

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Judul penelitian ini membahas tentang efektivitas terapi patrap shalat untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswa *fresh graduate* yang telah dilaksanakan pada awal Juli 2020. Jumlah subyek dalam penelitian ini adalah 15 orang, yaitu terdiri dari 3 *fresh graduate* perempuan dan 12 *fresh graduate* laki-laki. Subyek penelitian dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa *fresh graduate* di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen dengan menggunakan jenis penelitian *one group pre test post test*, yaitu desain yang observasinya dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Observasi yang dilakukan sebelum eksperimen disebut *pre test* sedangkan observasi yang dilakukan setelah eksperimen disebut *post test*.

Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan *pre test* (pengukuran awal) untuk mengetahui tingkat kecemasan dengan menggunakan kuesioner TMAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*) terlebih dahulu kepada kelompok eksperimen sebelum diberikan terapi patrap shalat. Selanjutnya pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan (dalam penelitian ini adalah terapi patrap shalat) satu kali dan dilakukan selama kurang lebih 30 menit. Kemudian setelah pemberian terapi yang dilakukan selama 30 menit selesai, maka pada kelompok eksperimen tersebut dilakukan pengukuran lagi disebut *post test* (pengukuran akhir) untuk mengetahui hasil tingkat kecemasan setelah pemberian terapi patrap shalat tersebut.

1. Uji Instrumen

a. Uji Validitas dan Reliabilitas

Peneliti pada penelitian ini tidak melakukan uji validitas maupun reliabilitas. Tidak melakukan uji validitas dan reliabilitas

karena aitem-aitem dari variabel kecemasan yang digunakan dalam penelitian yang berjudul “Efektivitas Terapi Patrap Shalat untuk Menurunkan Kecemasan pada Mahasiswa *Fresh Graduate* di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung” mengadopsi dari tes TMAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*) dan angket TMAS tidak perlu diujicobakan. Tidak perlu diujicobakan karena angket atau kuesioner TMAS ini telah digunakan secara umum dalam penelitian-penelitian tentang kecemasan.

Apabila suatu instrumen menjalankan ukurannya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud pengukuran tersebut maka instrument tersebut dikatakan mempunyai validitas yang tinggi. Angket atau kuesioner TMAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*) mempunyai validitas sebagai berikut: sensitivitas 90%, spesifitas 90.5% dengan korelasi uji reliabilitas dengan menggunakan α *chronbach* didapatkan hasil 0,86.¹

2. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas adalah 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 *pres test* dan *post test* dari sampel penelitian. Uji normalitas dihitung menggunakan rumus *Kolmogorov-smirnov* dengan taraf sig. 0,05.²

Hasil uji normalitas terapi patrap shalat terhadap kecemasan pada Mahasiswa *Fresh Graduate* dalam menghadapi dunia kerja di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung. Dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas sebagai berikut:

¹ Reki Wijaya, *Perbedaan Kejadian Kecemasan Siswa Kelas Akselerasi Dan Kelas Reguler Di SMAN 1 Pasang*, (Skripsi: Universitas Andalas Padang, 2014) hlm, 29

² Sofyan Siregar, *Statistika Deskriptif untuk Penelitian*, (jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2014), hlm. 256

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

Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package For Social Science*) versi 23. Berikut hasil hitung dari uji normalitas *pre test* dan *post test* pada sampel penelitian sebagai berikut:

Table 4.2
Hasil Hitung Uji Normalitas Pretest-Posttest
One Sample Kolmogorov-Sminov Test

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	.154	15	.200*	.916	15	.167
Posttest	.149	15	.200*	.909	15	.129

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Pada tabel hasil hitung uji normalitas Kolmogorov smirnov dapat diketahui, bahwa nilai sig. *Pre test* = 0,200 dan nilai sig. *Post test* = 0,200. Hal ini menunjukkan bahwa:

- 1) Nilai sig. *pretest* $> 0,05$ atau $0,200 > 0,05$, dan
- 2) Nilai sig. *post test* $> 0,05$ atau $0,200 > 0,05$

Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil uji normalitas dari *pre test* dan *post test* sampel penelitian berdistribusi normal. Dengan demikian semua data pada penelitian ini memenuhi asumsi normalitas sebaran.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas mengetahui apakah beberapa varian dalam populasi sama atau tidak. Uji homogenitas dilakukan setelah data *pre test* dan *post test* dari sampel penelitian di dapatkan.

Pada penelitian ini uji homogenitas dihitung menggunakan rumus *one way anova* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package For Social Science*) versi 23.

Berikut hasil hitung dari uji homogenitas *pre test* dan *post test*:

Table 4.3
Hasil Hitung Uji Homogenitas
Menggunakan *One Way Anova*
Test of Homogeneity of Variances

Tingkat kecemasan

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.229	4	8	.156

Berdasarkan pada hasil output uji homogenitas *one way anova* dapat diketahui nilai sig. Skor kecemasan = 0,156. Hasil hitung ini menunjukkan sig. Skor kecemasan > 0,05 atau 0,156 > 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa skor kecemasan yang didapatkan dari hasil pengisian kuesioner kecemasan pada saat *pre test* dan *post test* mempunyai varian yang sama.

B. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hipotesis dalam penelitian ini diterima atau ditolak. Hipotesis dalam penelitian ini adalah: Hipotesis alternatif (H_a), yang berbunyi, bahwa terapi patrap shalat untuk

menurunkan kecemasan pada Mahasiswa *Fresh Graduate* di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung.

Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan beberapa tahap, yakni sebagai berikut:

1. Uji beda *pretest* dan *posttest*

Untuk mengetahui perbedaan pengisian kuesioner *pre test* dan *post test* digunakan *wilcoxon signed ranks test* sebagai alat ukur statistic. Dengan dasar pengambilan keputusan jika:

- a. Nilai *asymp. Sig. (2-tailed)* < 0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan
- b. Nilai *asymp. Sig. (2-tailed)* > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

Berikut hasil dari uji beda *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen:

Table 4.4

Uji Beda *Pre Test* dan *Post Test* Kelompok Eksperimen Menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test

Test Statistics ^a	
	posttest - pretest
Z	-3.424 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Hasil uji *wilcoxon signed ranks test* pada tingkat kecemasan *pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen didapatkan nilai *asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,001 jadi nilai *asymp. Sig. (2-tailed)* < 0,05 atau 0,001 < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengisian kuesioner atau angket kecemasan *pre test* dan *pot test*.

2. Presentasi tingkat efektifitas atau pengaruh terapi patrap shalat

Untuk mengetahui seberapa besar efektivitas terapi patrap shalat dalam menurunkan kecemasan pada Mahasiswa *Fresh Graduate* dalam menghadapi dunia kerja di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung menggunakan bantuan dari *regresi linier*. Dalam penelitian ini menggunakan hasil hitung *R square* karena hanya terdiri dari satu variable bebas. Berikut hasil dari uji *regresi linier pre test* dan *post test* kelompok eksperimen:

Table 4.5
Sumbangan Efektif Regresi Linier
Pre test dan post test Kelompok Eksperimen

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.545 ^a	.297	.243	1.85647

a. Predictors: (Constant), posttest

b. Dependent Variable: pretest

Pada tabel diatas ada dua pilihan hasil dari R, yaitu *R Square* dan *Adjusted R Square*. Didalam kriteria penentuan penggunaan sumbangan efektif *regresi linier* telah ditentukan, bahwa apabila data yang dianalisi 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*.

Pada table di atas diketahui bahwa *R Square* sebesar 0,297 atau 29,7 %. Dari angka 29,7% dapat ditarik kesimpulan bahwa besarnya tingkat efektivitas terapi patrap shalat dalam menurunkan kecemasan adalah 29,7% sedangkan sisanya 70,3 % dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

Adapun ringkasan hasil hitung pengujian hipotesis, sebagai berikut:

Table 4.6

Ringkasan hasil hasil uji hipotesis sebagai berikut :

No.	Tujuan	Teknik Analisis	Hasil	Keterangan
1.	Uji beda <i>pre test</i> dan <i>post test</i> kelompok eksperimen	<i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i> < 0,05 atau 0,001 < 0,05.	Terdapat perbedaan yang signifikan
2.	Persentase tingkat efektivitas terapi patrap shalat	Sumbangan Efektif <i>Regresi Linier</i>	0,297 atau 29,7%	Efektifitas terapi patrap shalat sebesar 29,7%

Berdasarkan pada hasil pengujian hipotesis diatas maka dapat ditarik kesimpulan, bahwa dalam penelitian ini H_a diterima dan H_o ditolak. Artinya, terapi patrap shalat efektif dalam menurunkan kecemasan pada Mahasiswa *Fresh Graduate* dalam menghadapi dunia kerja di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung.

C. Pembahasan

1. Pembahasan Rumusan Masalah I

Hasil dari observasi dan tes diketahui bahwa ada 15 mahasiswa *fresh graduate* mengalami kecemasan. Tujuan dari memberikan tes kecemasan adalah untuk memastikan bahwa mahasiswa *fresh graduate* yang akan diberikan perlakuan atau *treatment* mengalami kecemasan.

Setelah dilakukannya sesi wawancara diketahui bahwa ada beberapa mahasiswa *fresh graduate* mengalami pusing, rasa khawatir, panik, kebingungan, mengalami kesusahan saat tidur pada malam hari, hingga jantung berdebar-debar saat bersinggungan mengenai seputar dunia kerja. Hal tersebut dikarenakan para mahasiswa *fresh graduate* menilai dunia kerja tidak bisa diramal.

Para mahasiswa *fresh graduate* tidak menyadari bahwa dirinya mengalami kecemasan. Karena kemunculan kecemasan sendiri tidak dapat diprediksi dan sering tidak disadari oleh penderitanya sendiri. Namun mahasiswa *fresh graduate* tersebut menunjukkan gejala-gejala kecemasan seperti sering merasa pusing, kebingungan, rasa was-was, takut akan hal yang tidak pasti, khawatir dengan keadaan sekitar, dan lain-lain.

Kemudian peneliti melakukan pengukuran tingkat kecemasan pada mahasiswa *fresh graduate* sebelum diberikan perlakuan terapi patrap shalat. Pada penelitian ini menggunakan kuesioner kecemasan TMAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*). Kuesioner ini digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan menggunakan skala Likert dengan menghilangkan skala “netral” dengan asumsi kecenderungan responden memilih nilai tengah dan hal ini akan menyebabkan bias pada data *pretest*. Berdasarkan kualifikasinya, nilai kuesioner kecemasan dalam penelitian ini yaitu: Tinggi (nilai $x \geq 33$), sedang (nilai $17 \leq x < 33$), dan rendah (nilai $x < 17$). Berdasarkan hasil penghitungan *pretest* yang dilakukan, responden sampel diperoleh hasil bahwa tingkat kecemasan

termasuk dalam taraf sedang dengan nilai rendah dari hasil *pretest* yang dilakukan adalah 26 dan nilai tertinggi adalah 33.

Dari hasil diatas, nilai yang disebutkan termasuk dalam kualifikasi nilai sedang. Mengingat mahasiswa *fresh graduate* memasuki usia dewasa awal, dilihat dari angka usianya mereka dikategorikan masih muda dan perjalanan mereka masih panjang. Pekerjaan adalah suatu ibadah untuk mencari rezeki guna memenuhi kebutuhan hidup. Berapapun hasilnya harus disyukuri, satu-satunya jalan untuk menghadapinya adalah dengan tenang dan damai. Mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa ketenangan tersendiri bagi seseorang. Dengan ini mahasiswa *fresh graduate* merasa bahwa apapun yang mereka peroleh adalah dari Alloh dan harus disyukuri.

2. Pembahasan Rumusan Masalah II

Intervensi dengan memberikan terapi patrap shalat kepada Mahasiswa *Fresh Graduate* di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung dapat mengetahui tingkat kecemasan. Tingkat kecemasan pada Mahasiswa *Fresh Graduate* di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung mengalami penurunan dari *pre test* ke *post test* pada kelompok eksperimen.

Berdasarkan hasil hitung uji beda *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen dengan menggunakan uji *Wilcoxon signed ranks tes* di dapatkan hasil nilai *asympt. Sig (2-tailed)* sebesar 0,001 karena nilai *asympt. Sig (2-tailed) < 0,05* atau $0,001 < 0,05$ maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji *wilcoxon signed ranks test* dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengisian kuesioner kecemasan saat *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen.

Berdasarkan hasil hitung uji beda *pre test* dan *post test* diatas dapat diartikan bahwa, ada pengaruh pemberian terapi patrap shalat untuk menurunkan kecemasan pada Mahasiswa *Fresh Graduate* di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung.

Bersasarkan hasil hitung dari sumbangan efektif *regresi linier* guna mengetahui efektifitas terapi patrap shalat untuk menurunkan kecemasan pada Mahasiswa *Fresh Graduate* dalam menghadapi dunia kerja di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung didapatkan nilai *R Square* sebesar 0,297 atau 29,7 %. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa besarnya tingkat efektifitas terapi patrap shalat dalam menurunkan kecemasan pada Mahasiswa *Fresh Graduate* dalam menghadapi dunia kerja di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung sebesar 29,7%. sedangkan sisanya 70,3% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

Faktor diluar peneitian yang menyebabkan terapi patrap shalat tidak memiliki efektifitas secara maksimal kemungkinan disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya kurangnya konsentrasi responden pada saat mengikuti terapi sehingga pada saat proses terapi patrap shalat responden kurang mampu merasakan efeknya, jangka waktu pemberian terapi yang relatif singkat yakni satu kali selama 30 menit, sehingga memungkinkan muncul kecemasan kembali dilain waktu.

D. Keterbatasan Penelitian

1. Adanya kasus kemunculan virus corona (COVID-19) yang menggemparkan seluruh dunia. Hingga aktivitas diluar ruangan di berbagai tempat, Negara, maupun seluruh dunia dibatasi. Begitupun dengan tempat peneliti melakukan penelitian yaitu di Desa Besole Kecamatan Besuki Tulungagung di perhatikan dan dijaga ketat seperti melakukan kegiatan tersebut sesuai dengan protocol kesehatan seperti memakai masker, jaga jarak minimal satu meter, dan waktu tidak diperbolehkan lama-lama demi keamanan guna menghindari terjadinya penyebaran wabah virus yang kemunculannya dari Wuhan Cina tersebut masuk kedalam lingkungan desa.

2. Jangka waktu pemberian terapi yang relatif singkat, yakni satu kali dan selama 30 menit, sehingga memungkinkan munculnya kecemasan kembali dilain waktu.
3. Dalam penelitian ini responden mendapatkan terapi dari terapis, sehingga ketika responden berada diluar tempat terapi dan muncul kecemasan yang mampu membuat kecemasan, responden tidak mampu melakukan terapi sendiri.
4. Kurangnya kerja sama antara responden dengan terapis pada saat terapi berlangsung.
5. Kondisi ruangan yang kurang kondusif untuk melaksanakan terapi.
6. Kurangnya konsentrasi responden pada saat mengikuti terapi, sehingga pada saat proses terapi berlangsung responden kurang mampu merasakan efek dari terapi.