

BAB IV

Hasil Penelitian

A. Deskripsi Data

Dalam penelitian ini untuk memperoleh data mengenai pengaruh dzikir nafas sadar Allah terhadap narapidana remaja di LPKA kelas I Blitar, maka peneliti melaksanakan penelitian di bulan Februari sampai bulan Maret 2020. Penelitian ini dilaksanakan 4 hari dan subyek dalam penelitian ini adalah remaja di LPKA kelas I Blitar.

Pada penelitian ini dilakukan dengan memberi terapi, sebelum dilakukan terapi subyek diberi *pre-test* (alat ukur awal) dan selesai terapi pada hari keempat akan diberikan *post-test* (alat ukur akhir) untuk mendapatkan hasil akhir yang diperoleh setelah melakukan terapi.

1. Hasil uji instrumen

a. Uji validitas

Uji validitas dilakukan pada remaja di Lembaga Pembinaan Anak Kelas I Blitar pada bulan Februari 2020. Berdasarkan perhitungan validasi yang dilakukan melalui SPSS, maka uji validitas pada variabel sebagai berikut :

TABEL 4.1

Nomor item yang valid dan tidak valid

Aspek	Nomor Item				Jumlah Item Valid
	Favorabel		Unfavorabel		
	Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
Emosi	1,5,9,19,30	3,8,12,15	2,6,14,16	4,13,18,11	9

Kognitif	7,10,20,24 ,28,31	17,23,33,37	22,27,25,34, 32,38,36	21,26,35	13
Fisiologi	29,40,47, 48,50	39,45	41,43,44,46, 49	42	10

Demikian hasil uji validasi skala kecemasan pada remaja. Hal ini didasarkan Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ (0,413) maka instrumen atau item-item pernyataan berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan valid). Dari skala kecemasan remaja diketahui item valid ada 32 dan item tidak valid ada 18.

b. Uji reabilitas

Uji reliabilitas dilakukan menggunakan bantuan program SPSS, dimana apabila nilai Cronbach's Alpha $> 0,60$ maka data dinyatakan reliabel. Hasil pengujian reliabilitas terhadap semua variabel adalah sebagai berikut ini:

Tabel 4.2
Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of item
0,966	32

Berdasarkan pada tabel diatas diketahui bahwa variabel memiliki koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,966. Jadi dapat disimpulkan bahwa butir-butir pernyataan instrumen yang digunakan dalam penelitian dinyatakan reliabel atau dapat dipercaya sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.

2. Uji asumsi dasar

a. Uji normalitas

Uji normalitas terapi Dzikir Nafas Sadar Allah untuk menurunkan tingkat kecemasan remaja di Lembaga Pembinaan

Khusus Anak Kelas I Blitar. Jika Sig. > 0,05 maka data berdistribusi normal, dan jika Sig. < 0,05 maka data berdistribusi tidak normal.

Hasil uji normalitas variabel Insentif berdasarkan uji *Kolmogrov-Smirnov* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3
Uji Normalitas Kolmogrov-Smirnov
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		22
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.73440922
Most Extreme Differences	Absolute	.133
	Positive	.088
	Negative	-.133
Test Statistic		.133
Asymp. Sig. (2-tailed)		.110 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Pada uji *Kolmogrov-Smirnov*, diajukan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut:
Jika Sig. > 0,05 maka H₀ diterima, berarti data berdistribusi normal.
Jika Sig. < 0,05 maka H₀ ditolak, berarti data berdistribusi tidak normal.

Keputusan

Sig. = 0,110 > 0,05

Berdasarkan nilai Sig. tersebut, data variabel Insentif dinyatakan berdistribusi normal.

b. Uji homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah data mempunyai nilai varian yang sama atau tidak. Dikatakan mempunyai nilai varian yang sama (homogen) apabila taraf signifikansinya yaitu $\geq 0,05$ dan jika taraf signifikansinya yaitu $< 0,05$ maka data disimpulkan tidak mempunyai nilai varian yang sama/ berbeda (tidak homogen). Adapun hasil uji homogenitas pada kelas kontrol dapat dilihat melalui tabel berikut ini:

Tabel 4.4

Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Variabel Based on Mean	49.973	1	42	.133

Dari hasil perhitungan uji homogenitas melalui tabel di atas diketahui bahwa nilai signifikansinya adalah 0,133. Karena nilai yang diperoleh dari uji homogenitas taraf signifikansinya $\geq 0,05$ maka data mempunyai nilai varian yang sama/tidak berbeda (homogen).

B. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hasil mana yang diterima dalam penelitian ini, adapun hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Ha : Ada pengaruh dalam pemberian terapi Dzikir Nafas Sadar Allah untuk menurunkan tingkat kecemasan narapidana remaja di LPKA kelas I Blitar.
- b. Ho : Tidak ada pengaruh dalam pemberian terapi Dzikir Nafas Sadar Allah untuk menurunkan tingkat kecemasan narapidana remaja di LPKA kelas I Blitar.

Pada penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan beberapa tahap. Pengujian hipotesis menggunakan pengujian non parametrik yaitu uji *Wilcoxon*. Output uji *Wilcoxon* dengan menggunakan *Software SPSS 24 for windows* adalah sebagai berikut ini:

1. Uji beda pre-test dan post-test

Untuk mengetahui perbedaan pengisian kuesioner pada saat pre test dan post test dari kelompok eksperimen maka digunakan teknik analisis uji *Wilcoxon signed rank test*.

Tabel 4.5

Uji Deskriptif Pretest dan Posttest

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	22	58.86	7.717	42	73
Posttest	22	55.68	5.140	44	66

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa jumlah responden (N) adalah sebanyak 22 orang dengan nilai rerata pretest sebesar 58.86 sedangkan untuk posttest adalah 55.68 dimana nilai posttest lebih kecil dibandingkan nilai pretest hal ini dapat diartikan terjadi pengurangan tingkat kecemasan pada responden setelah diberikan perlakuan

penelitian. Nilai simpangan baku pada pretest sebesar 7,717 dan pada posttest sebesar 5,140. Nilai terkecil yang didapat pada pretest adalah 42 sedangkan pada posttest sebesar 44. Sedangkan untuk nilai terbesar pada pretest adalah 73 dan nilai terbesar pada posttest adalah 66. Berikut merupakan hasil dari uji *wilcoxon signed rank*:

Tabel 4.6

Uji Wilcoxon Signed Rank (1)

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	14 ^a	12.43	174.00
	Positive Ranks	7 ^b	8.14	57.00
	Ties	1 ^c		
	Total	22		

- a. Posttest < Pretest
- b. Posttest > Pretest
- c. Posttest = Pretest

Berdasarkan metode perhitungan yang dilakukan di dalam rumus wilcoxon signed rank test, nilai-nilai yang di dapat adalah: nilai *mean rank* dan *sum of ranks* dari kelompok *negatif ranks*, *positive ranks* dan *ties*.

- *Negatif ranks* artinya sampel dengan nilai kelompok kedua (posttest) lebih rendah dari nilai kelompok pertama (pretest),
- *Positive ranks* adalah sampel dengan nilai kelompok kedua (posttest) lebih tinggi dari nilai kelompok pertama (pretest),
- Sedangkan *ties* adalah nilai kelompok kedua (posttest) sama besarnya dengan nilai kelompok pertama (pretest),
- Simbol N menunjukkan jumlahnya,

- *Mean Rank* adalah peringkat rata-ratanya, dan
- *Sum of ranks* adalah jumlah dari peringkatnya.

Adapun untuk pengujian hipotesis menggunakan *wilcoxon signed rank test* dapat dilihat melalui tabel berikut ini:

Tabel 4.7

Uji Wilcoxon Signed Rank (2)

Test Statistics^a

	Posttest	-
	Pretest	
Z		-2.043 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)		.041

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan hasil dari perhitungan *wilcoxon signed rank test* di atas, maka nilai Z yang didapat sebesar -2,043 dengan p value (Asymp. Sig 2 tailed) sebesar 0,041 di mana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan hipotesis adalah menerima H1 atau yang berarti terdapat perbedaan bermakna antara kelompok pretest dan posttest.

2. Tingkat efektifitas terapi Dzikir Nafas Sadar Allah

Menggunakan bantuan regresi linier untuk mengetahui seberapa besar efektifitas terapi Dzikir Nafas Sadar Allah pada remaja di LPKA kelas I Blitar.

Tabel 4.8**Model Summary^b**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.693 ^a	.598	.596	2.749

a. Predictors: (Constant), Tingkat Kecemasan

b. Dependent Variable: Dzikir Nafas Sadar Allah

Berdasarkan hasil tabel diatas maka dapat dijelaskan nilai Adjusted R Square sebesar 0,596. Hal ini berarti 59,6% Dzikir Nafas Sadar Allah memiliki pengaruh terhadap Tingkat Kecemasan sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Adapun ringkasan dari hasil hitung pengujian hipotesis, sebagai berikut :

No.	Tujuan	Teknik	Hasil	Keterangan
1.	Uji beda nilai pre-test dan post-test kelompok eksperimen	Wilcoxon signed rank test.	0,04 < 0,05	Terdapat perbedaan yang signifikan
2.	Presentase efektifitas terapi Dzikir Nafas Sadar Allah	Efektif regresi linier	0,596 atau 59,6 %	Efektifitas terpi Dzikir Nafas Sadar Allah

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya terdapat pengaruh terapi Dzikir Nafas Sadar Allah untuk menurunkan tingkat kecemasan narapidana remaja di LPKA kelas I Blitar.

C. Pembahasan

1. Pembahasan Rumusan Masalah I

Berdasarkan hasil dari perhitungan *wilcoxon signed rank test* di atas, maka nilai Z yang didapat sebesar -2,043 dengan p value (Asymp. Sig 2 tailed) sebesar 0,041 di mana kurang dari batas kritis penelitian 0,05. Maka sesuai berdasarkan pengambilan keputusan pada uji Wilcoxon signed rank test dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada kuesioner kecemasan saat pre-test dan post-test kelompok eksperimen.

Apabila dilihat dari data yang diperoleh, hasil terapi dzikir nafas sadar Allah menunjukkan perubahan yang signifikan walaupun hanya dilakukan selama 3 hari. Hal ini terjadi karena responden merasa lebih tenang setelah proses terapi. Terapi dzikir nafas sadar Allah sangat membantu responden untuk menurunkan tingkat kecemasan. Proses terapi dzikir nafas sadar Allah mampu mengurangi kecemasan responden, dengan mengucapkan “*Huu Allah*” didalam hati dengan mengikuti keluar masuknya nafas dan selanjutnya sadar bahwa segala yang ada pada diri kita adalah milik Allah, lalu kita menyerahkan diri kepada Allah SWT. Hal ini mampu merubah keyakinan yang selama ini ada pada diri responden, sehingga responden mampu mengelola kecemasan yang dialaminya.

Dengan demikian, terapi dzikir nafas sadar Allah dapat mengurangi tingkat kecemasan pada remaja yang menjalani masa tahanan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak kelas I Blitar.

2. Pembahasan Rumusan Masalah II

Berdasarkan hasil hitung dari bantuan regresi linier untuk mengetahui seberapa besar efektifitas atau pengaruh dari pemberian terapi Dzikir Nafas Sadar Allah pada remaja di LPKA kelas I Blitar di dapat nilai dapat dijelaskan nilai Adjusted R Square sebesar 0,596 atau 59,6%. Hal ini

berarti 59,6% Dzikir Nafas Sadar Allah memiliki pengaruh terhadap turunnya tingkat kecemasan sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Keterlibatan dari beberapa teknik terapi lain dapat membuat terapi dzikir nafas sadar Allah memberikan efek yang berlebih ketika responden mengikuti proses terapi. Hal ini dapat memberikan efek yang dirasakan dapat diraskan secara langsung, yakni responden mampu mengelola emosi negative menjadi emosi positif dan dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT.

D. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini terdapat factor diluar penelitian yang membuat terapi dzikir nafas sadar Allah tidak memiliki keefektivitas secara maksimal. Berikut adalah faktor diluar penelitian tersebut kemungkinan disebabkan oleh beberapa hal :

1. Jangka waktu pemberian terapi yang relative singkat, yaitu 3 hari dan dilakukan 30 menit dalam 1 hari terapi. Hal ini memungkinkan munculnya kecemasan kembali dilain waktu.
2. Kurangnya kerja sama antara responden dengan terapis pada saat terapi berlangsung.
3. Kurang kedisiplinan saat akan memulai terapi.
4. Responden sering mengeluh hal lain seperti malas, mengantuk atau lapar.
5. Kondisi ruangan yang kurang memadai untuk melaksanakan terapi.
6. Kurangnya konsentrasi responden pada saat mengikuti terapi.