

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. GAMBARAN UMUM TEMPAT PENELITIAN

UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung merupakan tempat untuk menampung lansia yang memang di khusus kan di situ untuk kegiatan di bidang penyantunan, rehabilitasi, bantuan, dan pengembangan dan resosiliasi yang mana tidak lain sebagai tugas dari Dinas Provinsi Jawa Timur sebagai hunian untuk upaya kesejahteraan para lansia agar tidak terlantar.

Panti ini didirikan pada tahun 1938 bersifat sebagai penampungan sosial bagi gelandangan dan pengemis, wanita tuna susila, orang, terlantar yang mana pada waktu itu bangunan belum permanen dan terbuat dari anyaman bambu. Pada tahun 1984 samapai sekarang diadakan perubahan dan penataan sehingga pada tahun 2003 tentang fungsi dan tugas Unit Pelaksana Teknis Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur berubah menjadi Unit Pelayanan Sosial (UPS) ada dibawah naungan PSTW Wlingi Blitar. Dan dengan adanya PERGUB No.119 tahun 2008 tentang organisasi dan tata kerja Unit Pelaksana Teknis Sosial Provinsi Jawa Timur. Maka pada tahun 2009 berubah menjadi UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung. Kemudian berubah lagi menjadi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung.

UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung terletak di Kel. Kenayan, Kec. Kedungwaru, Kab. Tulungagung, Jawa

Timur (66212). Di dalam panti terdapat Mushola, aula, gazebo-gazebo untuk istirahat, pos satpam, kantor dan juga taman. Di dalam panti ini terdapat 5 Wisma yang berada di sana ada Wisma Tulip, Mawar, Melati, Dahlia dan Krisan. Dari ke 5 Wisma ini memiliki daya tampung 80 orang. Wisma Tulip dihuni oleh Laki-laki, Wisma Melati dihuni oleh Perempuan, Wisma Mawar dihuni oleh Laki-laki dan Perempuan namun ada pembatas ruangan secara terpisah, Wisma Dahlia di huni oleh Perempuan dan Wisma Krisan di huni oleh Laki-laki dan Perempuan yang kamarnya di pisah dan hanya dikhususkan untuk Lansia yang sudah banyak menghabiskan waktunya dengan tiduran karena kesulitan berjalan maupun karena sudah tak mampu untuk bepergian jauh jika tanpa pengawasan dari petugas mengingat ada yang sudah ada kerusakan fungsi organ tubuh karena sakit patah tulang punggung yang cukup parah sehingga perlu adanya pemindahan dari Wisma sebelumnya untuk ditempatkan di Wisma ini.

Sebagian besar yang menghuni panti ini memang sudah tidak mempunyai keluarga atau rumah karena kesendiriannya tidak ada yang merawat sehingga di bawa ke Panti ini atau memang di ambil dari pihak panti dengan kegiatan kunjungan kerumah-rumah, penelusuran dari desa ke desa lain maupun info dari kantor desa melalui petugas-petugas desa yang memberikan info adanya warga yang membutuhkan bantuan. Panti ini saat ini juga difungsikan sebagai kegiatan praktek para Mahasiswa dari berbagai Sekolah Menengah Kejuruan maupun Perguruan Tinggi Negeri

dan Swasta yang mengkaji berbagai permasalahan baik secara medis maupun psikis dan dirasa dengan adanya kegiatan itu cukup mampu mengurangi kesepian dari para lansia yang merindukan Anak, Cucu maupun Saudara yang sudah meninggalkannya atau kah karena tidak mempunyai keluarga sehingga sebagai kebahagiaan tersendiri karena keberadaan mereka.

B. HASIL PENELITIAN

Penelitian mengenai terapi relaksasi dzikir terhadap perubahan tingkat insomnia pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung telah dilaksanakan sejak tanggal 4-30 Juni 2018. Responden dalam penelitian ini adalah lansia yang mengalami insomnia dengan jumlah responden sebanyak 10 lansia. Jenis penelitian ini dirancang dalam bentuk penelitian *Experiment* dengan desain penelitian berupa *One group Pre-Test and Post-Test*.

1. Analisa Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Jenis Kelamin Dan Umur
Pada Lansia Yang Mengalami Insomnia

No	Karakteristik Responden		Jumlah (f)	Presentase (%)
1	Jenis Kelamin	Laki-laki	2	20
		Perempuan	8	80
		Total	10	100
2	Umur	60-74 tahun	4	40
		75-89 tahun	6	60
		Total	10	100

Sumber: Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa 2 (20%) responden berjenis kelamin Laki-laki dan 8 (80%) responden berjenis kelamin perempuan. Sedangkan karakteristik responden berdasarkan umur adalah sebanyak 4 (40%) responden berumur 60-74 tahun, dan sebanyak 6 (60%) responden berumur 75-89 tahun.

b. Tingkat Insomnia

Table 4.2
Distribusi Tingkat Insomnia Sebelum Terapi Relaksasi Dzikir
(Pre-Test) Pada Lansia Yang Mengalami Insomnia

Tingkat Insomnia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Insomnia Ringan	2	20
Insomnia Berat	5	50
Insomnia Sangat Berat	3	30
Total	10	100

Sumber : Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa lansia yang mengalami insomnia ringan sebanyak 2 orang (20%), insomnia berat sebanyak 5 orang (50%) dan insomnia sangat berat 3 orang (30%).

Tabel 4.3
Distribusi Tingkat Insomnia Setelah Terapi Relaksasi Dzikir
(Post-Test) Pada Lansia Yang Mengalami Insomnia

Tingkat Insomnia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Tidak ada keluhan insomnia	3	30
Insomnia Ringan	5	50
Insomnia Berat	2	20
Total	10	100

Sumber : Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan bahwa lansia setelah diberikan intervensi terapi relaksasi dzikir tidak ada keluhan insomnia sebanyak 3 orang (30%), insomnia ringan sebanyak 5 orang (50%) dan insomnia berat 2 orang (20%).

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Rerata Skor Insomnia
Sebelum dan Sesudah Terapi Relaksasi Dzikir Pada Lansia
Yang Mengalami Insomnia

Tingkat Insomnia	Mean	Median	SD	Min	Max
Pre Test	32.40	32.00	6.818	21	41
Post Test	24.60	24.50	6.467	14	35

Sumber : Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan bahwa skor insomnia sebelum (*Pre Test*) terapi relaksasi dzikir pada lansia yang mengalami insomnia yang paling tinggi adalah 41 dan terendah 21 dengan mean 32,40. Sedangkan skor insomnia setelah (*Post Test*) terapi relaksasi dzikir yang paling tinggi adalah 35 dan terendah 14 dengan mean 24,60. Hal ini menunjukkan adanya penurunan tingkat insomnia yang bermakna pada lansia setelah diberikan intervensi terapi relaksasi dzikir (*Post-test*).

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui ada atau tidak pengaruh variabel independen (Terapi Relaksasi Dzikir) dengan variabel dependen (Perubahan Tingkat Insomnia) ditunjukkan dengan nilai $p < 0,005$. Selanjutnya untuk mengetahui apakah data penelitian

terdistribusi normal pada data sebelum dan sesudah diberi intervensi terapi relaksasi dzikir, maka uji pada penelitian ini menggunakan *Uji Paired T-Test*. Uji ini digunakan untuk menganalisis hasil-hasil pengamatan yang berpasangan dari data apakah berbeda atau tidak, data bertipe interval atau ratio, dan datanya berdistribusi normal. Sehingga uji perbandingan tingkat insomnia pre test dan post test yang digunakan adalah *Uji Paired T-Test*.

Tabel 4.5
Tests of Normality

Skor Pre & Post		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statisti c	df	Sig.	Statisti c	df	Sig.
Tingkat Insomnia	Pre-test	.219	10	.192	.910	10	.279
	Post-test	.144	10	.200*	.972	10	.910

Berdasarkan tabel 4.5 diatas nilai signifikan pada Kolmogorov-Smirnov untuk *Pre-test* adalah $0,192 > 0,05$ dan nilai signifikan untuk *Post-test* adalah $0,200 > 0,05$. Sedangkan nilai signifikan pada Shapiro-Wilk untuk *Pre-test* adalah $0,279 > 0,05$ dan nilai signifikan untuk *Post-test* adalah $0,910 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan data untuk *Pre-test* dan *Post-test* berdistribusi normal.

Tabel 4.6
Hasil Uji Perbandingan Tingkat Insomnia Pre-Test Dan
Post-Test Pada Lansia Yang Mengalami Insomnia (*Paired T-*
***Test*)**

Tingkat Insomnia	Skor Insomnia				P
	Pre-test		Post-test		
	Mean	SD	Mean	SD	
Tingkat Insomnia	32.40	6.818	24.60	6.467	0.000*

*Keterangan, *Uji Paired t-test*

Berdasarkan tabel 4.5 dengan uji statistik dengan *Paired T-Test* pada pre test dan post-test didapatkan $p = 0,000$ atau $p < 0,05$ berarti terdapat perbedaan yang bermakna pada perubahan tingkat insomnia sebelum dan sesudah melakukan terapi relaksasi dzikir.

Tabel 4.7
Regresi linier pre-te dan post-tes kelompok eksperimen
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.972 ^a	.944	.937	1.62129

Berdasarkan tabel 4.7 dengan menggunakan bantuan dari regresi linier sederhana untuk mengetahui seberapa besar pengaruh terapi relaksasi dzikir terhadap perubahan tingkat insomnia pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung. Penelitian ini menggunakan hasil hitung R square karena hanya dari satu variable bebas. Hasil perhitungan menggunakan uji regresi linier didapatkan nilai *R Square* sebesar

0,944 atau 94,4%. Dari angka 94,4% dapat ditarik kesimpulan bahwa besarnya pengaruh terapi relaksasi dzikir dalam menurunkan perubahan tingkat insomnia pada lansia sebesar 94,4%, sedangkan sisanya 5,6% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

Adapun ringkasan hasil hitung pengujian hipotesis, sebagai berikut:

Tabel 4.8

Ringkasan hasil uji hipotesis sebagai berikut :

No.	Tujuan	Teknik	Hasil	Keterangan
1.	Uji beda nilai pre-tes dan post-tes kelompok eksperimen	Uji Paired T-Test	$0,00 < 0,05$	Terdapat perbedaan yang signifikan
2.	Presentase seberapa besar pengaruh terapi relaksasi dzikir	Uji Regresi linier sederhana	0,944 atau 94,4%	Besarnya pengaruh pemberian terapi relaksasi dzikir adalah 94,4%.

Berdasarkan pada hasil hitung tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, ada pengaruh pemberian terapi relaksasi dzikir terhadap perubahan tingkat insomnia pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung dan besarnya pengaruh pemberian terapi relaksasi dzikir adalah 94,4%.