

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

1. Uji Instrumen

a. Uji Validitas

Adapun hasil uji validitas kuesioner kontrol diri, sebagai berikut:

Tabel 4.1

Hasil Uji Validitas Kuesioner Kontrol Diri

No	Aspek	Pernyataan				Jumlah
		Favorabel		Unfavorabel		
		Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
1.	Mengontrol Perilaku	8, 21, 22, 25, 40, 60	1, 2, 24, 37, 50, 59, 67	10, 23, 39, 65	7, 9, 26, 36, 38, 51, 52, 53, 58, 62	27
2.	Mengontrol Kognitif	3, 4, 12, 13, 27, 45, 63, 69	44, 46, 64	28, 30, 31, 54, 66	11, 14, 15, 29, 43, 55	22

3.	Mengontrol	17, 18, 19,	5, 47, 68	33, 56,	6, 16,	21
	Keputusan	32, 33, 34, 41, 49		70	20, 35, 42, 48, 57	
Total		22	13	12	23	70

b. Uji Reliabilitas

Sarwono menyebutkan jika nilai korelasi $> 0,8$ maka instrumen tersebut reliabel dan sebaliknya, jika nilai korelasi $< 0,8$ maka instrumen tersebut kurang reliabel. Sedangkan indeks realibilitas menurut Arikunto Suharsimi, sebagai berikut:

Tabel 4. 2

Indeks Reliabilitas dan Interpretasinya

Koefisien alpha	Interprestasi
0,800 – 1,000	Sangat Reliabel
0,600 – 0,799	Reliabel
0,400 – 0,599	Cukup Reliabel
0,200 – 0,399	Tidak Reliabel
< 200	Sangat Tidak Reliabel

Berdasarkan hasil perhitungan dari uji reliabilitas *alpha cronbach* dan pembacaan tabel diatas, maka hasil perhitungan dari 32 item memiliki nilai $\alpha = 0,579$ sehingga dapat disimpulkan bahwa item – item skala kontrol diri cukup reliabel atau dengan kata lain memiliki tingkat reliabilitas yang sedang.

2. Uji Asumsi Dasar

a. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas ini digunakan untuk menentukan teknik analisis pengujian hipotesis. Dalam penelitian ini uji normalitas dilakukan setelah *pre test* dan *post test* dari sampel penelitian dilakukan dan dihitung menggunakan uji *one sample kolmogorov-smirnov* dengan taraf sig. 0,05. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas, sebagai berikut :

- 1) Jika sig. (signifikansi) $< 0,05$, maka data distribusi tidak normal.
- 2) Jika sig. (signifikansi) $> 0,05$, maka data berdistribusi normal.¹¹³

Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20. Adapun hasil hitung dari uji normalitas *pre test* dan *post test* pada sampel penelitian sebagai berikut:

¹¹³ Saifuddin Azwar, *Penyusunan skala psikologis...*, hlm.28

Tabel 4.3

Hasil Hitung Uji Normalitas *Pre Test* dan *Post Test*

Menggunakan *One Sample Kolmogorov Smirnov*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		VAR00001
N		12
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	52.2500
	Std. Deviation	3.91094
Most Extreme Differences	Absolute	.259
	Positive	.169
	Negative	-.259
Kolmogorov-Smirnov Z		.897
Asymp. Sig. (2-tailed)		.397

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Pada tabel hasil hitung uji normalitas *one sample kolmogorov-smirnov*, bahwa nilai sig. *Pre test* = 0,897 dan nilai sig. *Post test* = 0,897. Hal ini menunjukkan, nilai sig. *Pre test* > 0,05 atau 0,897 > 0,05 dan nilai sig. *Post test* > 0,05 atau 0,897 > 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil uji normalitas dari *pre test* dan *post test* sampel penelitian berdistribusi normal.

b. Uji homogenitas

Homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian dalam populasi sama atau tidak. Sebagai kriteria pengujian, jika nilai sig. > 0,05 maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua

atau lebih kelompok adalah sama. Begitu juga sebaliknya.¹¹⁴ Uji homogenitas dilakukan setelah data *pre test* dan *post test* dari sampel penelitian didapatkan.

Pada penelitian ini uji homogenitas dihitung menggunakan *one way anova* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20. Adapun hasil hitung dari uji homogenitas *pre test* dan *post test* pada sampel penelitian sebagai berikut:

Tabel 4.4

Hasil Hitung Uji Homogenitas *Pre Test* dan *Post Test*

Menggunakan *One Way Anova*

Test of Homogeneity of Variances

Skor Kontrol Diri

Test of Homogeneity of Variances

post test

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
5.093	2	5	.062

Berdasarkan pada hasil output uji homogenitas *one way anova* dapat diketahui nilai sig. Skor kontrol diri = 0,62. Hasil hitung ini menunjukkan nilai sig. Skor regulasi diri > 0,05 atau 0,62 > 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa skor regulasi diri yang

¹¹⁴ Dwi Prayitno, *Mandiri Belajar SPSS Untuk Analisis...*, hlm.31

didapatkan dari hasil pengisian kuesioner regulasi pada saat *pre test* dan *post test* mempunyai varian sama.

B. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hipotesis manakah yang dapat diterima dalam penelitian. Didalam penelitian kuantitatif hipotesis penelitian dibagi menjadi dua, yakni H_0 dan H_a . Adapun hipotesis dalam penelitian ini, sebagai berikut :

1. H_0 yang berbunyi, Terapi Shalat Bahagia tidak efektif untuk meningkatkan kontrol diri
2. H_a yang berbunyi, Terapi Shalat Bahagia efektif untuk meningkatkan kontrol diri

Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan beberapa tahap yakni:

1. Uji beda kelompok eksperimen

Untuk memudahkan peneliti menilai keefektivitasan terapi yang digunakan maka peneliti menggunakan acuan interval sebagai berikut:

$$\text{Tinggi : } x > M_{\text{hipotetik}} + 1,5 SD_{\text{hipotetik}}$$

$$= x > 48 + (1,5 \times 8)$$

$$= x > 48 + 12$$

$$= x > 60$$

$$\text{Sedang : } (M_{\text{hipotetik}} - 1,5 SD) \leq x \leq (M_{\text{hipotetik}} + 1,5 SD_{\text{hiotetik}})$$

$$= (48 - 12) \leq x \leq 60$$

$$= 36 \leq x \leq 60$$

$$\begin{aligned} \text{Rendah : } x &< (M_{\text{hipotetik}} - 1,5 SD_{\text{hipotetik}}) \\ &= x < 36 \end{aligned}$$

Nilai tingkat kontrol diri WTS sebelum mendapatkan perlakuan “Terapi Shalat Bahagia” nilai terendahnya adalah 45 dan tertingginya adalah sebesar 56. Berdasarkan nilai acuan interval di atas, nilai tersebut termasuk dalam interval sedang. Sedangkan nilai kontrol diri WTS setelah mendapatkan perlakuan “Terapi Shalat Bahagia” di dapatkan nilai terendah sebesar 63 dan nilai tertinggi sebesar 110, berdasarkan acuan interval nilai regulasi diri, nilai tersebut termasuk dalam interval regulasi diri yang tinggi.

Untuk mengetahui perbedaan pengisian kuesioner *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen maka digunakan teknik penghitungan dengan gain score sebagai berikut

Tabel 4.5

**Rekapitulasi Hasil Hitung Kuesioner Regulasi Diri
Pada saat *Pre Test*, *Post Test*, dan *Gain Score***

No	Pre test	Post test	Gain score
1	55	68	13
2	50	72	22
3	55	70	15
4	56	63	7
5	51	88	37

6	50	70	20
7	45	69	24
8	56	70	14
9	52	76	24
10	55	91	36
11	56	110	54
12	46	92	46

2. Uji beda *Pre Test* dan *Post Test*

Untuk mengetahui perbedaan pengisian kuesioner kontrol diri saat *pre test* dan *post test* maka digunakan teknik analisis uji *wiloxon signed rank test*. Adapun syarat penggunaan uji *wiloxon signed rank test*, sebagai berikut :

- a. Jumlah sampel penelitian sedikit, yakni kurang dari 30 sampel (dalam penelitian ini jumlah sampel 12).
- b. Digunakan untuk data berpasangan dengan skala ordinal atau interval (dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui hasil hitung uji beda pada *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen).

Dasar pengambilan keputusan uji *wiloxon signed ranks test*, sebagai berikut:

- a. Jika nilai *asyp. Sig. (2-tailed)* < 0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan.

b. Jika nilai asymp. Sig. (2-tailed) $> 0,05$ maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

Teknik analisis data ini dihitung dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20. Adapun hasil hitung uji beda pengisian kuesioner kontrol diri saat *pre test* dan *post test* sebagai berikut:

Tabel 4.7
Uji Beda *Pre Test* dan *Post Test*
Menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*

Test Statistics ^a	
	pre test - post test
Z	-3.061 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Dari tabel diatas diketahui nilai asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,002 karena nilai asymp. Sig (2-tailed) $< 0,05$ atau $0,002 < 0,05$ maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji *wilcoxon signed ranks test* dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengisian kuesioner regulasi diri saat *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen.

3. Presentase tingkat efektivitas Terapi shalat Bahagia

Untuk mengetahui seberapa besar tingkat efektivitas terapi shalat bahagia untuk meningkatkan kontrol diri WTS maka digunakan hitungan sumbangan efektif regresi linier. Adapun kriteria penentuan dalam menggunakan sumbangan efektif regresi linier, sebagai berikut:

- a. Apabila teknik analisis data hanya terdiri dari satu sampai dua variabel bebas maka yang digunakan hasil hitung *R Square*.
- b. Apabila jumlah variabel bebasnya lebih dari dua maka lebih baik menggunakan *Adjusted R Square* yang nilainya selalu lebih kecil dari *R Square*.¹¹⁵

Teknik analisis data ini dihitung dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20. Adapun hasil hitung sumbangan efektif regresi linier pada pengisian kuesioner kontrol diri pada saat *pre test* dan *post test*, sebagai berikut :

Tabel 4.8

Sumbangan Efektif Regresi Linier

Pre Test dan Post Test Kelompok Eksperimen

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.990 ^a	.979	.975	2.028

a. Predictors: (Constant), pre test, post test

¹¹⁵ Naharin Suroyya, *Efektivitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique...*, hlm.

Pada tabel diatas dua pilihan hasil dari R, yakni *R Square* dan *Adjusted R Square*. Didalam kriteria penentuan penggunaan sumbangan efektif regresi linier yang telah ditentukan, bahwa apabila data yang dianalisis hanya menggunakan satu variabel maka hasil hitung yang digunakan adalah nilai *R Square*. Dengan demikian, pada penelitian ini hasil hitung yang digunakan adalah nilai *R Square*.

Output SPSS pada tabel diatas diketahui bahwa nilai *R Square* sebesar 0,979 atau 97,9%. Dari angka 97,9% dapat ditarik kesimpulan bahwa besarnya tingkat efektivitas Terapi Shalat Bahagia meningkatkan kontrol diri adalah 97,9 % sedangkan sisanya 2,1 % dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

Adapun ringkasan hasil hitung pengujian hipotesis, sebagai berikut:

Tabel 4.9

Ringkasan Hasil Hitung Pengujian Hipotesis

No.	Tujuan	Teknik Analisis	Hasil	Keterangan
2.	Uji beda nilai <i>pre test</i> dan <i>post test</i>	<i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	0,002 < 0,05	Terdapat perbedaan yang signifikan
3.	Persentase efektivitas Terapi Shalat Bahagia	Sumbangan Efektif Regresi Linier	0,979 atau 97,9 %	Efektivitas Terapi Shalat Bahagia sebesar 78,2 %

Berdasarkan pada hasil pengujian hipotesis di atas maka dapat ditarik kesimpulan, bahwa dalam penelitian ini H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, Terapi Shalat Bahagia efektif dalam meningkatkan kontrol diri pada Wanita Tuna Susila di Lembaga Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri.