

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Deskripsi Lokasi Penelitian**

##### 1. Letak Geografis

Unit Pelaksanaan Teknis Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar (UPT PSBR) Blitar terletak di Jalan Ahmad Yani Nomor 32 Kelurahan Sananwetan, Kecamatan Sananwetan, Kota Blitar. Lokasi UPT ini cukup strategis karena tidak jauh berada di pusat kota Blitar yang bisa dijangkau dengan mudah dengan sarana perhubungan darat baik roda dua maupun roda empat.

UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar memiliki visi dan misi. Visi dari UPT PSBR ini adalah terwujudnya peningkatan kesejahteraan sosial remaja putus sekolah terlantar melalui usaha bersama pemerintahan dan masyarakat. Sedangkan misi dari UPT PSBR Blitar, yaitu:

- a. Melaksanakan pelaksanaan kelembagaan dan perencanaan program pelayanan sosial remaja terlantar.
- b. Melaksanakan pelayanan sosial yang mencakup pemenuhan kebutuhan dasar, kebutuhan fisiologis.
- c. Melaksanakan bimbingan fisik, mental, sosial, dan pelatihan ketrampilan sesuai dengan kaidah profesi pekerjaan sosial.

Adapun batas wilayah kelurahan Sananwetan yang merupakan letak UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar adalah sebagai berikut:

Sebelah utara	: Kelurahan Bendogenit
Sebelah selatan	: Kelurahan Karang Tengah
Sebelah barat	: Kelurahan Kepanjen Kidul dan Plosokerep
Sebelah timur	: Kelurahan Gedog dan Desa Papungan

Gambaran secara umum UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar adalah sebagai berikut :

a. Kapasitas Tampung	: 85 Orang/Jiwa
b. Sasaran Garapan	: Remaja Terlantar Putus Sekolah
c. Jumlah Karyawan	: 27 Orang
d. Luas Tanah	: 7.209 m <sup>2</sup>
e. Gedung/Bangunan	:
1) Kantor	: 1.200 m <sup>2</sup>
2) Asrama (5 lokal)	: Masing – Masing 120 m <sup>2</sup>
3) Rumah Jabatan	: 45 m <sup>2</sup>
4) Rumah Jabatan (3 lokal)	: Masing – Masing 36 m <sup>2</sup>
5) Ruang Pendidikan	: 180 m <sup>2</sup>
6) Ruang Ketrampilan 3 Gedung	
7) Aula	: 180 m <sup>2</sup>
8) Ruang Makan dan Dapur	: 90 m <sup>2</sup>
9) Mushola	: 70 m <sup>2</sup>

- 10) Pos Satpol PP : 16 m<sup>2</sup>
- 11) Ruang Poloklinik : 148,6 m<sup>2</sup>
- 12) Garasi Kendaraan : 36 m<sup>2</sup>
- 13) Pagar dan Paving Halaman : 175 m<sup>2</sup>

## **B. Deskripsi Data**

### 1. Uji Intrumen

#### a. Uji Validitas

Sebelum instrumen dipergunakan untuk melaksanakan penelitian maka instrumen tersebut harus diuji coba terlebih dahulu kepada sejumlah responden yang telah ditetapkan untuk menguji validitasnya. Jika instrumen sudah valid maka peneliti siap mempergunakan kuesionernya untuk penelitian. Instrumen dalam penelitian uji coba kepada 20 responden pada tanggal 25 Juni 2018, dimana sampel uji coba dalam penelitian ini berasal kelas Pertukangan Kayu, kelas Otomotif Sepeda Montor, kelas Bordir, dan kelas Penjahitan di UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar.

Tabulasi data asli dari uji coba kuesioner stres ini dapat dilihat pada bagian lampiran. Untuk menguji validitas instrumen, peneliti menggunakan *product moment* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 22. Adapun hasil hitungan dari uji validitas kuesioner stres, sebagai berikut:

**Tabel 4.1**  
**Hasil Hitung Uji Validitas Kuesioner Stres**  
**Menggunakan *Product Moment***

<b>No Item</b>	<b><i>Correlation Pearson</i></b>	<b><i>r</i><sub>tabel</sub> (Sig.0,05)</b>	<b>Keterangan</b>
1	0,772	0,444	Tidak Valid
2	0,878	0,444	Valid
3	0,731	0,444	Valid
4	0,736	0,444	Valid
5	0,611	0,444	Tidak Valid
6	0,823	0,444	Valid
7	0,895	0,444	Tidak Valid
8	0,595	0,444	Tidak Valid
9	0,590	0,444	Tidak Valid
10	0,718	0,444	Tidak Valid
11	0,655	0,444	Valid
12	0,689	0,444	Tidak Valid
13	0,637	0,444	Tidak Valid
14	0,701	0,444	Valid
15	0,-113	0,444	Tidak Valid
16	0,746	0,444	Tidak Valid
17	0,717	0,444	Valid
18	0,421	0,444	Valid
19	0,529	0,444	Valid
20	0,707	0,444	Tidak Valid
21	0,790	0,444	Valid
22	0,806	0,444	Tidak Valid
23	0,661	0,444	Valid
24	0,698	0,444	Valid
25	0,660	0,444	Valid
26	0,129	0,444	Valid
27	0,400	0,444	Valid
28	0,705	0,444	Tidak Valid
29	0,767	0,444	Tidak Valid
30	0,779	0,444	Valid
31	0,806	0,444	Tidak Valid
32	0,711	0,444	Valid
33	0,861	0,444	Tidak Valid

34	0,386	0,444	Valid
35	0,368	0,444	Tidak Valid
36	0,630	0,444	Valid
37	0,757	0,444	Tidak Valid
38	0,585	0,444	Valid
39	0,777	0,444	Valid
40	0,708	0,444	Valid
41	0,690	0,444	Valid
42	0,778	0,444	Tidak Valid
No Item	<i>Correlation Pearson</i>	<i>r<sub>tabel</sub> (Sig,0,05)</i>	<b>Keterangan</b>
43	0,873	0,444	Valid
44	0,708	0,444	Valid
45	0,667	0,444	Valid
46	0,749	0,444	Valid
47	0,687	0,444	Valid
48	0,857	0,444	Valid
49	0,626	0,312	Valid
50	0,824	0,312	Tidak Valid
51	0,837	0,312	Tidak Valid
52	0,779	0,312	Tidak Valid
53	0,701	0,312	Valid
54	0,827	0,312	Tidak Valid
55	0,809	0,312	Valid
56	0,670	0,312	Tidak Valid
57	0,619	0,312	Tidak Valid
58	-0,464	0,312	Valid
59	0,751	0,312	Valid
60	0,361	0,312	Tidak Valid
61	0,806	0,312	Valid
62	0,446	0,312	Valid
63	0,733	0,312	Valid
64	0,798	0,312	Tidak Valid
65	0,596	0,312	Tidak Valid
66	0,626	0,312	Valid
67	0,542	0,312	Valid
68	0,611	0,312	Tidak Valid
69	0,286	0,312	Valid
70	0,677	0,312	Tidak Valid
71	0,810	0,312	Tidak Valid
72	0,813	0,312	Valid

73	0,733	0,312	Valid
74	0,552	0,312	Tidak Valid
75	0,824	0,312	Valid
76	0,689	0,312	Tidak Valid
77	0,690	0,312	Valid
78	0,689	0,312	Tidak Valid
79	0,690	0,312	Valid
80	0,716	0,312	Valid
<b>Jumlah item valid</b>			<b>50</b>
<b>Jumlah item tidak valid</b>			<b>30</b>

Dari tabel diatas dapat diketahui sebuah item dinyatakan valid jika hasil hitung *correlation pearson*  $> r_{\text{tabel}}$  (sig. 0,05). Untuk menentukan nilai dari  $r_{\text{tabel}}$  (sig. 0,05) dapat dilihat pada tabel *r product moment* dengan jumlah data (n) = 40 pada bagian lampiran. Dari tabel *r product moment* dengan jumlah data (n) diketahui  $r_{\text{tabel}}$  sebesar 0,321 sehingga item dari skala stres yang terdiri dari 80 item, terdapat 50 item yang dinyatakan valid dan 30 item yang dinyatakan tidak valid atau gugur dan tidak digunakan.

Adapun hasil uji validitas kuesioner stres, sebagai berikut:

Tabel 4.2

## Hasil Uji Validitas Kuesioner Stres

No.	Aspek	Pernyataan				Jumlah Item
		Favorabel		Unfavorabel		
		Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
1.	Gejala fisik	9, 21, 25, 49, 53, 73, 77	1, 5, 65,	17, 41, 45, 61, 69	13, 29, 37, 33, 57	20
2.	Gejala Emosional	2, 10, 14, 18, 26, 38, 46, 58, 66	42	6, 30, 34, 62	22, 50, 54, 70, 74, 78	20
3.	Gejala intelektual	3, 11, 23, 43, 55, 67, 75, 79	15, 51	7, 19, 27, 39, 47, 59, 63	31, 35, 71	20
4.	Gejala interpersonal	4, 36, 48, 80	12, 20, 28, 60, 68, 76	8, 24, 32, 40, 44, 72	16, 52, 56, 64	20
<b>Total</b>		28	12	22	18	80

## b. Uji Reabilitas

Reabilitas adalah suatu instrumen yang dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data, karena instrumen sudah baik. Reabilitas mengarah kepada keakuratan dan ketepatan dari suatu alat ukur, suatu prosedur pengukuran koefisien reabilitas mengidentifikasi adanya stabilitas skor yang didapat pada suatu waktu, pada waktu yang lain yang relatif sama.<sup>1</sup> Reabilitas bisa diartikan dengan keterandalan. Artinya, suatu tes memiliki keterandalan jika tes tersebut digunakan secara berulang-ulang

<sup>1</sup> Prasetyo Budi Widodo, *Reabilitas dan Validitas Konstruksi Skala Konsep Diri Untuk Mahasiswa Indonesia*, Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Vol 3. No 1 Juni 2007, hlm. 2

hasilnya sama. Dengan demikian, reabilitas bisa diartikan dengan stabilitas.<sup>2</sup>

Perhitungan dengan menggunakan *Alpha Cronbach*, dipakai untuk mengetahui reabilitas instrumen. Instrumen dapat dikatakan reliabel jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$ .

Adapun kriteria pengujian reabilitas menggunakan *Alpha Cronbach*, sebagai berikut:

- 1) Instrumen dapat dikatakan reliabel bila  $a > r$  kritis *product moment* (dengan tingkat kepercayaan 99%)
- 2) Instrumen dapat dikatakan tidak reliabel bila  $a < r$  kritis *product moment* (dengan tingkat kepercayaan 99%).<sup>3</sup>

Dalam penelitian ini uji reabilitas dilakukan menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 22. Adapun hasil hitungn dari uji reabilitas kuesioner stres sebanyak 50 item, sebagai berikut:

---

<sup>2</sup> Euis Sunarti, *Pengukuran, Reabilitas, Validitas*, Vol 2. No 2 Juni 2007, hlm. 2

<sup>3</sup> Duwi Consultant, *Uji Reabilitas Kuesioner*, dalam <http://duwiconsultant.blogspot.co.id> , diakses 2 Juni 2018, Pukul, 17.00 WIB

**Tabel 4.3**

**Hasil Uji Reabilitas Kuesioner Stres**  
**Menggunakan *Alpha Cronbach***

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,960	50

*Sumber: Output SPSS 22.0*

Dari tabel *output* diatas, diketahui bahwa niloai *alpha* sebesar 0,960, Kemudian nilai ini dibandingkan dengan nilai koefisien *alpha*.

Sarwono menyebutkan jika nilai korelasi  $> 0,8$  maka instrumen tersebut reliabel dan sebaliknya, jika nilai korelasi  $< 0,8$  maka instrumen tersebut kurang reliabel. Sedangkan indesk reabilitas menurut Arikunto Suharsini, sebagai berikut:<sup>4</sup>

**Tabel 4.4**

**Indesk Reabilitas dan Interpretasinya**

Koefisien alpha ( $\alpha$ )	Interprestasi
0,800 – 1,000	Sangat Reliabel
0,600 – 0,799	Reliabel
0,400 – 0,599	Cukup Reliabel
0,200 – 0,399	Tidak Reliabel
$< 0,200$	Sangat Tidak Reliabel

Berdarkan hasil perhitungan dari uji reabilitas *alpha cronbach* dan pembacaan tabel diatas, maka hasil perhitungan dari 50 item memiliki nilai  $\alpha = 0,960$  sehingga dapat disimpulkan bahwa item-item

---

<sup>4</sup> Naharin Suroyya, *Efektivitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Dalam Menurunkan Stres Akibat Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Tulungagung Angkatan tahun 2012*, (Tulungagung: Skripsi tidak diterbitkan, 2016)

skala stres sangat reliabel atau dengan kata lain memiliki tingkat reabilitas yang tinggi.

## 2. Uji Asumsi Dasar

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji ini biasanya digunakan untuk mengukur data berskala ordinal, interval, ataupun rasio. Jika analisis menggunakan metode parametrik, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi, yaitu berasal dari distribusi normal, atau jumlah sampel sedikit dan jenis data adalah nominal atau ordinal, maka metode yang digunakan adalah statistik nonparametrik.<sup>5</sup>

Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas, sebagai berikut:

- 1) Jika sig. (signifikansi)  $< 0,05$ , maka data berdistribusi tidak normal.
- 2) Jika sig. (signifikansi)  $> 0,05$ , maka data berdistribusi normal.<sup>6</sup>

Pada penelitian ini, uji normalitas dihitung menggunakan uji *one sample kolmogrov-smirnov* dengan taraf sig. 0,05 uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 22.

---

<sup>5</sup> Duwi Priyatno, *Mandiri Belajar SPSS Untuk Analisis dan Uji Statistik*, (Yogyakarta: Media Kom, 2008), hlm. 28

<sup>6</sup> Saifuddin Azwar, *Penyesunan Skala Psikologis*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), hlm. 28

Adapun hasil hitung dari uji normalitas *pre-test* dan *post-test* pada sampel penelitian, sebagai berikut:

**Tabel 4.5**  
**Hasil Hitung Uji Normalitas *Pre-Test* dan *Post-Test***  
**Menggunakan *One Sample Kolmogrov-Smirnov***

Tests of Normality							
		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
POST TEST		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRE TEST	1	,161	20	,183	,964	20	,618
	2	,119	20	,200 <sup>*</sup>	,958	20	,510

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

a. Lilliefors Significance Correction

Pada tabel hasil uji normalitas *one sample kolmogrov-smirnov* dapat diketahui, bahwa nilai sig. *Pre-test* = 0,183 dan nilai sig. *Post-test* = 0,200. Hal ini menunjukkan, nilai sig. *Pre-test* > 0,05 atau 0,183 > 0,05 dan nilai sig. *Post-test* > 0,05 atau 0,200 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil uji normalitas dari *pre-post* dan *post-test* sampel penelitian berdistribusi normal.

b. 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.<sup>7</sup> 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 22. Adapun hasil hitung dari uji homogenitas *pre-test* dan *post-test*, sebagai berikut:

**Tabel 4.6**

**Hasil Uji Homogenitas *Pre-Test* dan *Post-Test***

**Menggunakan *One Way Anova***

**Test of Homogeneity of Variances**

Skor stres

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2,897	1	38	,097

Berdasarkan pada hasil *output* uji homogenitas *one way anova* dapat diketahui nilai sig. Skor stres = 0,097. Hasil hitung ini menunjukkan nilai sig. Skor stres > 0,05 atau 0,097 > 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa skor stres yang didapatkan dari hasil pengisian kuesioner stres pada saat *pre-test* dan *post-test* mempunyai varian yang sama.

---

<sup>7</sup> Duwi, *Mandiri Belajar.....*, hlm. 31

### C. Pengujian Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hipotesis manakah yang dapat diterima dalam penelitian. Di dalam penelitian kuantitatif hipotesis penelitian dibagi menjadi dua, yakni hipotesis nol ( $H_0$ ) dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ). Adapun hipotesis dalam penelitian ini, sebagai berikut:

- a. Hipotesis nol ( $H_0$ ) yang berbunyi, bahwa Tidak ada pengaruh Terapi Shalat Tajud dalam menurunkan stres pada remaja di UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar.
- b. Hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang berbunyi, bahwa ada pengaruh Terapi Shalat Tahajud Ada pengaruh dalam menurunkan stres pada remaja di UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar.

Setelah pengujian prasyarat tersebut telah terpenuhi, selanjutnya penelitian melakukan uji hipotesis. Ada beberapa tahap dalam penelitian ini:

#### 1. Uji Beda Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Untuk mengetahui adakah perbedaan dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang telah melakukan *pre-test* dan *post-test* maka terlebih dahulu melewati uji perbedaan antara kedua kelompok tersebut dengan menggunakan uji *mann whitney non parametik* untuk mengetahui perbedaan hasil pengisian kuesipner stres baik saat *pre-test* maupun *post-test* terhadap kelompok

eksperimen dan kelompok kontrol, dan untuk mencari selisih dari skor *pre-test* dan *post-test* dari kelompok.<sup>8</sup> Maka dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.7**  
**Rekapitulasi Hasil Hitung Kuesioner Stres**  
***Test dan Post-Test, dan Gain Score***

No.	Kelompok Eksperimen			No.	Kelompok Kontrol		
	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	<i>Gain Score</i>		<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	<i>Gain Score</i>
1.	150	130	20	1.	170	173	-3
2.	170	129	41	2.	169	172	-3
3.	146	124	22	3.	180	178	2
4.	152	136	16	4.	143	146	-3
5.	143	127	16	5.	150	153	-3
6.	162	138	24	6.	140	139	1
7.	153	129	24	7.	160	162	-2
8.	148	117	31	8.	130	131	-1
9.	152	126	26	9.	147	149	-2
10	160	135	25	10.	142	150	-8

Hasil hitung dari *gain score* pada tabel diatas kemudian diolah dengan menggunakan teknik analisis uji *mann whitney*. Uji *mann whitney* dilakukan karena persyaratan dalam menggunakan *mann whitney* telah terpenuhi dalam penelitian, yakni:

<sup>8</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian.....*, 350

- a. Jumlah sampel penelitian sedikit, yakni kurang dari 30 sampel (dalam penelitian ini jumlah sampel hanya 20 sampel).
- b. Data tidak harus berdistribusi normal (dalam penelitian ini data berdistribusi normal).
- c. Digunakan untuk menguji satu variabel data kategori dan satu variabel data interval (dalam penelitian ini digunakan untuk menguji perbedaan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol).

Dasar pengambilan keputusan uji *mann whitney*, sebagai berikut:

- a. Jika nilai asymp. Sig. (2-tailed)  $< 0,05$  maka terdapat perbedaan yang signifikan.
- b. Jika nilai asymp. Sig. (2-tailed)  $< 0,05$  maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan.<sup>9</sup>

Dalam penelitian ini teknis analisis data ini dihitung dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Science*) versi 22. Adapun hasil hitung uji beda nilai *gain score* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan *mann whitney*, sebagai berikut:

---

<sup>9</sup> Naharin Suroyya, *Efektivitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Dalam Menurunkan Stres Akibat Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Tulungagung Angkatan tahun 2012*, (Tulungagung: Skripsi tidak diterbitkan, 2016)

**Tabel 4.8**  
**Uji Beda Nilai *Gain Score* Sampel Penelitian**  
**Menggunakan *Mann Whitney***

Test Statistics <sup>a</sup>	
	EKSPERIMEN
Mann-Whitney U	,000
Wilcoxon W	15,000
Z	-2,627
Asymp. Sig. (2-tailed)	,009
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,008 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: KONTROL

b. Not corrected for ties.

Dari *output* SPSS pada tabel diatas diketahui nilai asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,009 karena nilai asymp. Sig (2-tailed) < 0,05 atau 0,009 < 0,05 maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan uji *mann whitney* dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengisian kuesioner stres pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

2. Uji beda *pre-test* dan *post-test* dari kelompok eksperimen

Untuk mengetahui perbedaan pengisian kuesioner stres pada saat *pre-test* dan *post-test* dari kelompok eksperimen maka digunakan teknik analisis uji *wilcoxon signed ranks test*. Adapun syarat penggunaan uji *wilcoxon signed ranks test*, sebagai berikut:

- a. Jumlah sampel penelitian sedikit, yakni kurang dari 30 sampel (dalam penelitian jumlah sampel 20).
- b. Digunakan untuk data berpasangan dengan skala ordinal atau interval (dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui hasil hitung uji beda pada *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen).

Dalam pengambilan keputusan uji *wilcoxon signed ranks test*, sebagai berikut:

- a. Jika nilai asymp. Sig. (2-tailed)  $< 0,05$  maka terdapat perbedaan yang signifikan.
- b. Jika nilai asymp. Sig (2-tailed)  $> 0,05$  maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan.<sup>10</sup>

Teknis analisis data ini dihitung menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 22. Adapun hasil hitung uji beda pengisian kuesioner stres pada saat *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen, sebagai berikut:

---

<sup>10</sup> Naharin Suroyya, *Efektivitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Dalam Menurunkan Stres Akibat Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Tulungagung Angkatan tahun 2012*, (Tulungagung: Skripsi tidak diterbitkan, 2016)

**Tabel 4.9****Uji Beda *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Eksperimen****Menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test***

Test Statistics <sup>a</sup>	
	POS TEST - PRE TEST
Z	-2,807 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Dari tabel diatas diketahui nilai asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,005 karena nilai asymp, Sig (2-tailed)  $< 0,05$  atau  $0,005 < 0,05$  maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji *wilcoxon signed ranks test* dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengisian kuesioner stres saat *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen.

### 3. Persentase Tingkat Pengaruh Terapi Shalat Tahajud Dalam Menurunkan Stres

Untuk mengetahui hubungan fungsional (pengaruh/meramalkan pengaruh) Terapi Shalat Tahajud Dalam Menurunkan Stres. Maka digunakan sumbangan efektif regresi linier.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Husaini Usma dan Purnomo Setiady Akbar, *Pengantar Statistik*, (Jakarta: PT Aksara, 2012), hlm. 322

Adapun kriteria penentuan dalam menggunakan sumbangan efektifitas regresi linier sebagai berikut:

- a. Apabila teknis analisis data hanya terdiri dari satu sampai dua variabel bebas maka yang digunakan hasil *R Square*.
- b. Apabila jumlah variabel bebasnya lebih dari dua maka lebih baik menggunakan *Adjusted R Square* yang nilainya selalu lebih kecil dari *R Square*.

Teknis analisis data ini dihitung dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 22. Adapun hasil hitung sumbangan efektif regresi linier pada pengisian kuesioner stres saat *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen, sebagai berikut:

**Tabel 4.10**  
**Sumbangan Efektif Regresi Linier**  
***Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Eksperimen**

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,872 <sup>a</sup>	,760	,746	7,262

a. Predictors: (Constant), POST TEST

Pada tabel diatas terdapat dua pilihan hasil R, yakni *R Square* dan *Adjusted R Square*. Di dalam kriteria penentuan penggunaan

sumbangan efektif regresi linier ditentukan, bahwa apabila data yang dianalisa 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 (Statistical Package for Social Science) versi 22* pada tabel diatas diketahui bahwa nilai *R Square* sebesar 0,760 atau 76%. Dari angka 76% dapat ditarik kesimpulan bahwa besarnya tingkat efektivitas terapi shalat tahajud adalah 76% karena kondisi tempat terapi memungkinkan dan nyaman serta responden bersedia menerima terapi dengan baik, sedangkan sisanya 24% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian yaitu jangka waktu pemberian yang relatif singkat, belum mampu melakukan terapi, ada masalah yang belum diselesaikan, kurangnya kerja sama antara responden dan terapis, dan kurangnya konsentrasi responden saat mengikuti terapi.

Adapun ringkasan hasil hitung pengujian hipotesis, sebagai berikut:

Tabel 4.11

## Ringkasan Hasil Hitung Pengujian Hipotesis

No.	Tujuan	Teknis Analisis	Hasil	Keterangan
1.	Uji beda kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.	<i>Mann Whitney</i>	0,009 < 0,05	Terdapat perbedaan yang signifikan.
2.	Uji beda nilai <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> kelompok.	<i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	0,005 < 0,05	Terdapat perbedaan yang signifikan.
3.	Persentase pengaruh terapi shalat tahajud	Sumbangan Efektif Regresi Linier	0,760 atau 76%	Pengaruh terapi shalat tahajud sebesar 76%.

Berdasarkan pada hasil pengujian hipotesis diatas maka dapat ditarik kesimpulan, bahwa dalam penelitian ini  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya, ada pengaruh Terapi Shalat Tahajud berpengaruh dalam menurunkan stres pada remaja di UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar.