

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Tingkat Kontrol Diri WTS Sebelum Mendapatkan Perlakuan Terapi Shalat Bahagia**

Seseorang yang memiliki kontrol Diri yang baik berarti ia memiliki kemampuan mengarahkan bentuk tingkah lakunya secara positif dan dapat diterima secara sosial. Kontrol diri memungkinkan remaja untuk berpikir dan berperilaku yang lebih terarah, tidak menyimpang dari norma yang berlaku dalam lingkungannya. Kontrol diri juga memungkinkan bagi seorang individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Resti Fauzul & Tri Puji juga menambahkan kontrol diri menyadarkan individu terhadap konsekuensi yang berbahaya atas tindakan yang dilakukan, sehingga dapat mengontrol emosinya.<sup>116</sup>

Menurut M. Nur Gufron Kontrol diri merupakan aktivitas pengendalian tingkah laku yang melalui peritimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum bertindak. Jadi semakin tinggi kontrol diri seseorang maka semakin intens pengendalian terhadap tingkah lakunya.<sup>117</sup>

Menurut Averill kontrol diri menggambarkan keadaan kendali diri seseorang sebagai keadaan individu dalam mengatasi segala keluhan-

---

<sup>116</sup> Resti Fuzul Muna & Tri Puji Astuti, *Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Media sosial pada Remaja Akhir*, ( Fakultas Psikologi Universitas Dionegoro ), hlm. 5

<sup>117</sup>M. Nur Ghufron & Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: AR-RUZZ media, 2014), hlm 21

keluhan negatifnya, sehingga mampu menciptakan keadaan yang lebih baik. Kendali diri ini tercipta karena individu mampu untuk mengontrol perilaku dan mengelola keadaan dirinya dengan baik. Jika individu mampu mengatur dan mengolah dirinya dengan baik dan juga mengarah kepada hal yang positif serta mempunyai motivasi untuk mencapai cita-cita maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut memiliki kontrol diri yang baik. Sebaliknya, individu dikatakan memiliki kontrol diri yang rendah jika ia tidak memiliki kemampuan untuk mengatur diri dengan baik dalam kaitannya dengan aktivitas serta kegiatan sosial. Kontrol diri rendah menyebabkan kontrol emosi yang rendah pula, individu menjadi mudah marah dan juga mereka mengambil keputusan tanpa memikirkan akibatnya dalam jangka yang panjang.

Aspek kontrol diri yang dipakai dalam penelitian ini juga mengacu pada teori Averill yang meliputi kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan. Ketiga aspek itulah yang menjadi ukuran kontrol diri seseorang<sup>118</sup>.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu :

1. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil dalam terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.

---

<sup>118</sup> Lukman Hakim, Skripsi , *Pengaruh Terapi Religi Shalat dan Dzikir terhadap Kontrol Diri Klien Penyalahgunaan Narkotika*, (Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015 ).

## 2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diatarannya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian dari Nasichah (2000) menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orangtua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap kekonsistensian ini akan diinternalisasi anak. Dikemudian akan menjadi kontrol diri baginya.<sup>119</sup>

Pengukuran tingkat kontrol diri Wanita Tuna Susila (WTS) sebelum diberi perlakuan Terapi Shalat Bahagia pada penelitian ini menggunakan kuesioner kontrol diri. Kuesioner ini digunakan untuk mengukur tingkat regulasi diri menggunakan skala Likert dengan menghilangkan skala “ragu – ragu” dengan asumsi kecenderungan responden memilih nilai tengah dan hal ini akan menyebabkan bias pada data *pre test*. Penilaian ini berdasarkan kualifikasi nilai kuesioner kontrol diri yakni sebagai berikut : Tinggi (nilai  $x > 60$ ), Sedang (nilai

---

<sup>119</sup> M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: AR-RUZZ media, 2014), hlm 32

$36 \leq x \leq 60$ ), dan Rendah (nilai  $x < 36$ ). Berdasarkan hasil perhitungan *pre test* yang dilakukan pada hari 26 Juni 2018 pada 12 responden sampel diperoleh hasil bahwa tingkat kontrol diri termasuk dalam taraf sedang dengan nilai terendah dari hasil *pre test* yang dilakukan adalah 45 dan nilai tertinggi adalah 56.

Dari hasil di atas, nilai yang disebutkan termasuk dalam kualifikasi nilai sedang. Untuk meningkatkan tingkat kontrol diri Wanita Tuna Susila pada penelitian ini menggunakan *Terapi Shalat Bahagia* ditujukan untuk meningkatkan kontrol diri Wanita Tuna Susila serta adanya perubahan perilaku yang lebih baik dari sebelumnya.

## **B. Tingkat Kontrol Diri WTS Sesudah Mendapatkan Perlakuan Terapi Shalat Bahagia**

Dalam upaya meningkatkan kontrol diri Wanita Tuna Susila, peneliti menggunakan eksperimen Terapi Shalat Bahagia. Tingkat kontrol diri Wanita Tuna Susila sebelum mendapat perlakuan Terapi Shalat Bahagia termasuk dalam kualifikasi nilai sedang. Berdasarkan pada hasil hitung uji beda nilai *gain score*. Selain itu, hasil hitung uji beda *pre test* dan *post test* dengan menggunakan uji *wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai *asympt. Sig (2-tailed)* sebesar 0,002. Karena nilai *asympt. Sig (2-tailed)* < 0,05 atau  $0,002 < 0,05$  maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji *wilcoxon signed rank test* dapat disimpulkan bahwa ada

perbedaan yang signifikan pada pengisian kuesioner regulasi diri saat *pre test* dan *post test*.

Dari paparan hasil hitung uji beda di atas dapat disimpulkan bahwa Terapi Shalat Bahagia efektif dalam meningkatkan kontrol diri Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri. Bila dilihat dari data yang diperoleh, hasil terapi ini menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan hanya melakukan 5 sesi terapi. Sepanjang Terapi Shalat Bahagia dilakukan, motivasi, kesadaran spiritual dan perubahan perilaku Wanita Tuna Susila mulai menunjukkan perubahan ke arah yang lebih baik. Hal ini ditandai dengan meningkatnya intensitas ibadah wajib yang dilakukan Wanita Tuna Susila. Keikutsertaan Wanita Tuna Susila dalam kegiatan yang diadakan juga mengindikasikan keberhasilan terapi ini, karena keikutsertaan merupakan perubahan perilaku yang lebih baik dari sebelumnya. Bila ditilik dari tujuan, maka terapi Terapi Shalat Bahagia ini secara kasat mata dapat dikatakan berhasil dengan indikasi meningkatnya intensitas ibadah dan juga keikutsertaan Wanita Tuna Susila dalam berbagai kegiatan di panti..

Perubahan perilaku juga nampak setelah Wanita Tuna Susila mendapatkan perlakuan Terapi Shalat Bahagia, yang semula Andikpas tersebut suka usil, suka mem-*bully* temannya, suka mentertawakan temannya, senang berbuat semaunya sendiri, sekarang menjadi lebih sopan, menghargai orang disekitarnya, serta tidak mem-*bully* temannya yang lainnya

### C. Tingkat Efektivitas Terapi Shalat Bahagia

Tingkat keefektifitasan Terapi Shalat Bahagia dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan sumbangan efektif regresi linier *pre test* dan *post test*. Berdasarkan pada hasil hitung uji sumbangan efektif Regresi Linier *pre test* dan *post test* didapatkan nilai *R Square* sebesar 0,979 yang berarti terapi ini memiliki derajat keefektifitasan sebesar 97,9 % yang ditandai oleh hal-hal sebagai berikut :

#### 1. Peningkatan skor kontrol diri

Peningkatan skor regulasi diri dapat dilihat dari hasil skor *post test*, dimana terdapat peningkatan yang cukup signifikan dari peringkat skor rendah hingga sedang menuju ke tinggi setelah dilakukannya terapi.

#### 2. Perubahan perilaku

Perubahan perilaku ini dapat dilihat secara kasat mata pada Wanita Tuna susila sebelum, saat dan setelah dilakukan terapi. Dimana sebelum dilakukannya terapi perilaku yang nampak dari Wanita Tuna Susila tidak mencerminkan etika dan aturan yang baik, tetapi saat dilakukan terapi mulai muncul perubahan dari cara bicara dan intonasi berbicara yang lebih beretika dan baik dari sebelumnya.

### 3. Peningkatan Kepercayaan kepada Tuhan

Peningkatan ini ditandai dengan mulai membaiknya intensitas ibadah dan meningkatnya kepercayaan kepada Tuhan, serta menginternalisasi norma-norma agama yang dianut.

### 4. Mulai terarahnya masa depan

Sebelum dilakukannya terapi, Andikpas cenderung acuh terhadap masa depan yang akan mereka gapai di kemudian hari, karena mereka merasa masa depannya tidak akan pernah tercapai. Setelah mendapat perlakuan Terapi Shalat Bahagia, terdapat perubahan pandangan masa depan yang lebih baik. Perubahan ini dapat dilihat dari mulai kemampuan Wanita Tuna Susila dalam merencanakan masa depan yang ingin mereka gapai, mereka ingin menjadi orang yang lebih baik, ingin bekerja yang halal setelah keluar dari RSBKW dan berguna untuk orang disekitarnya serta lebih dekat dengan Tuhan.

Tingkat keefektivitasan Terapi Shalat Bahagia terhadap peningkatan kontrol diri Wanita Tuna Susila sebesar 97.9 % sedangkan sisanya sebesar 2,1% berasal dari faktor lain diluar terapi. Faktor lain yang berasal dari luar penelitian bisa berasal dari lingkungan yang berada di RSBKW, tingkat kematangan emosi yang dimiliki oleh Wanita Tuna Susila dan juga faktor lain yang yang peneliti belum mengetahuinya. Menurut peneliti, pada saat menjalani prosesi Terapi Shalat Bahagia, responden dinilai cukup baik dan tertib dalam

menerima dan melaksanakan setiap instruksi yang diberikan oleh peneliti dan terapis.

Dari kalimat diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat keefektifan terapi tersebut tinggi, dilihat dari tingkat keefektifan mencapai 97.9 %. Presentase yang tinggi ini dikarenakan oleh perlakuan diluar penelitian yaitu :

1. Adanya beberapa Wanita Tuna Susila yang secara terang-terangan ingin berubah menjadi orang yang lebih baik dari sebelumnya. Pengekuan ini di dapat peneliti ketika wawancara dengan klien.
2. Adanya program-program lain di RSBKW yang berhubungan dengan ibadah. Program ini adalah program shalat tahajud, taubat dan hajat yang di pimpin oleh Ustadz Hasan dari STAIN Kediri.
3. Adanya pembinaan-pembinaan seperti ketrampilan memasak, boga, dan tata rias. Selain itu juga ada penyuluhan bahaya HIV Aids dari tim medis Rumah sakit Kediri.
4. Adanya penelitian efektifitas terapi dzilir bersamaan dengan terapi Shalat Bahagia ini.

Dari paparan tersebut diatas, Terapi Shalat Bahagia dinilai cukup efektif untuk meningkatkan regulasi diri Wanita Tuna Susila dengan derajat efektivitas sebesar 97,9% dengan 2,1% hilang karena faktor yang ada diluar penelitian.