

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung pada lansia yang tinggal di sana. Dalam penelitian ini melibatkan 5 Wisma yang ada di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung yaitu Wisma Dahlia, Wisma Mawar, Wisma Tulip, Wisma Melati dan Wisma Krisan, dari masing-masing Wisma akan dibagi dalam dua kelompok penelitian yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen dengan memberikan perlakuan berupa terapi SEFT dan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung merupakan salah satu lembaga pembinaan khusus anak yang berlokasi di jalan Panglima Jendral Sudirman V/43 Tulungagung (66212), Jawa Timur telah resmi didirikan sejak tahun 1938 melalui Surat Keputusan Menteri Sosial dan ditindak lanjuti dengan keputusan Gubernur No. 51 Tahun 2003 tentang fungsi dan tugas Unit Pelaksana Teknis Dinas Sosial (UPS) ada di bawah Panti Sosial Tresna Werda (PSTW) Wlingi, Blitar. Dengan adanya PERGUB No. 119 tahun 2008, tentang organisasi dan tata kerja Unit Pelaksana Teknis Sosial Lanjut Usia Blitar yang berada di Tulungagung. Merupakan seksi bimbingan dan pembinaan lanjut dari UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia

Blitar di Tulungagung, lokasi UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung sangat strategis, sehingga dapat diakses dari manapun.

UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung memiliki fasilitas menunjang kegiatan lansia seperti tempat ibadah, lapangan, aula, wisma dan taman yang luas, ruang besuk, Pos Satpol PP dan kantor para pegawai. UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung mengadakan kegiatan rutin setiap minggu meliputi senam, bimbingan agama, cek kesehatan, dan sosialisasi-sosialisasi pembekalan di hari tua yang menampung kebutuhan lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung.

## 2. Deskripsi Data

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen menggunakan desain grup *Pretest-Posttest Control Group Design*, yaitu Pada desain penelitian ini, dilakukan dengan *pre-test* sebelum perlakuan diberikan dan *post-test* sesudahnya, sekaligus ada kelompok perlakuan (eksperimen) dan kontrol.<sup>1</sup> Dengan intervensi terapi SEFT pada kelompok eksperimen.

Pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan setiap satu kali sehari selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15 menit per-responden. Kemudian 3 hari setelah pemberian terapi dilakukan lagi *post test* untuk mengukur sampai sejauh mana keefektifan terapi SEFT dalam mengurangi tingkat amarah pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut

---

<sup>1</sup> Latipun, *Psikologi Eksperimen*, (Malang: UMM Press, 2006), hlm. 116

Usia Blitar di Tulungagung, dan untuk membedakan antara kelompok yang diberikan perlakuan dengan yang tidak diberikan perlakuan.

Data yang sudah dikumpulkan dalam penelitian ini akan dianalisis untuk mengetahui deskripsi terapi SEFT terhadap tingkat amarah lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung. Dalam hal ini analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif.

**Tabel 4.1**

**Penggolongan Kriteria Analisis berdasar Mean Hipotetik**

No.	Interval	Klasifikasi
1.	$X < (M - 1,0 \delta)$	Rendah
2.	$(M - 1,0 \delta) \leq X \leq (M + 1,0 \delta)$	Sedang
3.	$(M + 1,0 \delta) < X$	Tinggi

Keterangan:

M = Mean Hipotetik

$\delta$  = Standar Deviasi

X = Skor

Deskripsi diatas memberikan gambaran mengenai distribusi skor angket pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang akan dijadikan subyek penelitian.

Dari pengelolaan kriteria analisis berdasarkan mean hipotetik yang sudah ada pada tabel 4.2, diperoleh gambaran umum dari tingkat amarah sebagai berikut:

$$\text{Jumlah item} = 43$$

$$\text{Skor tertinggi} = 43 \times 4 = 172$$

$$\text{Skor teoretik} = 43 \times 1$$

$$\text{Mean teoritik} = (\text{Skor tertinggi} + \text{Skor terendah}) : 2$$

$$= (172 + 43) : 2$$

$$= 107,5$$

$$\text{Standar Deviasi} = (\text{Skor tertinggi} - \text{Skor terendah}) : 6$$

$$= (172 - 43) : 6$$

$$= 21,5$$

Perhitungan gambaran umum tingkat intensitas diperoleh  $\mu = 107,5$  dan  $SD = 21,5$ . Selanjutnya diperoleh hasil frekuensi tingkat intensitas merokok dari perhitungan di atas sebagai berikut:

$$\text{Mean} - 1,0 \text{ SD} = 107,5 - 1,0 (21,5) = 86$$

$$\text{Mean} + 1,0 \text{ SD} = 107,5 + 1,0 (21,5) = 129$$

**Tabel 4.2**

**Distribusi Frekuensi Tingkat Amarah**

No.	Klasifikasi	Interval	$\Sigma$ Frekuensi
1.	Rendah	$X < 86$	4
2.	Sedang	$86 < X < 129,5$	11
3.	Tinggi	$129,5 < X$	5

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat amarah rata-rata sedang.

### 3. Uji Instrumen

Sebelum melakukan pengambilan data peneliti melakukan uji coba terhadap instrumen kuesioner yang akan digunakan sebagai kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Dalam penelitian ini instrumen harus diuji terlebih dahulu kepada dosen ahli untuk mendapatkan persetujuan apakah instrumen yang dibuat sudah sesuai, kemudian dilakukan uji coba murni yaitu mengujicobakan instrumen terlebih dahulu kepada subyek uji coba yang mempunyai karakteristik sama dengan subyek penelitian.

Uji coba instrumen diberikan 20 lansia yang berada di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung. Setelah angket atau kuesioner diisi selanjutnya akan diolah untuk mengetahui item yang valid. Setelah item dipilah mana yang tergolong tidak valid dan yang valid, kemudian dapat digunakan sebagai instrumen untuk mengumpulkan data penelitian.

#### a. Uji Validitas

Validitas bertujuan untuk mengukur sejauh mana instrumen tersebut mengukur apa yang ingin diukur.<sup>2</sup> Validitas angket dilakukan pada tanggal 22 juni kepada 20 responden di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung. Analisis validitas data uji coba angket tingkat amarah menggunakan teknik uji coba *Product Moment* dengan bantuan *SPSS versi 20.0 for Windows*.

---

<sup>2</sup>Ahmad Tanzeh, *Metode Penelitian...*, hal. 83

Kriteria pengujian validitas menggunakan *product moment*, sebagai berikut:<sup>3</sup>

- 1) Jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka instrumen dinyatakan valid.
- 2) Jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka instrumen dinyatakan tidak valid.

Berikut hasil hitungan dari uji validitas kuesioner tingkat amarah, sebagai berikut:

**Tabel 4.3**

**Hasil Hitungan Pengujian Validitas Instrumen Kuesioner Tingkat Amarah dengan menggunakan *Product Moment***

No. Item	Pearson Correlation	r Tabel (Sig.0,05)	Keterangan
Item 1	0,542	0,444	Valid
Item 2	0,244	0,444	Tidak Valid
Item 3	0,280	0,444	Tidak Valid
Item 4	0,671	0,444	Valid
Item 5	0,185	0,444	Tidak Valid
Item 6	0,623	0,444	Valid
Item 7	0,787	0,444	Valid
Item 8	0,601	0,444	Valid
Item 9	0,253	0,444	Tidak Valid
Item 10	0,721	0,444	Valid
Item 11	-0,478	0,444	Tidak Valid
Item 12	0,592	0,444	Valid
Item 13	-0,403	0,444	Tidak Valid
Item 14	0,154	0,444	Tidak Valid
Item 15	0,509	0,444	Valid
Item 16	0,248	0,444	Tidak Valid
Item 17	0,226	0,444	Tidak Valid
Item 18	0,765	0,444	Valid
Item 19	0,841	0,444	Valid
Item 20	0,831	0,444	Valid
Item 21	0,725	0,444	Valid
Item 22	0,271	0,444	Tidak Valid
Item 23	0,773	0,444	Valid

<sup>3</sup> Tulus Winarsunu, *Statistik dalam...* hal. 71

Item 24	0,764	0,444	Valid
Item 25	0,719	0,444	Valid
Item 26	0,714	0,444	Valid
Item 27	0,649	0,444	Valid
Item 28	0,782	0,444	Valid
Item 29	0,686	0,444	Valid
Item 30	0,756	0,444	Valid
Item 31	-0,078	0,444	Tidak Valid
Item 32	0,322	0,444	Tidak Valid
Item 33	0,470	0,444	Valid
Item 34	0,309	0,444	Tidak Valid
Item 35	0,592	0,444	Valid
Item 36	0,770	0,444	Valid
Item 37	0,728	0,444	Valid
Item 38	0,774	0,444	Valid
Item 39	0,686	0,444	Valid
Item 40	0,885	0,444	Valid
Item 41	0,795	0,444	Valid
Item 42	0,754	0,444	Valid
Item 43	0,784	0,444	Valid
Item 44	0,429	0,444	Tidak Valid
Item 45	0,640	0,444	Valid
Item 46	0,703	0,444	Valid
Item 47	0,801	0,444	Valid
Item 48	0,758	0,444	Valid
Item 49	0,680	0,444	Valid
Item 50	0,522	0,444	Valid
Item 51	0,837	0,444	Valid
Item 52	0,666	0,444	Valid
Item 53	0,488	0,444	Valid
Item 54	0,514	0,444	Valid
Item 55	0,422	0,444	Tidak Valid
Item 56	0,776	0,444	Valid
Item 57	-0,409	0,444	Tidak Valid
Item 58	0,748	0,444	Valid
Item 59	0,867	0,444	Valid
Item 60	-0,511	0,444	Tidak Valid
<b>Jumlah item valid</b>			<b>43</b>
<b>Jumlah item tidak valid</b>			<b>17</b>

Sumber: Output SPSS 20.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa, sebuah item dapat dikatakan valid apabila hasil  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dengan (sig. 0.5). Untuk menentukan nilai dari  $r_{tabel}$  (sig. 0,05) dapat dilihat pada tabel *r product moment* dengan jumlah data (N) = 20 pada bagian lampiran diketahui  $r_{tabel}$  sebesar 0,444.<sup>4</sup> Sehingga item dari skala tingkat amarah yang terdiri dari 60 item, terdapat 43 item yang dinyatakan valid dan 17 item yang dinyatakan tidak valid atau gugur dan tidak digunakan untuk penelitian.

Adapun hasil uji validitas kuesioner tingkat amarah, sebagai berikut:

**Tabel 4.4**

**Hasil Uji Validitas Kuesioner Tingkat Amarah**

No	Aspek	Pernyataan				Jumlah
		Favorabel		Unfavorabel		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	<b>Biologis</b>	4, 6, 12, 38, 39	2	33, 35, 36, 37	32, 34	<b>12</b>
2.	<b>Emosional</b>	29, 30, 40, 42, 43	31	1, 15, 41	3, 5, 9	<b>12</b>
3.	<b>Intelektual</b>	24, 45, 46, 47, 48, 49	-	25, 26, 27, 28	17, 44	<b>12</b>
4.	<b>Sosial</b>	7, 54, 58, 59	57, 60	21, 23, 56	11, 13, 22	<b>12</b>
5.	<b>Spiritual</b>	8, 10, 18, 20	14, 16	19, 50, 51, 52, 53	55	<b>12</b>
<b>Jumlah</b>		<b>24</b>	<b>6</b>	<b>19</b>	<b>11</b>	<b>60</b>

b. Uji Reliabilitas

<sup>4</sup>Tulus Winarsunu, *Statistik Dalam Penelitian...*, hlm. 321



Sebagai persyaratan kedua dari instrumen pengumpulan data adalah realibilitas.<sup>5</sup> Reliabilitas adalah alat untuk mengukur sejauh mana instrumen tersebut dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik.<sup>6</sup> Dalam penelitian ini uji reliabilitas untuk alternatif jawaban yang lebih dari dua dilakukan dengan menggunakan uji *cronbach's alpha* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20.0. Adapun hasil hitungan dari uji reliabilitas kuesioner tingkat amarah sebanyak 43 item, sebagai berikut:

**Tabel 4.5**

**Hasil Hitungan Pengujian Reliabilitas Instrumen Kuesioner Tingkat Amarah dengan menggunakan *Alpha Cronbach***

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,975	43

*Sumber: Output SPSS 20.0*

Dari tabel *output* di atas, diketahui bahwa nilai *alpha* sebesar 0,975 kemudian nilai ini dibandingkan dengan tabel 4.4 nilai koefisien *alpha*. Angket tersebut dinyatakan reliabel dalam kategori tinggi. Menurut Arikunto interpretasi reliabilitas didasarkan pada tabel berikut:<sup>7</sup>

<sup>5</sup> Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian...*, hal. 168

<sup>6</sup> *Ibid...*, hal. 221

<sup>7</sup> *Ibid.*, hlm. 319

**Tabel 4.6*****Kriteria Reliabilitas***

<b>Nilai Reliabilitas <i>r</i></b>	<b>Kriteria</b>
Antara 0,000 sampai 0,200	Sangat Rendah (tidak berkorelasi)
Antara 0,200 sampai 0,400	Rendah
Antara 0,400 sampai 0,600	Agak rendah
Antara 0,600 sampai 0,80	Cukup
Antara 0,800 sampai 1,00	Tinggi

**4. Uji Asumsi Dasar**

## a. Uji normalitas

Melalui uji normalitas, sebuah data hasil penelitian dapat diketahui bentuk distribusi data

**Tabel 4.7****Hasil Hitung Uji Normalitas *Pre Test* dan *Post Test*****Menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov*****Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Statistic	df	Sig.
Pre-test	,101	20	,200*

- 1)  $H_0$ : Distribusi populasi normal, jika probabilitas  $> 0,05$ ,  $H_0$  diterima
- 2)  $H_1$ : Distribusi populasi tidak normal, jika probabilitas  $< 0,05$ ,  $H_0$  ditolak.<sup>8</sup>

Dari output di atas, diperoleh statistik *pre-test* dan *post-test* sebesar 0,101 dan 0,146, untuk *Kolmogorov-Smirnov* nilai Sig. Atau  $p\text{-value} = 0,200 > 0,05$  dan  $0,200 > 0,05$ , maka  $H_0$  diterima atau signifikan. Dengan demikian, data populasi dari tingkat amarah lansia berdistribusi normal.

b. Uji homogenitas

Setelah diketahui tingkat kenormalan data, maka selanjutnya dilakukan uji homogenitas. Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui tingkat kesamaan di beberapa bagian sampel, yakni seragam tidaknya variansi sampel-sampel yang diambil dari populasi yang sama.<sup>9</sup> Varians dalam penelitian ini ada dua, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Perbandingan harus melibatkan kelompok-kelompok yang homogen sehingga dapat diklaim perbedaan antara kelompok setelah pemberian perlakuan.<sup>10</sup> Dalam penelitian ini menggunakan uji homogenitas dengan *one way anova* dengan menggunakan SPSS versi 20. Hasil perhitungan dari uji homogenitas dapat dilihat dalam tabel berikut:

---

<sup>8</sup> Kadir, *Statistik Terapan: Konsep, Contoh dan Analisis Data dengan Program SPSS/Lisrel dalam Penelitian*, (Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2015), Cet. 2, hal. 157

<sup>9</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian...*, hal. 363-364

<sup>10</sup> Purwanto, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi dan Pendidikan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), hal. 295.

**Tabel 4.8**  
**Hasil Hitung Uji Homogenitas *Pre Test* dan *Post Test***  
**Menggunakan *One Way Anova***  
**Test of Homogeneity of Variances**

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1,291	1	38	,263

*Sumber: Output SPSS 20.0*

Dari perolehan hasil uji statistik di atas diperoleh  $F = 1,291$ ;  $df_1 = 1$ ;  $df_2 = 38$ ; dan  $p\text{-value} = 0,263 > 0,05$  atau  $H_0$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, skor dari hasil pengisian kuesioner atau angket tingkat amarah pada saat *pre test* dan *post test* memiliki varian yang homogen atau sama

## **B. Pengujian Hipotesis**

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hipotesis mana yang dapat diterima dalam penelitian ini. Adapun hipotesis dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1.  $H_a$  : Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) efektif dalam menurunkan tingkat amarah lansia di UPT pelayanan sosial lanjut usia Blitar di Tulungagung.
2.  $H_0$  : Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) tidak efektif dalam menurunkan tingkat amarah lansia di UPT pelayanan sosial lanjut usia Blitar di Tulungagung.

Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan beberapa tahapan, yaitu:

### 1. Uji beda kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Untuk mengetahui perbedaan dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang telah melakukan *pre test* dan *post test* maka harus terlebih dahulu melewati uji beda antara kedua kelompok tersebut dengan menggunakan uji *mann whitney*. Namun sebelum diuji *mann whitney* hasil *pre test* dan *post test* harus dianalisis terlebih dahulu dengan skor gain (*gain actual*) untuk mencari selisih dari skor *pre test* dan *post test* dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol seperti yang ada di tabel 4.7, berikut.

**Tabel 4.9**

**Rekapitulasi Hasil Hitung Kuesioner Tingkat Amarah  
pada saat *Pre Test*, *Post Test* dan *Gain Score***

No.	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	<i>Gain Score</i>	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	<i>Gain Score</i>
1.	130	63	67	108	110	2
2.	148	78	70	120	117	3
3.	81	96	15	111	112	1
4.	144	85	59	106	109	3
5.	121	91	30	76	79	3
6.	106	89	17	60	61	1
7.	137	83	54	114	116	2
8.	132	79	53	115	113	2
9.	91	80	11	98	97	1
10.	85	79	6	95	96	1

Dari hasil hitung *gain score* yang dapat dilihat pada tabel 4.7 diatas, yang kemudian diuji dengan menggunakan teknik analisis *mann whitney*. Dalam penelitian ini teknik analisis data dihitung dengan menggunakan bantuan program komputer *SPSS (Statistical Package for Social Science)* versi 20. Adapun hasil hitung uji beda dari nilai *gain score* kelompok eksperimen dan kelompok pembanding dengan menggunakan *mann whitney*, sebagai berikut:

**Tabel 4.10**  
**Uji Beda Nilai *Gain Score* Sampel Penelitian**  
**Menggunakan *Mann Whitney***  
**Test**

Statistics <sup>a</sup>	Skor
Mann-Whitney U	0,000
Wilcoxon W	55.000
Z	-3.805
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable:

kontrol

b. Not corrected for ties.

Terlihat bahwa pada kolom Exact. Sig. (2-tailed)/significance untuk uji dua sisi adalah 0,000 atau probabilitas di bawah 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) maka ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen

yang diberikan perlakuan terapi dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi.

## 2. Uji beda *pre test* dan *post test* dari kelompok eksperimen

Untuk mengetahui perbedaan pengisian kuesioner tingkat amarah pada saat *pre test* dan *post test* dari kelompok eksperimen maka digunakannya teknik analisis uji *wilcoxon signed ranks test*, karena untuk mengukur signifikansi perbedaan skor *pre test* dan *post test* sebelum dan sesudah eksperimen dilakukan.

**Tabel 4.11**

### **Uji Beda *Pre Test* dan *Post Test* Kelompok Eksperimen**

#### **Menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test***

##### **Test Statistics<sup>a</sup>**

	posttest - pretest
Z	-2,497 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,013

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Dari hasil perhitungan diatas menunjukkan bahwa probabilitas (Asymp.Sig) < 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sedangkan jika probabilitas (Asymp.Sig) > 0,05 maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Pada tabel diatas dapat dilihat nilai probabilitas (asymp.Sig) sebesar 0,013 karena nilai asymp. Sig (2-tailed) < 0,05 atau 0,013 < 0,05 atau  $H_0$  ditolak, maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji

*wilcoxon signed ranks* dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan nilai *pre test* dan *post test* yang signifikan pada pengisian kuesioner tingkat amarah oleh kelompok eksperimen, sehingga terapi SEFT efektif untuk menurunkan tingkat amarah lansia.

### 3. Persentase tingkat efektivitas terapi SEFT terhadap tingkat amarah

Regresi linier adalah hubungan secara linier antara variabel independen dengan variabel dependen. Analisis ini untuk memprediksi atau meramalkan sejauhmana pengaruh variabel X terhadap variabel Y.<sup>11</sup> Berikut tabel hasil regresi linier:

**Tabel 4.12**  
**Sumbangan Efektif Regresi Linier**  
***Pre Test* dan *Post Test* Kelompok Eksperimen**

<b>Model Summary</b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,703 <sup>a</sup>	,494	,466	18.780

a. Predictors: (Constant)

Dari hasil uji regresi linier di atas dapat ditarik kesimpulan, bahwa *R Square* 494 atau 49,4%, tandanya efektivitas terapi SEFT dalam menurunkan tingkat amarah sebesar 49,4% berhasil

---

<sup>11</sup> Nanang Martono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*, (Jakarta: Rajaawali Pers, 2014), hal. 201.



menurunkan tingkat amarah, sedangkan sisanya 50,6% dipengaruhi faktor lainnya.

Berikut tabel ringkasan setelah dilakukan beberapa tahapan pengujian data penelitian yang didapat dilapangan

**Tabel 4.13**

**Ringkasan Hasil Hitung Pengujian Hipotesis**

No.	Tujuan	Teknik analisis	Hasil	Keterangan
1.	Uji beda antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol	<i>Mann Whitney</i>	0,000 < 0,05	Terdapat perbedaan yang signifikan
2.	Uji beda nilai <i>pre test</i> dan <i>post test</i> dari kelompok eksperimen	<i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	0,013 < 0,05	Terdapat perbedaan yang signifikan
3.	Menghitung Persentase efektivitas terapi SEFT dalam menurunkan tingkat amarah	Sumbangan Efektif Regresi Linier	0,494 atau 49,4%,	Efektivitas terapi SEFT sebesar 49,4%

Berdasarkan pada hasil pengujian hipotesis diatas maka dapat ditarik kesimpulan, bahwa dalam penelitian ini H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>a</sub> diterima. Artinya, terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) efektif dalam menurunkan tingkat amarah lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung.