

BAB III

METODE PENELITIAN

Penelitian merupakan rangkaian kegiatan yang bertujuan mengkaji, mempelajari atau menyelidiki suatu permasalahan. Untuk melaksanakan hal tersebut dibutuhkan cara-cara tertentu dan terencana dimaksudkan agar hasil yang diperoleh dapat dipertanggung jawabkan, terutama dalam menjawab permasalahan penelitian yang diajukan. Oleh karena hal tersebut di atas maka pada bab ini akan dibahas mengenai metode penelitian dan hal-hal yang berhubungan dengan pelaksanaan penelitian.

A. Rancangan Penelitian

Menurut Mulyana pada skripsi milik Noor Fu'at Aristiana, metode penelitian merupakan teknik-teknik spesifik dalam penelitian. Metode penelitian ini akan menjelaskan mengenai cara, prosedur atau proses penelitian yang meliputi:

1. Pendekatan penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif dinamakan metode tradisional, karena metode ini sudah cukup lama digunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode untuk penelitian. metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel

tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.¹

2. Jenis penelitian

Jenis penelitian ini adalah eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat. Ada empat bentuk eksperimen yaitu *pre experimenta*, *true experimental*, *factorial*, dan *quasi experimental*.² Desain penelitian ini menggunakan desain *pretest-posttest control group design*. Dalam desain ini terdapat dua kelompok, kemudian diberi pretest untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil pretest yang baik bila nilai kelompok eksperimen tidak berbeda secara signifikan. Pengaruh perlakuan adalah $(O_2-O_1) - (O_4-O_3)$.³

Tabel 3.1
Desain penelitian

R	O₁	X	O₂
R	O₃		O₄

¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2015), hal. 7-8

² <http://www.rijal09.com/2016/03/jenis-jenis-penelitian.html>, diakses pada 22 April 2017 pukul 10.06 WIB

³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hal. 76

Keterangan:

R: Random

O: Observasi

X: Perlakuan

B. Variabel Penelitian

Secara teoritis variabel penelitian dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang atau obyek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lain atau satu obyek yang lain. Variabel juga dapat merupakan atribut dari bidang keilmuan atau kegiatan tertentu. Tinggi, berat badan, sikap motivasi, kepemimpinan, disiplin kerja, merupakan atribut-atribut dari setiap orang. Berat, ukuran, bentuk dan pendelegasian, kepemimpinan dan pengawasan, koordinasi, prosedur dan mekanisme kerja, deskripsi pekerjaan, kebijakan, adalah merupakan contoh variabel dalam kegiatan administrasi.⁴

Adapun variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel bebas (Independent variable), merupakan variabel yang (mungkin) menyebabkan, memengaruhi, atau berefek pada outcome. Variabel bebas biasanya juga disingkat dengan variabel X dimana merupakan variabel yang berada dalam satu waktu berada bersamaan dengan variabel lain, maka variabel lain itu (diduga) akan dapat berubah keragamannya.⁵ Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Terapi Mendengarkan Murottal Al-Qur’an

X = Terapi Mendengarkan Murottal Al-Qur’an

⁴ *Ibid*, hal. 35

⁵ Tulus Winarsunu, *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, (Malang: UMM Press, 2006), hal. 4

2. Variabel terikat (dependen variabel), merupakan variable yang bergantung pada variable bebas. Variabel terikat ini merupakan outcome atau hasil dari pengaruh variable bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Menurunkan tingkat kecemasan pada Lansia.

Y = Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Lansia

C. Definisi Operasional

Terapi murottal al-Qur'an adalah terapi yang menggunakan media murottal sebagai komponen terapi. Murottal sendiri adalah suatu rekaman suara seorang pembaca al-Qur'an atau biasa disebut *qori'*. Suara manusia adalah instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara *qori'* yang bernada lembut dan stabil menghasilkan efek relaksasi dan menurunkan hormon *stress* bagi orang yang mengalami kecemasan.

Kecemasan sendiri dalam dunia psikologi belum tercipta secara baku. Namun beberapa ahli memberikan pendapat tentang kecemasan. Para ahli ini berpendapat yang hampir sama bahwa kecemasan adalah keadaan perasaan yang dihinggap rasa takut akan sesuatu hal yang belum pasti terjadi. Reaksi yang ditimbulkan oleh kecemasan pada umumnya ditandai dengan adanya gangguan secara fisik, psikologis, dan kognitif.

Salah satu subjek yang sering mengalami kecemasan adalah lansia atau manusia lanjut usia. Lansia adalah individu yang telah melewati fase dewasa akhir. Masa tua identik dengan masa kemunduran karena pada fase lansia akan mengalami pengurangan fungsi indra dan gerak secara fisik seperti

rambut yang beruban, penglihatan dan pendengaran yang mulai berkurang fungsi, kekuatan fisik yang tidak seprima saat muda. Meskipun secara psikologis dan spiritual lansia bisa mengalami perkembangan namun tidak semua lansia bisa melakukannya. Pergeseran peran dalam lingkup sosial juga mempengaruhi pada fase lansia ini. Lansia yang terbiasa mempunyai peran akan merasa tidak diperhatikan saat sudah lansia terutama pada lansia yang melewati masa pensiun. Lansia yang tidak bisa menghadapi masa tuanya ini akan mengalami ketakutan-ketakutan yang belum tentu terjadi seperti sakit yang tidak sembuh-sembuh, tergantung dengan orang sekitar, kehilangan orang-orang yang dicintai, dan masih banyak ketakutan lain yang menghantui lansia. Ketakutan tersebut akan menimbulkan kecemasan dan jika kecemasan tersebut dibiarkan akan mengganggu kelangsungan hidup lansia. Maka dari itu perlu pengalihan atau peredam kecemasan pada lansia tersebut. Salah satunya dengan menggunakan terapi murottal al-quran yang memiliki efek relaksasi dan membuat pendengar nyaman dan tenang.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek/subyek yang

dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki subjek atau objek itu.⁶

Penelitian ini mengambil populasi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werda Blitar. Sedangkan untuk subjek sendiri adalah lansia yang berada di UPT tersebut.

Tabel 3.2
Populasi Penelitian

No.	Asrama	Jumlah Lansia	Jenis Kelamin	
			P	L
1.	Bougenvile	9	9	0
2.	Anggrek	5	5	0
3.	Aglonema	8	8	0
4.	Nusa Indah	10	5	5
5.	Kamboja	16	15	1
6.	Flamboyan	7	0	7
Jumlah		55	42	13

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili).

⁶ *Ibid*, hal. 80

Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan. Penelitian ini menggunakan tehnik sampling *sampling purposive*. *Sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁷

Pada penelitian ini, peneliti menetapkan jumlah sampel sebanyak 14 responden, yakni 7 responden untuk kelompok eksperimen dan 7 responden untuk kelompok kontrol. Dimana masing-masing sampel yang termasuk dalam kategori kelompok baik eksperimen maupun kontrol harus memenuhi beberapa syarat. Adapun syarat-syarat tersebut, sebagai berikut:

1. Lansia yang tinggal di UPT PSTW minimal 3 bulan setelah masuk
2. Beragama Islam
3. Dapat mendengarkan dan berkomunikasi dengan baik
4. Tidak sedang mengikuti proses terapi selain yang dilakukan peneliti
5. Bersedia mengikuti prosedur penelitian
6. Kooperatif dalam menjalani proses terapi mendengarkan murottal al-Qur'an
7. Mengalami suatu kecemasan tinggi.

E. Kisi-kisi Instumen

Menurut Sugiyono titik tolak dari penyusunan instrumen adalah variabel-variabel penelitian yang ditetapkan peneliti. Kemudian variabel-variabel tersebut diberikan definisi operasionalnya, dan selanjutnya ditentukan

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif....*, hal. 85

indikator yang akan diukur. Indikator-indikator ini akan dijabarkan kembali melalui butir-butir aitem pertanyaan maupun pernyataan.⁸

Instrumen dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha. Sebelum instrumen penelitian dibuat perlu dirumuskan kisi-kisi instrument agar dapat mengukur tingkat kecemasan pada lansia. Adapun kisi-kisi instrument dalam penelitian ini, sebagai berikut:

Tabel 3.3
Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Aspek	Indikator	Butir Aitem	Jumlah
Kecemasan pada Lansia	Fisik	-somatik (gangguan fisik)	1, 26, 32, 19	4
		-berkeringat	3, 24, 30	3
		-sulit tidur	5, 22, 28	3
		-pernafasan dan detak jantung meningkat	7, 20, 33	3
		-gemetar	9, 18	2
		-merasa lemah/mudah lelah	11, 16, 8	3
	Psikologis	-takut berada di tempat ramai	13, 14	2
		-menarik diri dari aktifitas sosial	15, 12	2
		-takut mati/takut sesuatu yang luar biasa akan terjadi	21, 6, 31	3
	Kognitif	-mudah tersinggung	17, 10, 35	3
		-merasa khawatir	23, 4, 29	3
		-merasa tidak berdaya	25, 2, 27, 34	4
Jumlah			35	

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel diteliti dengan tujuan menghasilkan data kuantitatif yang akurat. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner.

⁸ Sugiyono, *Statistika untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2005), hal. 149

Sementara menurut Sugiyono instrumen penelitian adalah alat ukur dalam penelitian yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati.⁹

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.¹⁰

Dalam kuesioner dibutuhkan skala pengukuran. Skala pengukuran adalah kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut apabila digunakan dalam pengukuran dapat menghasilkan data kuantitatif.¹¹

Dalam penelitian ini skala yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan adalah skala likert. Menurut Sugiyono skala likert adalah skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Lebih lanjut Sugiyono menjelaskan dalam skala likert, variabel yang akan digunakan dijabarkan menjadi indikator variabel. Selanjutnya, indikator akan menjadi titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan maupun pernyataan.¹²

⁹Sugiyono, *Statistika penelitian...*, hal. 148

¹⁰Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hal. 142

¹¹Sugiyono, *Statistika Penelitian...*, hal. 135

¹² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif...* hal. 136

Tabel 3.4
Penilaian dari kategori pilihan

Jawaban	Skor favorabel	Skor unfavorabel
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Sebaran aitem dapat dilihat pada tabel 3.3 yang telah dijelaskan sebelumnya. Selanjutnya variabel kecemasan dijawabkan menjadi indikator yang kemudian dijadikan bentuk *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* adalah pernyataan yang berisi hal-hal mendukung objek sikap, sedangkan *unfavorable* adalah pernyataan yang berisi hal-hal yang tidak mendukung objek sikap.

Pernyataan *favorable* dan *unfavorable* ini akan disebar secara acak atau *random* dalam daftar kuesioner kecemasan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat konsisten responden dalam menjawab setiap pernyataan yang tercantum dalam kuesioner. Sebaran dari aitem *favorable* dan *unfavorable* yang telah disebar secara acak yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.5
Sebaran Aitem *Favorable* dan *Unfavorable* Skala kecemasan

Aspek	Indikator	Butiran Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Fisik	Somatik (gangguan fisik)	1, 32	26, 19	4
	Berkeringat	3, 30	24	3
	Sulit tidur	22	5, 28	3
	Pernafasan dan denyut jantung meningkat	20	7, 33	3
	Gemetar	9	18	2
	Merasa lemah/lemas	16	11, 8	3
Sosial	Takut berada di tempat yang ramai/agoraphobia	13	14	2
	Menarik diri dari lingkungan sosial	12	15, 12	3

Psikologis	Mudah tersinggung	17, 35	10	3
	Takut mati/takut pada sesuatu luar biasa akan terjadi	21, 31	6	3
	Merasa khawatir	23	4, 29	3
	Merasa tidak berdaya	2, 27	25, 34	4
Jumlah				35

G. Data dan Sumber Data

Yang dimaksud sumber data dalam penelitian adalah subjek dari mana data dapat diperoleh.¹³ Adapun sumber data dalam penelitian ini adalah;

1. Responden, yaitu subjek 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 lansia yang tinggal di UPT PSTW Blitar.
2. Tempat yaitu sumber data yang menyajikan tampilan keadaan diam dan bergerak. Sumber data ini dapat memberikan gambaran situasi, kondisi pembelajaran ataupun keadaan lainnya berkaitan dengan masalah yang dibahas dalam penelitian. Tempat yang akan dijadikan penelitian adalah di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar.
3. Waktu penelitian ini dilaksanakan selama bulan Desember 2018 sampai Januari 2019.

Menurut sumbernya, data penelitian digolongkan sebagai data primer dan data sekunder. Data primer, atau data tangan pertama adalah data yang

¹³ Saifuddin Azwar, *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya Edisi Ke 2*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995), hal. 172

diperoleh oleh peneliti langsung dari subjek atau dari responden penelitian dengan menggunakan alat pengukuran atau alat pengambilan data. Data sekunder atau data tangan ke dua diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya.¹⁴

Dalam penelitian ini sumber data primernya adalah angket atau kuesioner yang diisi langsung oleh responden yang kemudian diberikan kepada pengumpul data serta wawancara yang dilakukan oleh peneliti untuk mencari data tentang keadaan subjek dari petugas wisma dan subjek langsung.

Dalam penelitian ini sumber data sekundernya adalah berupa data-data yang berasal dari dokumen atau arsip yang berkaitan dengan data yang dibutuhkan dalam penelitian.

H. Tehnik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka penelitian akan mendapatkan data yang memenuhi standart data yang diterapkan. Dalam kegiatan penelitian, cara memperoleh data dikenal dengan teknik pengumpulan data. Untuk mendapatkan data yang diperlukan oleh peneliti, maka digunakan metode sebagai berikut :

¹⁴ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), hal. 132

1. Adapun langkah-langkah penelitian sebagai berikut :

a. Kuesioner (Angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data dengan cara peneliti mengajukan beberapa pertanyaan atau pernyataan kepada responden yang kemudian dijawab secara tertulis dan setelah semua pertanyaan sudah terjawab pertanyaan tersebut dikembalikan lagi kepada peneliti untuk dianalisa.¹⁵

Kuesioner merupakan sumber data primer. Penelitian ini menggunakan kuesioner menurunkan tingkat kecemasan dengan variabel yang diteliti. Pengisian kuesioner bertujuan untuk mengetahui keadaan sebelum dan sesudah dilakukannya terapi.

Kuesioner diberikan sebelum dilakukan terapi (*pre test*) untuk mengetahui keadaan awal klien dan keadaan setelah dilaksanakannya intervensi (*post test*). Pilihan jawaban dalam kuesioner dijadikan referensi oleh terapis untuk mengetahui keadaan klien. Karena per aitem mewakili aspek kecemasan pada lansia yang mungkin belum tersampaikan dalam proses terapi murottal Al-Qur'an atau wawancara. Pengisian kuesioner di bantu oleh rekan peneliti karena sebagian lansia memiliki kekurangan penglihatan namun pengisian kuesioner dijamin keaslian sesuai keadaan subjek penelitian.

¹⁵ Rokhmat Subagiyo, *Metode penelitian...*, hal. 87

b. Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa tercetak seperti majalah atau koran, tergambar misalnya foto, dan terekam contohnya rekaman suara atau video.¹⁶

Dokumentasi merupakan sumber data sekunder yang digunakan pada saat sebelum dan selama pelaksanaan terapi. Hal ini dianggap penting untuk mendukung sumber data lain seperti wawancara dan kuesioner untuk memberikan penjelasan bagaimana kondisi lapangan dan interaksi antara terapis dengan klien saat berinteraksi atau menjalankan intervensi.

Dokumentasi dalam penelitian ini berupa foto selama terapi dan video selama proses observasi. Dokumentasi ini sebagai bukti proses penelitian ini tidak rekayasa.

2. Tahapan Penelitian

Penelitian ini menggunakan rekaman murottal Al-Qur'an surat al-Mulk dan Ar-Rahman. Pelantun murottal yang peneliti gunakan adalah Syekh Misyari Rasyid El Efassy. Kelebihan dari murottal oleh Syekh Misyari Rasyid El Efassy ini adalah suara yang sangat jernih, kecepatan baca yang tidak terlalu cepat, dan suara terjemah yang jelas dan tegas hal tersebut memudahkan pendengar menikmati lantunan murottal. Murottal yang

¹⁶ Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, *Pengantar Statistika*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012), hal. 21

dimaksud adalah pengumpulan bacaan ayat-ayat Al-Qur'an lewat rekaman bacaan Al-Qur'an yang bertujuan untuk melestarikan Al-Qur'an dengan cara merekam bacaan Al-Qur'an. Sudah diketahui bahwa terdapat hukum-hukum bacaan (tajwid) yang harus diperhatikan dalam pembacaan Al-Qur'an. Oleh karena itu untuk menguatkan (tahqiq) kelestarian Al-Qur'an maka digunakanlah media rekaman. Penelitian ini dilakukan selama 21 hari dan 15 hari untuk pemberian intervensi masing-masing 20-30 menit.

Adapun tahapan atau agenda pengumpulan data dalam penelitian ini, sebagai berikut :

Tabel 3.6
Agenda Pengumpulan Data

No.	Tanggal	Kegiatan	Waktu
1.	19-21 Desember 2018	Observasi terhadap lansia di UPT PSTW	3 Hari
2.	21 Desember 2018	Uji validitas kuesioner kecemasan	1 Jam
3.	22 Desember 2018	Tes kecemasan dengan HARS dan wawancara untuk mempertegas indikator kecemasan	1 Jam 30 menit
4.	23 Desember 2018	Pengisian kuesioner/angket <i>pre-test</i> untuk sampel penelitian	1 Jam
5.	24 Desember 2018	Mengadakan kontrak dengan lansia yang masuk dalam kriteria inklusi	20 Menit
6.	25 Desember 2018	Pelaksanaan terapi sesi awal dengan agenda sebagai berikut: a. Pembukaan b. Perkenalan c. Penjelasan tentang terapi mendengarkan murottal Al-Qur'an d. Penjelasan tentang kecemasan e. Penjelasan tentang hubungan terapi mendengarkan murottal Al-Qur'an dengan kecemasan f. Kontrak forum / <i>inform consent</i> g. Norma kelompok	1 Jam

		h. Proses terapi mendengarkan murottal Al-Qur'an i. Diskusi	
7.	26 Desember 2018-7 Januari 2019	Pelaksanaan terapi sesi lanjutan dengan agenda sebagai berikut: a. Review hasil terapi b. Proses terapi mendengarkan murottal Al-Qur'an c. Diskusi	30 Menit
8.	8 Januari 2019	Pelaksanaan terapi sesi akhir dengan agenda sebagai berikut: a. Review hasil terapi b. <i>Post-test</i> untuk setelah terapi c. Diskusi d. Penutup	1 Jam

I. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linier berganda dimana digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dengan menggunakan *SPSS 23.0 for windows*, berikut uji yang akan digunakan :

1. Uji instrumen

a. Uji Validitas Data

Menurut Sugiyono dan Wibowo menjelaskan, instrumen yang valid adalah alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data yang valid dan dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur. Jika r -hitung lebih besar dari r -tabel pada taraf kepercayaan tertentu, berarti instrumen tersebut memenuhi kriteria validitas sehingga item tersebut layak digunakan dalam penelitian.¹⁷ R tabel adalah sebuah tabel angka

¹⁷ Agus Eko Sujianto, *Aplikasi Statistik dengan SPSS 16.0* (Jakarta: Prestasi Pustakaraya, 2009), hal. 95

yang biasa digunakan untuk menguji hasil uji validitas suatu instrumen penelitian. Untuk mencari nilai r tabel, dapat dilakukan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

Tabel 3.7
Rumus R tabel

$$\text{Df} = n - 2$$

Keterangan:

df : degree of freedom

n : jumlah responden

Penelitian ini memiliki responden sebanyak 55 lansia. Untuk mencari letak nilai r tabel sesuai rumus didapat nilai sebesar 0,2656. Jadi, jika nilai item lebih dari 0,265 maka item dikatakan valid begitu pula sebaliknya jika nilai item kurang dari 0,3 maka item dikatakan gugur atau tidak valid. R tabel peneliti sediakan pada lampiran.

b. Uji Reliabilitas Data

Uji realibilitas adalah suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik.¹⁸ Instrumen yang reliabel mengandung arti bahwa instrumen tersebut harus baik sehingga mampu mengungkap data yang bisa dipercaya. Reliabilitas instrumen diperlukan untuk mendapatkan data sesuai dengan tujuan pengukuran. Data yang baik selain hasil valid juga harus reliabel, oleh karena itu walaupun

¹⁸ *Ibid*, hal. 96

instrumen valid umumnya reliabel, tetapi pengujian reliabilitas instrumen tetap perlu dilakukan. Untuk mencapai hal tersebut, dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan metode *Cornbach's Alpha* diukur berdasarkan skala *Cornbach's Alpha* 0 sampai 1.

Dikemukakan oleh Triton seperti yang dikutip Sujianto “jika skala itu dikelompokkan ke dalam lima kelas dengan reng yang sama, maka ukuran kemantapan alpha dapat diinterpretasikan” sebagai berikut :

- 1) Nilai *cornbach alpha* 0,00 s.d 0,20 berarti kurang reliabel
- 2) Nilai *cornbach alpha* 0,21 s.d 0,40 berarti agak reliabel
- 3) Nilai *cornbach alpha* 0,41 s.d 0,60 berarti cukup reliabel
- 4) Nilai *cornbach alpha* 0,61 s.d 0,80 berarti reliabel
- 5) Nilai *cornbach alpha* 0,81 s.d 1,00 berarti sangat reliabel.¹⁹

Jika suatu data hasilnya tidak reliabel atau kurang reliabel maka data tidak dapat dikatakan reliabel atau data tidak dapat dipercaya keasliannya.

2. Uji asumsi dasar

a. Uji normalitas

Pengujian normalitas mempunyai tujuan untuk mengetahui apakah dalam sebuah model regresi baik variabel terikat (*dependent variable*) mempunyai distribusi yang normal ataupun tidak. Model regresi yang baik adalah normal atau mendekati normal. Pengujian normalitas

¹⁹ *Ibid*, hal. 97

dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*.

Untuk kriteria pengambilan keputusan dengan pendekatan *Kolmogorov-Smirnov* adalah sebagai berikut :²⁰

- 1) Nilai Sig. atau signifikansi atau nilai probabilitas $< 0,05$ distribusi data adalah tidak normal.
- 2) Nilai Sig. atau signifikansi atau nilai probabilitas $> 0,05$ distribusi data adalah normal.

b. Uji homogenitas

Menurut Tulus Winarsunu, homogenitas digunakan untuk mengetahui varian dalam populasi sama atau tidak.²¹

Jenis uji homogenitas yang digunakan adalah *One Way Anova* yang dihitung menggunakan program SPSS versi 23 dimana hasil hitung dari uji homogenitas diketahui pada tabel *Test of Homogeneity Variances*.²² Sebagai kriteria pengujian dirumuskan:

- 1) Jika nilai Sig. $> 0,05$ maka H_0 diterima atau homogen.
- 2) Jika nilai Sig. $< 0,05$ maka H_0 ditolak atau tidak homogen.²³

c. Uji hipotesis

Pengujian hipotesis adalah prosedur yang akan menghasilkan suatu keputusan, yaitu keputusan menerima atau menolak hipotesis tersebut.

Keputusan dalam pengujian hipotesis tidak mutlak benar atau salah

²⁰ *Ibid*, hal. 83

²¹ Tulus Winarsunu...hal. 99

²² Kadir, *Statistika Terapan*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2016), hal. 164

²³ Budi Susetyo, *Statistika untuk Analisis Data Penelitian*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2012), hal. 298

atau keputusan yang dibuat mengandung ketidakpastian. Salah satu kriteria uji hipotesis yang mempengaruhi jenis uji statistik yang akan digunakan yaitu ukuran sampel, dimana dalam penelitian ini jumlah sampel kecil.

Pengujian hipotesis sampel kecil adalah pengujian hipotesis yang menggunakan sampel lebih kecil atau sama dengan 30 ($n < 30$). Uji hipotesis di sini menggunakan uji statistik melalui uji Sample paired T-Test dengan tingkat signifikansi $< 0,05$. Uji ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi murottal Al-Qur'an untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia.