

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Relaksasi Spiritual Terhadap Kecemasan Pada Remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar” ini ditulis oleh Imam Hanafi, NIM. 1733143024, Dosen Pembimbing Hj. Uswah Wardiana, M.Si.

Kata kunci : Terapi Relaksasi Spiritual

Penelitian ini dilatar belakangi oleh suatu fenomena yang ada di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar. Dengan rumusan masalah dalam skripsi ini adalah (1) Seberapa besar tingkat kecemasan pada remaja narapidana di LPKA Blitar? (2) Seberapa besar pengaruh Terapi Relaksasi spiritual dalam menurunkan kecemasan pada remaja narapidana di LPKA Blitar? Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh terapi relaksasi spiritual dalam menurunkan tingkat kecemasan pada remaja narapidana di LPKA Blitar.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah Ha: Ada pengaruh dari pemberian terapi relaksasi spiritual untuk menurunkan kecemasan pada remaja narapidana di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar. Sedang Ho: Tidak ada pengaruh dari pemberian terapi relaksasi spiritual untuk menurunkan kecemasan pada remaja narapidana di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar.

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif eksperimen yaitu dengan uji pre-tes dan post-tes menggunakan angket atau koensioener. Dalam skripsi ini yang menjadi variabel bebas adalah relaksasi spiritual dan variabel terikat adalah kecemasan, jumlah subyek dalam penelitian ini berjumlah 6 subyek. Instrument dalam penelitian ini adalah angket atau koensioener dengan skala pengukuran yaitu skala Likert.

Hasil penelitian ini ditunjukkan melalui perhitungan statistik dengan uji wilcaxon signed rank tes pada tingkat kecemasan pre-tes dan pos-tes pada kelompok eksperimen didapat nilai Asymp Sig. (2-tailed) sebesar 0,02 jadi nilai sig (2 tailed) $< 0,05$ atau $0,02 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengisian koensioener atau angket kecemasan saat pre-tes dan pos-tes. Dari hasil tabel di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Ho di tolak dan Ha di terima, yang artinya ada pengaruh dari terapi relaksasi spiritual terhadap kecemasan remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar. Hal ini juga memberikan arti bahwa setelah adanya terapi relaksasi spiritual kecemasan dapat dikurangi.

ABSTRACT

Thesis with title “The Influence of Spiritual Relaxation Therapy to Anxiety teenagers in Special Child Coaching LPKA Class 1 Blitar”. Written by Imam Hanafi, NIM. 1733143024. Advisor: Hj. Uswah Wardiana, M.Si.

Keyword: Spiritual Relaxation Therapy , Anxiety teenagers

Background of the research is the phenomenon in Institute of Special Child Coaching LPKA Class 1 Blitar. The formulation of this research are (1) How big is the level Anxiety teenagers in Special Child Coaching LPKA Class 1 Blitar ?. (2) How big is the level of effectiveness lowers anxiety on Teenagers Institute of Special Child Coaching LPKA Class 1 Blitar ?. The purpose of this research is to know and explain how effective is relaxation therapy in lowering to Anxiety teenagers in Special Child Coaching LPKA Class 1 Blitar.

Hypothesis in this research is H_a : There is influence from the provision of spiritual relaxation therapy to reduce anxiety teenagers Special Child Coaching LPKA Class 1 Blitar. While H_o : No influence from the provision of spiritual relaxation therapy to reduce anxiety teenagers Special Child Coaching LPKA Class 1 Blitar.

In this research using quantitative experimental research method that is by test of pre-test and post-test using questionnaire or coensioner. In this thesis that becomes free variable is spiritual relaxation and dependent variable is anxiety teenagers, the number of subjects in this research amounted to 6 subjects. Instrument in this research is a questionnaire with measurement scale that is likert scale.

The result of this research is shown through statistical calculation with test *wilcaxon signed rank test* on pre-test anxiety level and post-test in experimental group got Asymp Sig value. (2-tailed) of 0.02 so the value of sig (2 tailed) <0.05 or $0.02 <0.05$ it can be concluded that there is a significant difference in coaxial dispersion or anxiety questionnaires during pre-test and post-test. From the results of the above table it can be concluded that H_o is rejected and H_a received, which means there is influence of spiritual relaxation therapy to anxiety teenagers at the Institution of Special Child Coaching LPKA Class 1 Blitar. It also give the meaning that after there is therapy anxiety to be decrease.

الملخص

البحث العلمي بالموضوع "تأثير علاج استرخاء الروحي عند قلق المراهق في مؤسسة التدريبات الخاصة بالأطفال فصل 1 باليتار". كته إما حنفي. رقم القيد : 1733143024. المشرفة: الحاجة أسوة واردانا الماجستير

كلمة الإرشادية : علاج استرخاء الروحي و قلق المراهق

كانت خلفية في هذا البحث عن ظواهر التي موجهة في مؤسسة التدريبات الخاصة بالأطفال فصل 1 باليتار. وأما مسئلة البحث فهي : (1) هل علاج استرخاء الروحي فعالية لنقص قلق المراهق في مؤسسة التدريبات الخاصة بالأطفال فصل 1 باليتار ؟ (2) كم قيمة فعلية علاج استرخاء الروحي لنقص قلق المراهق في مؤسسة التدريبات الخاصة بالأطفال فصل 1 باليتار ؟. وأما أغراض البحث فهي لشرح كم قيمة فعلية علاج استرخاء الروحي لنقص قلق المراهق في مؤسسة التدريبات الخاصة بالأطفال فصل 1 باليتار.

الفرضية في البحث H_a : هناك تأثير علاج استرخاء الروحي عند قلق المراهق في مؤسسة التدريبات الخاصة بالأطفال فصل 1 باليتار. H_o : لا يوجد فيه تأثير علاج استرخاء الروحي عند قلق المراهق في مؤسسة التدريبات الخاصة بالأطفال فصل 1 باليتار.

طريقة البحث المستخدم طريقة الكمي التجريبي بإختبار القبلي والبعدي والإستبانة. المتغيرات الحورية هي علاج استرخاء الروحي والمتغيرات المقيدة قلق. عدد الموضوع 6 شخصا. أدوات البحث إستبانة بمستوى الحسابي يعني جدول ليكيرت (*skla likert*).

نتائج البحث يدول بحساب الإحصائي إختبار (*wilcaxon signed rank tes*) درجة الفلق بإختبار القبلي والبعدي على مجموعة التجريبية نالت قيمة (*Asymp Sig. 2-tailed*) 0,02, إذا قيمة (*Asymp Sig. 2-tailed*) $0,05 > 0,02$ أو $0,05 > 0,05$ فإنه الفرق الهانة في إستبانة عند الفلق في إختبار القبلي والبعدي. من نتيجة الأتية أن H_o فروضا و H_a مقبولا بمعنى هناك تأثير علاج استرخاء الروحي عند قلق المراهق في مؤسسة التدريبات الخاصة بالأطفال فصل 1 باليتار.