

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiono, penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, tehnik pengambilan biasanya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.¹

Sedangkan David O. Scars menyebutkan bahwa eksperimen adalah metode pengumpulan data melalui pengukuran dua atau lebih kondisi yang berada dalam kasus khusus, kemudian menugaskan individu untuk merasakan kondisi yang berlainan tersebut dan mengukur perilaku setiap individu yang ada dalam kondisi tersebut.²

Sedangkan menurut Nazir mendefinisikan metode penelitian eksperimen sebagai metode penelitian yang dilakukan dengan mengadakan manipulasi terhadap objek penelitian serta adanya

¹Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: CV Alfabeta, 2010), hlm. 13

² Slamet Santoso, *Teori-teori Psikologi Sosial*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2014), hlm.

kontrol. Metode ini pada umumnya dilakukan dalam penelitian ilmu-ilmu eksakta. Meskipun demikian, metode eksperimen dalam ilmu-ilmu sosial akhir-akhir ini semakin banyak yang menggunakannya.³

Jadi dapat kita simpulkan dari beberapa pernyataan diatas, bahwa penelitian eksperimen adalah jenis penelitian yang digunakan untuk menguji variabel satu dengan variabel yang lainnya.

Eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi experimental*). Dalam eksperimen semu terdapat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang memiliki karakteristik sama. Bedanya pada kelompok eksperimen diberi perlakuan khusus (variabel yang akan diuji akibatnya) sedang pada kelompok kontrol tidak diberi perlakuan, kemudian yang akan dibandingkan hasilnya dengan perlakuan eksperimen.⁴

2. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatifeksperimental dengan tujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh terapi dzikir dan relaksasi dalam menurunkan kecemasan menjelang persalinan pertama di puskesmas Ngantru Tulungagung.

Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari “suatu” yang dikenakan

³ Andi Prastowo, *Memahami Metode-metode...*, hlm. 143

⁴ Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT. Remaja Rosdakarya, 2013), hlm. 58

pada subyek selidik. Dengan kata lain penelitian eksperimen mencoba meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat.⁵

3. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah strategi atau rancangan yang digunakan untuk menjawab masalah penelitian agar hasilnya sesuai dengan keinginan atau harapan peneliti. Seperti yang diungkapkan oleh Christensen dalam Lische Seniati, desain penelitian eksperimental berperan penting terutama menyangkut dua hal yaitu menjawab masalah atau menguji hipotesis penelitian dan mengontrol variasi sistematis (VS).⁶

Dalam penelitian ini menggunakan desain eksperimen-kuasi, dapat pula disebut dengan eksperimen semu (quasi-experimental). Dalam bidang psikologi banyak digunakan desain eksperimen kuasi ini karena pertimbangan praktis dan etis.⁷ Desain kuasi memiliki banyak desain eksperimen, salah satunya akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu desain *The one-group pretest-posttest design*. Menurut Christensen dalam buku psikologi eksperimen desain ini disebut juga *before-after design*. Pada desain ini di awal penelitian dilakukan pengukuran terhadap VT (Variabel Terikat) yang telah dimiliki subjek. Setelah

⁵ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2010), hlm. 123

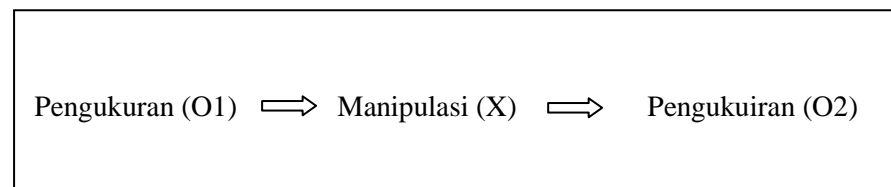
⁶*Ibid.*, hlm. 104

⁷*Ibid.*, hlm. 118

diberikan manipulasi, dilakukan pengukuran kembali terhadap VT dengan alat ukur yang sama, simbol dari desain ini adalah:⁸

Tabel 3.1

One Group Pretest-Posttest Design



B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan. Menurut Hatch and Farhady, secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau objek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan orang lain atau satu objek dengan objek lain.

Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Sedangkan variabel terikat merupakan

⁸Latipun, *Psikologi Eksperimen*, (Malang: UMM Press, 2006), hlm. 55

variabel yang dipengaruhi atau variabel yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.⁹

Variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

1. Independen variabel atau variabel bebas merupakan yang dapat mempengaruhi perubahan dalam variabel terikat dan mempunyai hubungan yang positif dan negatif. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi dzikir dan relaksasi.

X = Terapi Dzikir dan Relaksasi

2. Dependen variabel atau variabel terikat yang menjadi perhatian paling utama dan sekaligus menjadi sasaran utama dalam sebuah penelitian ini. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan

Y = Kecemasan

C. Definisi Operasional

1. Terapi Dzikir

Terapi Dzikir adalah serangkaian upaya yang dirancang untuk membantu atau menolong orang dengan cara mengingat Allah SWT atau menyebut nama Allah SWT.

2. Relaksasi

Relaksasi adalah salah satu teknik dalam terapi perilaku, menurut pandangan ilmiah, relaksasi merupakan perpanjangan dari serabut otot

⁹*Ibid...*, hlm. 60-61

selekt, sedang ketegangan merupakan kontraksi terhadap perpindahan serabut otot.

3. Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan tidak nyaman atau kekhawatiran yang samar disertai respons autonom (sumber seringkali tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu), perasaan takut yang disebabkan oleh antisipasi terhadap adanya bahaya. Hal ini merupakan isyarat kewaspadaan yang memperingatkan individu akan adanya bahaya dan memungkinkan individu untuk bertindak menghadapi ancaman.

4. Persalinan

Persalinan adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan, lahir spontan dengan presentasi belakang kepala, dan siap hidup diluar kandungan.

D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Husaini, populasi adalah semua nilai hasil perhitungan maupun pengukuran, dari karakteristik tertentu mengenai sekelompok obyek yang lengkap dan jelas.¹⁰

Adapun yang menjadi populasi didalam penelitian ini adalah persalinan pertama pada ibu hamil di puskesmas Ngantru Tulungagung

¹⁰Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, *Pengantar Statistik*, Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006, hlm. 181

Tabel 3.2

Populasi Penelitian

No.	Desa	Jumlah Ibu Hamil
1.	Banjarsari	18
2.	Pojok	22
Jumlah		40

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang memiliki sifat yang sama dengan populasi.¹¹ Menurut sugiyono sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut.¹² Jadi, sampel merupakan bagian dari populasi yang diambil sebagai sumber data yang dapat mewakili seluruh populasi yang ada.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah persalinan pertama pada ibu hamil yang berjumlah 40 subyek. Masing-masing sampel harus memenuhi kriteria. Diantaranya yaitu:

- a. Ibu hamil yang melakukan persalinan pertama.
- b. Agama Islam.
- c. Usia kehamilan memasuki trimester III.

¹¹ Nana Sujana & Ibrahim, *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*, (Bandung:Sinar Baru Algensindo, 2007), hlm. 85

¹² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan....*, hlm. 118

- d. Subyek bersedia mengikuti dan mau melakukan terapi dzikir dan relaksasi.

3. Teknik sampling

Tehnik sampling adalah teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian.¹³ Untuk menentukan sampling penelitian berikut, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*, karena tujuan dari penelitian ini mengetahui pengaruh terapi dzikir dan relaksasi dalam menurunkan kecemasan menjelang persalinan pertama sehingga sampel yang dipilih harus memiliki tingkat kecemasan yang sedang dan tinggi.

E. Kisi-kisi Instrumen

Kisi-kisi penyusunan instrumen penelitian yaitu sebuah tabel yang menunjukkan kaitan antara variabel yang diteliti dengan sumber data dari mana data akan diambil, metode yang digunakan dan instrumen yang disusun.¹⁴

Penelitian ini berjudul pengaruh terapi dzikir dan relaksasi dalam menurunkan kecemasan menjelang persalinan pertama di puskesmas Ngantru Tulungagung yang tersusun dari dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Dimana variabel bebasnya yaitu terapi dzikir dan relaksasi dan variabel terikatnya yaitu kecemasan. Instrumen dalam

¹³ *Ibid...*, hlm. 118

¹⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2010), hlm. 192

penelitian ini digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan ibu hamil menjelang persalinan pertama. Sehingga kisi-kisi instrumen dirancang agar dapat mengukur tingkat kecemasan. Adapun kisi-kisi instrumen dalam penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 1:

Penilaian Skala Kecemasan Pada Persalinan

Pilihan	Faforable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Kurang Setuju (KS)	3	3
Tidak Setuju(TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Tabel 2:

Blue Print Skala Kecemasan Ibu Hamil Pada Persalinan Pertama

Atribut	Aspek	Indikator	Bobot
Kecemasan pada ibu hamil	Psikologis	Konsentrasi terganggu	40%
		Gelisah	
		Panik	
		Tidak fokus	
		Tegang	
		Susah tidur	
		Takut	
		Rasa was-was	
		Sedih	
Sakit kepala dan pusing			
Jantung berdebar-debar			
Tekanan darah			

		tinggi	
		Keluar keringat banyak	
		Lesu beraktifitas	
		Susah berbicara	
		Nyeri otot	
		Sakit gigi	
		Telinga berdenging	
		Nyeri perut	
		Muka memerah dan pucat	
		Menggigil	
Jumlah			100%

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner. Dalam kuesioner yang akan digunakan dalam penelitian membutuhkan adanya skala pengukuran. Skala pengukuran untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif.¹⁵

Dalam penelitian ini, skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur kecemasan adalah menggunakan skala likert. Skala likert adalah skala yang berisi pernyataan sistematis untuk menunjukkan sikap seorang responden terhadap pernyataan itu.¹⁶ Indikator dari variabel kecemasan yang akan digunakan untuk mengukur skala kecemasan dibagi kedalam pernyataan favorabel dan unfavorabel. Pernyataan favorabel merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang mendukung subyek. Sedangkan pernyataan unfavorabel merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang tidak mendukung subyek.

¹⁵Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung CV Alfabeta, hlm. 84

¹⁶Bambang, *Metode Penelitian.....*, hlm. 110

Tabel 3:**Sebaran Item Skala Kecemasan**

No	Aspek	Indikator	Nomor item		Jumlah
			Favorable	Unfavourable	
1.	Psikologis	Konsentrasi terganggu	2, 4, 6	1, 3, 8	6
		Gelisah	9, 10	7, 5	4
		Perasaan panic	14, 18	15, 16	4
		Tidak fokus	13, 17	11, 12	
		Sedih	40	32	2
		Takut	47	45	2
		Rasa was-was	41	34	2
		Susah tidur	37	36	2
		Tegang	52	50	2
2	Fisiologis	Tekanan darah naik	33	31	2
		Sakit gigi	51	49	2

	Jantung berdebar-debar	48	43	2
	Sulit berbicara	39	35	2
	Keluar keringat	25	23	2
	Menggigil	26	27	2
	Sakit kepala dan pusing	30, 24	21, 22	4
	Muka merah dan pucat	28	29	2
	Nafas pendek-pendek	38	42	2
	Perut nyeri	55	56	2
	Lesu beraktifitas	46	44	2
	Nyeri otot	59	54	2
	Telinga berdengung	57	53	2
	Sakit perut	20	19	2
	Keringat	60	58	2

		berlebihan			
Jumlah			30	30	60

Sebaran Item Skala Kecemasan Valid

No	Aspek	Indikator	Nomor item		Jumlah
			Favorable	Unfavourable	
1.	Psikologis	Konsentrasi terganggu		1	1
		Gelisah	9, 10	7	3
		Perasaan panic	14	15	2
		Tidak fokus	13	11	2
		Sedih	40		1
		Takut		45	1
		Rasa was-was	41		1
		Susah tidur		36	1
		Tegang	52	50	2

2	Fisiologis	Tekanan darah naik	33		1
		Sakit gigi	51	49	2
		Jantung berdebar-debar	48	43	2
		Sulit berbicara	39		1
		Keluar keringat		23	1
		Menggigil			
		Sakit kepala dan pusing			
		Muka merah dan pucat			
		Nafas pendek-pendek	38		1
		Perut nyeri	55	56	2
		Lesu beraktifitas			
		Nyeri otot	59	54	2
Telinga		53	1		

		berdengung			
		Sakit perut	20	19	2
		Keringat berlebihan		58	1
Jumlah			15	15	30

G. Data dan Sumber Data

1. Sumber data

Menurut Suharsimi Arikunto sumber data adalah subyek dari mana data dapat diperoleh. Adapun sumber data dalam penelitian ini adalah:

- a. Responden, yaitu orang yang diminta memberikan keterangan tentang suatu fakta atau pendapat. Keterangan tersebut dapat disampaikan dalam bentuk tulisan, yaitu ketika mengisi angket atau lisan ketika menjawab pertanyaan dari wawancara yang dilakukan. Adapun responden dari penelitian ini adalah persalinan pertama pada ibu hamil yang usia kandungannya trimester III di puskesmas Ngantru Tulungagung.
- b. Tempat, sumber data ini dapat memberikan gambaran situasi, kondisi ataupun keadaan lainnya yang berkaitan dengan masalah yang dibahas dalam penelitian. Adapun tempat dari penelitian ini adalah puskesmas Ngantru Tulungagung.

- c. Dokumen, yaitu barang-barang yang tertulis, maksudnya adalah didalam melaksanakan metode dokumentasi peneliti menyelidiki data yang tertulis, dan pengambilan data dari bidan setempat.

2. Data

Data adalah hasil pencatatan peneliti, baik yang berupa fakta ataupun angka”. Adapun data yang dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Data primer yaitu data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti ataupun petugas dari sumber pertamanya, data primer ini meliputi data hasil angket, observasi dan wawancara penulis dengan subyek penelitian yaitu ibu hamil trimester III di puskesmas Ngantru Tulungagung.
- b. Data sekunder yaitu data yang diperoleh berasal dari bahan dokumentasi, data dan nama-nama ibu hamil trimester III di puskesmas Ngantru Tulungagung yang menunjang penelitian dan data-data yang lain relevan.

H. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan suatu kegiatan mencari data dilapangan yang akan digunakan untuk menjawab permasalahan penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan mencatat peristiwa, arakteristik, atau nilai suatu variabel yang dapat dilakukan dalam berbagai *setting*, sumber, dan berbagai teknik/cara. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, yaitu:

1. Langkah-langkah penelitian dan dan tehnik pengumpulan data

Adapun langkah-langkah yang ditempuh peneliti dalam mengumpulkan data menggunakan tehnik pengumpulan data sebagai berikut:

a. Metode Observasi

Pengumpulan data melalui observasi dilaksanakan dengan melakukan pengamatan dilapangan. Pengamatan dilakukan dengan mencatat dan menganalisis hal-hal yang terjadi di lapangan untuk memperoleh data. Observasi dilakukan untuk mengamati subyek selama proses menjelang persalinan pertama. Dan digunakan untuk mengetahui lokasi penelitian, kondisi fisik subyek dan keadaan lingkungan.

b. Metode Interview (wawancara)

Interview atau wawancara adalah tehnik pengumpulan data yangdigunakan peneliti untuk mendapatkan keterangan-keterangan lisan melalui bercakap-cakap dan berhadapan muka dengan orang yang dapat memberikan keterangan pada peneliti.¹⁷Tehnik wawancara dalam penelitian ini dapat dilakukan dengan subyek guna untuk menggali informasi mengenai seperti apa kecemasan yang dirasakan subyek menjelang persalinan pertamanya. Selain itu, wawancara dilakukan untuk mendapatkan data pada saat sebelum dan sesudah diberikan terapi.

¹⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 145

c. Angket / kuesioner

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuensioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variable yang akan diukur dan tahu apa yang bias diharapkan dari responden. Selain itu, kuensioner juga cocok digunakan bila jumlah responden cukup besar dan tersebar diwilayah luas. Kuensioner biasanya berupa pernyataan/pertanyaan tertutup atau terbuka, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos, atau internet.¹⁸ Angket dalam penelitian ini menggunakan angket skala kecemasan yang akan digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan pada populasi dan pada sampel penelitian ketika sebelum dan sesudah mendapatkan terapi.

d. Metode Dokumentasi

Dokumentasi adalah ditunjukan untuk data langsung dari tempat penelitian, meliputi buku-buku yang relevan, peraturan-peraturan, laporan kegiatan, foto-foto, film dokumenter, data yang relevan penelitian.¹⁹

¹⁸Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*, Bandung, Alfabeta, 20016), hlm. 193

¹⁹Riduwan, *Metode dan Teknik Menyusun Tesis*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hlm. 105

Tidak kalah penting dari metode lain, metode dokumentasi, yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variable yang berupa catatan, stranskrip, buku, surat kabar. Majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda dan sebagainya.²⁰ Metode ini digunakan untuk memperoleh data subyek, jumlah subyek, dan nama-nama subyek serta foto sebagai proses pelaksanaan terapi dzikir terhadap subyek. Dan hal ini juga untuk mengetahui dampak atau efek dari terapi dzikir dan relaksasi yang dilakukan terhadap tingkat kecemasan yang dialami oleh subyek.

2. Tahap penelitian

Secara lebih rinci tahapan penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Observasi pendahuluan untuk menemukan masalah penelitian.
- b. Melakukan wawancara dengan subyek untuk lebih memperdalam dan mencari informasi yang diperlukan sehingga penelitian memungkinkan untuk diteruskan.
- c. Menyusun rancangan penelitian yaitu memilih metode penelitian yang dilakukan untuk meneliti.
- d. Menetapkan waktu penelitian dan terapi dzikir apa yang akan digunakan untuk penelitian dan relaksasi seperti apa yang akan diberikan untuk subyek.
- e. Menyusun instrumen dan alat ukur penelitian.

²⁰Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta:Rineka Cipta, 2010), hlm.274

- f. Melakukan eksperimen dengan mengadakan *pre test* untuk mengetahui tingkat kecemasan.
- g. Mengadakan terapi dzikir dan relaksasi selama hampir 3 minggu
- h. Mengadakan *post test*.
- i. Analisis data untuk menguji hipotesis.
- j. Pembahasan hasil analisa yang didukung oleh data-data melalui observasi.
- k. Menyimpulkan hasil penelitian.

I. Analisis Data

Analisis data menurut Noeng Muhadjir dalam Naharin Suroyya adalah upaya mencari serta menata secara sistematis data yang telah dikumpulkan yang kemudian dianalisis secara kritis dengan tujuan untuk mencari kebenaran data tersebut dan untuk mendapatkan kesimpulan serta hasil penelitian yang telah dilakukan.²¹

Pengolahan data untuk penelitian kuantitatif adalah suatu cara proses dalam memperoleh data ringkasan dengan menggunakan cara-cara atau rumusan tertentu.²² Dalam penelitian ini menggunakan data yang berhubungan dengan angka, maka analisis yang digunakan adalah analisis statistik. Dalam analisis statistik data terdapat beberapa tahap uji analisis.

²¹ Naharin Suroyya, *Skripsi Efektifitas Terapi...* hlm. 102

²² Syofian Siregar, *Statistik Parametrik....*, hlm. 125

1. Uji instrumen

a. Uji Validitas

Validitas atau kesahihan menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mampu mengukur apa yang ingin diukur.²³ Dalam penelitian ini uji validitas dihitung dengan menggunakan *product moment* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 21.

Disamping itu peneliti juga melakukan validasi terhadap instrumen yang akan diuji cobakan, yaitu kepada :

- 1) Mahasiswa Tasawuf Psikoterapi yang telah menempuh mata kuliah Metodologi Penelitian Kuantitatif
- 2) Dosen yang kompeten di bidang Psikologi dan khususnya memiliki latar belakang penelitian kuantitatif

Adapun kriteria pengujian validitas menggunakan *product moment* yakni sebagai berikut :

- a) Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ (uji 2 sisi dengan sig. 0,05) maka instrumen atau item-item pernyataan berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan valid).
- b) Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ (uji 2 sisi dengan sig. 0.05) maka instrumen atau item-item pernyataan tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan tidak valid).²⁴

²³*Ibid.*, hlm. 75

²⁴ Naharin Suroyya, *Skripsi Efektifitas Terapi*... hlm.102

Validitas sudah menjadi bagian penting yang harus dilewati untuk mendapatkan skala yang valid. Menurut Saifuddin Azwar validitas atau validasi adalah cara untuk mengetahui keakuratan skala ditinjau dari tujuan ukurnya.²⁵

Dalam penelitian ini uji validitas skala dihitung menggunakan *product moment* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 21.

Adapun kriteria pengujian validitas menggunakan *product moment*, sebagai berikut:

- 1) Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ (uji 2 sisi dengan sig. 0,05) maka instrumen atau aitem-aitem pernyataan berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan valid).
- 2) Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ (uji 2 sisi dengan sig. 0.05) maka instrumen atau aitem-aitem pernyataan tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan tidak valid).²⁶

b. Uji Reliabilitas

Menurut Saifuddin Azwar dalam Naharin Sorayya, pengertian reliabilitas mengacu pada keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Pengukuran dapat dikatakan tidak cermat apabila eror pengukurannya terjadi secara random. Antara skor individu satu dengan yang lain terjadi eror yang tidak konsisten dan bervariasi sehingga perbedaan

²⁵Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian...*hlm. 132

²⁶Naharin Suroyya, *Skripsi Efektifitas Terapi...*hlm. 102

skor yang diperoleh lebih banyak ditentukan oleh eror, bukan oleh perbedaan yang sebenarnya.

Dalam penelitian ini uji validitas skala dihitung menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 21.

Adapun kriteria pengujian validitas menggunakan *alpa cronbach*, sebagai berikut:

1. Instrumen dikatakan reliabel bila nilai $\alpha >$ koefisien α .
2. Instrumen dapat dikatakan tidak reliabel apabila nilai $\alpha <$ koefisien α .²⁷

2. Uji Asumsi Data

a. Uji normalitas

Tujuan dilakukannya uji normalitas terhadap serangkaian data adalah untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Bila data berdistribusi normal, maka dapat digunakan uji statistik berjenis parametrik. Sedangkan bila data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji statistik nonparametrik.²⁸

Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah sebagai berikut :

- 1) Jika sig. (signifikansi) $<$ 0,05, maka data berdistribusi tidak normal.

²⁷*Ibid*, hlm. 103

- 2) Jika sig. (signifikansi) > 0,05, maka data berdistribusi normal.²⁹

Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 21.

b. Uji Homogenitas

Menurut Syofian Siregar, homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah objek yang diteliti mempunyai varian yang sama. Bila objek yang diteliti tidak mempunyai varian yang sama, maka uji anova tidak dapat diberlakukan.³⁰ Kriteria pengujian dirumuskan sebagai berikut :

- 1) Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, berarti tidak homogeny
- 2) Jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$, berarti homogen³¹

Dalam menguji homogenitas, penelitian ini menggunakan program SPSS (*Statistic Package for Social Science*) versi 21.

3. Uji hipotesis

Pengujian hipotesis adalah suatu prosedur untuk menetapkan apakah hipotesis diterima atau ditolak.³²

Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan cara yaitu sebagai berikut :

- a. Uji Regresi Linier sederhana

²⁹Saifudin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), hlm. 28

³⁰ Syofian Siregar, *Statistik Parametrik*, ... hlm. 167

³¹ Tulus Winarsunu, *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, (Malang: UMM Press, 2006), hlm. 99

³² Cornelius Trihendradi, *SPSS 12 S tatistik Inferen Teori Dasar dan Aplikasinya*, (Yogyakarta: ANDI, 2005), hlm. 30

Tujuan digunakannya uji regresi linier sederhana adalah untuk meramalkan atau memprediksi besaran nilai variabel tak bebas yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Regresi linier digunakan untuk mengetahui pengaruh satu variabel bebas terhadap variabel tak bebas.

Tabel

Rumus regresi linier sederhana

$$Y = a + b \cdot X$$

Keterangan :

Y : Variabel terikat

X : Variabel bebas³³

Adapun kaidah pengujiannya yaitu sebagai berikut :

1. Jika $-t_{tabel} \leq t_{hitung} \leq t_{tabel}$ maka H_0 diterima
2. Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak³⁴

Teknik analisis pada penelitian ini digitung menggunakan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 21.

³³Syofian Siregar, *Statistik Parametrik*,... hlm. 379

³⁴*Ibid.* hlm. 389