiswa	Kondisi pada saat mahasiswa merasa kehilangan semangat belajar, mudah menyerah atau putus asa, mengalami ketidakpuasan dalam belajar, kehilangan minat belajar				

D. Instrumen Penelitian

Instrumen kuesioner merupakan alat yang dipakai untuk mengukur nilai variabel yang diteliti, sehingga jumlah instrument yang dipakai pada penelitian bergantung ke jumlah variabel yang diteliti (Sugiyono, 2017) Instrumen pada penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner, angket atau kuesioner merupakan pengumpulan data secara formal terhadap subjek untuk menjawab beberapa pertanyaan secara tertulis (Nursalam, 2017). Kuesioner tersebut akan diberikan kepada seluruh responden, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat *burnout* pada mahasiswa.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data yang tepat dengan memakai skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk mengukur persepsi,

pendapat, dan sikap individu atau sekelompok orang tentang kejadian sosial (Steven, 2020). Instrument ini juga disusun berdasarkan aspek-aspek *burnout* belajar atau kejenuhan belajar yang meliputi kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif, dan kehilangan motivasi, peneliti menyusun rancangan kisi-kisi instrumen yang sudah ada yang dibuat oleh Mubiar Agustin dalam Ita Vitasari yang sudah di uji validitas.

Tabel 3.2 Kisi-kisi Skala Burnout Belajar

No	Aspek	Indikator	Jumlah pernyataan	No item
1.	Burnout emosi	1. Merasa gagal dalam belajar	5	1-5
		2. Merasa bersalah dan menyalahkan	5	6-10
		3. Merasa dikejar-kejar waktu	5	11-15
		4. Mudah marah dan benci	5	16-20
		5. Mudah cemas	5	21-25
		6. Mudah kehilangan kendali diri dalam belajar	5	26-30
		7. Mengalami ketakutan berlebih	5	31-35
2.	Burnout fisik	1. merasa lelah dan letih setiap hari	4	36-29
		2. Mudah sakit	1	40
		3. Sulit tidur	2	41-42
		4. Mengalami gangguan makan	2	43-44
		5. Menggunakan obat-obatan	0	
		6. Jantung sering berdebar-debar dengan keras	2	45-46

3.	Burnout kognitif	1. Enggan membantu dalam kegiatan belajar	3	47-49
		2. Kehilangan makna dan harapan dalam belajar	3	50-52
		3. Kehilangan gairah dan kekuatan untuk belajar.	3	53-55
		4. Merasa terjebak dalam belajar	4	56-59
		5. Kesulitan berkonsentrasi dan mudah lupa dalam belajar	3	60-62
		6. Terbebani dengan banyak tugas belajar	3	63-65
		7. Merasa rendah diri	3	66-68

4.	Kehilangan motivasi	1.Kehilangan idealisme dalam belajar	3	69-71
		2.Kehilangan semangat belajar	4	72-75
		3. Mudah menyerah	3	76-78
		4.Mengalami ketidakpuasan dalam belajar	3	79-81
		5. Kehilangan minat belajar	5	82-86

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian merupakan subjek (misalnya manusia atau klien) dengan kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2017). Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa tingkat I di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung yang berjumlah 177 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian populasi terjangkau yang dapat digunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling, sedangkan sampling adalah proses seleksi porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi yang ada (Nursalam, 2016). Sampel pada penelitian ini sebanyak 177 orang dengan menggunakan total sampling yang dimana jumlah sampel sama dengan populasi.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yaitu hal yang penting dalam mencapai tujuan pokok penelitian, yaitu menjawab pertanyaan penelitian yang mengungkapkan peristiwa. Data mentah yang sudah didapat, tidak bisa menggambarkan informasi yang diinginkan untuk menjawab masalah penelitian (Nursalam, 2017). Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan secara online menggunakan kuesioner.

Adapun beberapa alasan mengenai pemilihan kuesioner sebagai metode pengumpulan data sebagai berikut.

1. Tidak perlu hadirnya peneliti dan dapat dibagikan secara serentak.
2. Dapat dijawab sesuai waktu dan kecepatan responden.
3. Angket adalah metode yang terjangkau kapasitas responden serta lebih banyak menghemat waktu penelitian
4. Subjek merupakan orang yang lebih tahu dirinya sendiri sehingga dapat memperoleh data dari subjek yang bersangkutan.
5. Dapat dibuat terstandar sehingga semua pertanyaan responden sama

G. Validitas dan Reabilitas

1. Uji Validitas

Validitas merupakan suatu pengamatan dan pengukuran yang artinya berprinsip keandalan instrumen dalam mengumpulkan data. Instrumen dapat diukur oleh apa yang seharusnya diukur (Nursalam, 2017). Uji validitas pada penelitian ini menggunakan program komputer *IBM SPSS Statistic*. Validitas instrumen *burnout* belajar menggunakan instrumen milik Mubiar Agustin dalam Ita Vitasari yang sudah diketahui nilai koefisien item valid sebesar 0,914 dengan jumlah item sebanyak 86.

2. Uji Reliabel

Uji Reliabel merupakan kesamaan dari hasil pengukuran atau pengamatan bila terdapat fakta atau kenyataan hidup diukur atau diamati berulang-ulang dalam waktu yang barlainan (Nursalam, 2017). Metode yang digunakan dalam uji reabilitas adalah *alpha cronbach* dengan nilai *r alpha* 0,6 lebih besar *r* tabel maka dikatakan reliabel. Perhitungan reabilitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan program komputer *IBM SPSS Statistic*. Reliabilitas instrumen *burnout* belajar menggunakan instrumen milik Mubiar Agustin dalam Ita Vitasari pula yang sudah diketahui nilai koefisien item reliabel sebesar 0,862.

H. Teknik Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan proses untuk mendapatkan data pada setiap variabel penelitian yang akan dianalisis. (Aedi, 2010).

2. *Editing*

Editing merupakan data yang sudah terkumpul dari hasil kuesioner yang jawabannya sudah lengkap.

3. *Coding*

Coding merupakan membuat lembar kode yang berisi tabel dibuat sesuai dengan data yang telah diambil dari alat ukur yang digunakan. *Coding* dibuat untuk mempermudah pengolahan.

4. *Prosesing*

Processing merupakan suatu proses dimana semua kuesioner sudah diisi dengan benar dan sudah dikode. Selanjutnya, jawaban responden pada kuesioner tersebut akan

dimasukan ke dalam aplikasi program komputer *IBM SPSS statistic* untuk diolah data.

5. Analisis Data

Analisis univariat yaitu analisis yang dilakukan satu variabel atau masing-masing variabel yang bertujuan untuk mengetahui karakter dari variabel tersebut (Yuvalianda, 2020). Pada penelitian ini variabel yang akan diuji menggunakan analisis univariat karena hanya terdapat satu variabel saja yaitu tingkat *burnout* pada mahasiswa Universitas ‘Aisyiyah Bandung. Adapun rumus yang digunakan dalam analisis univariate adalah sebagai berikut.

1. Menentukan skor tertinggi dan terendah

Skor tertinggi = 4 x jumlah item

Skor terendah = 1x jumlah item

2. Menghitung mean ideal (M)

$M = \frac{1}{2} (\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah})$

3. Menghitung standar deviasi (SD)

$SD = \frac{1}{6} (\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah})$

Hasil penghitungan tersebut digunakan untuk menentukan kategorisasi pada masing-masing variabel dengan menggunakan ketentuan sebagai berikut:

Tinggi : $X \geq (\mu + \sigma, \mu + 2\sigma)$

Sedang : $(\mu - \sigma, \mu + \sigma) \leq X < (\mu + \sigma, \mu + 2\sigma)$

Rendah : $X < (\mu - \sigma, \mu + \sigma)$

Keterangan :

X : Jumlah skor tes

μ : Mean ideal

σ : Standar deviasi

I. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian merupakan tahapan yang digunakan sebagai alat untuk mengumpulkan data dan menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian. Pada prosedur penelitian ini, penulis membahas tentang metode dan teknik pengumpulan data, populasi dan sample penelitian, penyusunan alat pengumpul data, langkah - langkah pengumpul data dan prosedur pengolahan data.

Langkah penelitian, supaya lebih tersusun, penelitian ini terdiri dari tiga tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir.

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan merupakan langkah awal dari penelitian. Tahap persiapan dilakukan pada bulan Maret 2021. Pada prosedur persiapan ini peneliti mengajukan judul beserta jurnal-jurnal pendukung sebagai referensi kepada dosen pembimbing. Lalu peneliti membuat surat izin pendahuluan dari Universitas ‘Aisyiyah Bandung yang akan ditujukan kepada Universitas ‘Aisyiyah Bandung.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan langkah inti. Sudah mendapatkan surat uji etik keperawatan kemudian peneliti meminta surat izin penelitian yang akan dilaksanakan di Universitas ‘Aisyiyah Bandung. Lalu untuk pengisian kuisioner tingkat burnout nya dilakukan secara daring dengan menggunakan google form.

3. Tahap Akhir

Setelah semua data terkumpul maka peneliti akan mengolah data. Selanjutnya peneliti langsung menganalisis data untuk dijadikan sebuah laporan dan mendokumentasikannya.

J. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan secara daring di Fakultas Universitas ‘Aisyiyah Bandung yang bertempat di Jalan K.H.A. Dahlan Dalam No. 6 Bandung. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli sampai dengan Agustus 2021.

K. Etika Penelitian

Prinsip etika dalam penelitian atau pengumpulan data juga dapat dibedakan menjadi tiga bagian, yakni prinsip manfaat, prinsip menghargai hak subjek, dan prinsip keadilan (Nursalam, 2017). Berikut merupakan etika dalam penelitian.

1. Prinsip Manfaat

- a. Bebas dari penderitaan: penelitian dapat dilaksanakan tanpa mengakibatkan penderitaan terhadap subjek, apabila khususnya melakukan tindakan khusus.
- b. Bebas dan Eksploitasi: partisipasi dalam subjek penelitian harus terhindar dari keadaan yang tidak menguntungkan, karena subjek harus yakin bahwa partisipasi dalam penelitian dan informasi yang diberikan tidak dapat di pergunakan dalam hal yang bisa merugikan subjek.
- c. Risiko: peneliti harus berhati-hati dalam mempertimbangkan baik risiko maupun keuntungan yang dapat berakibat kepada subjek disetiap tindakannya.

2. Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia

- a. Hak untuk Ikut atau Tidak menjadi Responden : subjek harus dilayani secara manusiawi dan mempunyai hak untuk mengambil keputusan apakah bersedia sebagai subjek atau tidak.
- b. Hak untuk Mendapatkan Jaminan dari Perlakuan yang Diberikan: peneliti harus menjelaskan maksud dan tujuan yang akan diteliti secara rinci dan bertanggung jawab jika terjadi sesuatu terhadap subjek.
- c. *Informed Consent*: subjek harus mendapatkan informasi lengkap mengenai tujuan penelitian yang akan dilaksanakan dan memiliki hak untuk berpartisipasi ataupun menolak menjadi responden. Dalam informed consent perlu mencantumkan bahwa data yang telah diperoleh akan digunakan untuk pengembangan ilmu.yang berkaitan dengan kesembuhannya jika mereka adalah seorang klien.

3. Prinsip Keadilan

- a. Hak agar Mendapatkan Pengobatan yang Adil: subjek harus dilayani dengan baik sebelum, selama maupun sesudahnya keikut sertaannya tanpa adanya diskriminasi, perilaku kepada responden tidak dibedakan antara jenis kelamin laki-laki dengan perempuan atau kelas reguler dengan kelas karyawan.
- b. Hak dijaga Kerahasiaannya: subjek memiliki hak untuk meminta datanya dijaga atau dirahasiakan, maka dari itu perlu adanya rahasia (*confidentiality*).