

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi data

Penelitian ini tentang pengaruh terapi relaksasi spiritual untuk menurunkan kecemasan pada remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar, dan telah dilaksanakan di bulan maret 2018. Penelitian ini dilaksanakan 3 hari dan subyek dalam penelitian ini adalah remaja di LPKA Blitar.

Penelitian ini dilakukan dengan cara diberi terapi namun sebelum terapi subyek di berikan pre-tes (alat ukur awal) dan selesai terapi pada hari ketiga akan diberikan (pos-tes akhir) untuk mendapatkan hasil dari terapi yang telah dilaksanakan.

1. Hasil uji validitas

a. Uji validitas

Uji validitas dilakukan pada 23 remaja di Lembaga Pembinaan Anak Kelas 1 Blitar pada bulan maret 2018. Berdasarkan perhitungan validitas yang dilakukan dengan cara program SPSS 20, maka uji validitas pada variable adalah sebagai berikut :

Dari 60 aitem skala kecemasan yang diuji cobakan hasilnya terdapat 33 aitem yang dinyatakan valid dan yang dinyatakan gugur terdapat 27 aitem. Digambarkan dalam tabel berikut ini :

Tabel 4.1

**Nomor Aitem Yang Valid Dan Tidak Valid Pada Skala
Kecemasan**

Aspek	Nomor aitem				Jumlah aitem Valid
	Favorable		Unvaforabel		
	Valid	Tidak valid	Valid	Tidak valid	
Emosi	1,2,3,13,14,25,26,49,50	37,38,15,27	7,9,19,31,33,44	43,55,8,20,32,56,21	15
Kognitif	4,16,40,51	39,28,52	10,22,57	45,34,46,58	7
fisiologis	5,17,18,30,53,54,41	29,6,42	11,12,35,47	23,59,24,36,48,60	11

Demikian hasil dari uji validasi skala kecemasan pada remaja. Valid dan tidaknya didasarkan pada perhitungan bahwa $r_{hitung} > r_{tabel}$ (0,413). Dan jika r_{hitung} kurang dari 0,413 maka aitem tersebut tidak valid . Dari skala kecemasan remaja didapatkan aitem valid berjumlah 33 dan aitem tidak valid berjumlah 27. Dan aitem yang valid lebih dari 0,314 tersebut telah dikatakan valid dan dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

b. Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji realibilitas dengan menggunakan alfa cronbach, pada skala kecemasan yang terdiri dari 60 aitem dapat diketahui bahwa realibilitas = 0,918 dan r_{kritis} product moment dengan tingkat kepercayaan 99% = 0,413, dengan demikian maka skala kecemasan dinyatakan variable. Adapun hasil lengkap dari variable adalah sebagai berikut :

Tabel 4.2

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.918	33

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa variable memiliki nilai koefisien Alpha Cronbach sebesar 918. Berdasarkan hasil diatas Crounbach lebih dari nilai rkritis product moment (0,413). Jadi dapat dikatakan bahwa intrumen pernyataan yang digunakan dalam penelitian in sudah reliabel atau dapat di andalkan sehingga bisa dilakukan analisis berikutnya.

2. Uji asumsi dasar

a. Hasil uji normalitas

Hasil uji normalitas relaksasi spiritual terhadap kecemasan remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Blitar. Suatu data dikatakan berdistribusi normal jika signifikasi nilai $< 0,05$ maka data tidak normal. Dan dikatakan normal jika signifikasi nilai $> 0,05$, Berikut hasil analisis data variable kecemasan dengan menggunakan bantuan program SPSS (Sttistik package for Sosial Science) versi 20.

Tabel 4.3

**Hasil uji normalitas pre-tes dan pos-tes
One sampel Kolmogorov-smirnov**

Tests of Normality							
	VAR00002	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
VAR00001	Pre-tes	.235	6	.200*	.919	6	.498
	post-tes	.313	6	.068	.874	6	.242

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

a. Lilliefors Significance Correction

Pada tabel hasil hitung uji normalitas one sample Kolmogorov smirnov dapat diketahui, bahwa nilai sig. *Pre test* = 0,200 dan nilai sig. *Post test* = 0,068. Hal ini menunjukkan, nilai sig. *Pre test* > 0,05 atau 0,200 > 0,05 dan nilai sig. *Post test* > 0,05 atau 0,068 > 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil uji normalitas dari pre post dan post test sampel penelitian berdistribusi normal.

b. Hasil uji homogenitas

Homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian dalam populasi sama atau tidak. Sebagai kriteria pengujian, jika nilai sig > 0,05 maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok adalah sama. Begitu juga

sebaliknya.¹ Uji homogenitas dilakukan setelah data pre test dan post test dari sampel penelitian di dapatkan.

Pada penelitian ini uji homogenitas dihitung menggunakan one way anova dengan bantuan program SPSS (Statistical Package for Social Science) versi 20. Adapun hasil hitung dari uji homogenitas pre test dan post test, sebagai berikut:

Tebel 4.4
Hasil hitung homogenitas Pre Tes dan Pos Tes
Menggunakan *One Way Anova*

Test of Homogeneity of Variances

VAR00001

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.214	1	10	.168

Berdasarkan pada hasil output uji homogenitas one way anova dapat diketahui nilai sig. Skor kecemasan = 0,168. Hasil hitung ini menunjukkan nilai sig. Skor stres > 0,05 atau 0,168 > 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa skor stres yang didapatkan dari hasil pengisian kuesioner kecemasan pada saat pre test dan post test mempunyai varian yang sama dan bisa dilanjutkan uji selanjutnya.

¹ Duwi Priyatno, *Mandiri Belajar SPSS Untuk Analisis dan Uji Statistik*, (Yogyakarta: Media Kom, 2008), hal. 31

B. Uji hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui mana mana yang diterima dalam penelitian ini, adapun uji hipotesis dalam penelitian ini adalah :

- a. H_a : Ada pengaruh dari pemberian terapi relaksasi spiritual untuk menurunkan kecemasan pada remaja narapidana di LPKA blitar
- b. H_o : Tidak ada pengaruh dari pemberian terapi relaksasi spiritual untuk menurunkan kecemasan pada remaja narapidana di LPKA blitar

Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan beberapa tahap, antara lain:

1. Uji beda pre-tes dan post-tes

Untuk mengetahui perbedaan pengisian kuisisioner pre-tes dan post-tes digunakan Wilcoxon Signed rank tes sebagai alat ukur statistic dengan dasar pengambilan keputusan jika nilai asymp sig. (2-tailed) < 0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan, dan juga sebaliknya apabila asymp sig. (2-tailed) > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan, hasil dari uji sebagai berikut :

Tabel 4.5
Uji beda pre-tes dan pos-tes kelompok eksperimen
menggunakan Wilcoxon Signed Rank Tes

	Pre tes – pos tes
Z	-3.061 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Hasil uji wilcoxon 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 koensiorer atau angket kecemasan saat pre-tes dan pos-tes.

2. Tingkat efektifitas terapi relaksasi spiritual

Menggunakan bantuan dari regresi linier untuk mengetahui seberapa besar efektifitas terapi relaksasi spiritual pada remaja LPKA. Di penelitian ini menggunakan hasil hitung R square karena hanya dari satu variable bebas, hasil dari uji sebagai berikut :

Tabel 4.6
Regresi linier pre-te dan post-tes kelompok experiment
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.527 ^a	.278	.097	7.29612

a. Predictors: (Constant), pos-tes

Pada tabel diatas terdapat dua pilihan hasil dari R, yakni R Square dan Adjusted R Square. Didalam kriteria penentuan menggunakan sumbangan efektif regresi linier telah ditentukan, bahwa apabila data yang dianalisis 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.

Output SPSS pada tabel diatas diketahui bahwa nilai R Square sebesar 0,278 atau 27,8 %. Dari angka 27,8% dapat ditarik kesimpulan bahwa besarnya tingkat efektivitas terapi Relaksasi Spiritual dalam menurunkan kecemasan adalah 27,8% sedangkan sisanya 72,8% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

Adapun ringkasan hasil hitung pengujian hipotesis, sebagai berikut:

Tabel 4.7

Ringkasan hasil hasil uji hipotesis sebagai berikut :

No.	Tujuan	Teknik	Hasil	Keterangan
1.	Uji beda nilai pre-tes dan pos-tes kelompok eksperimen	Willcaxon signed rank tes	0,02 < 0,05	Terdapat perbedaan yang signifikan
2.	Presentase efektifitas terapi relaksasi spiritual	Sumbangan efektif regresi linier	0,278 atau 27,8%	Efektifitas terapi relaksasi spiritual sebesar 27,8%

Dari hasil tabel di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa H_0 di tolak dan H_a di terima, yang artinya ada pengaruh dari terapi relaksasi spiritual terhadap kecemasan remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar.