

BAB IV

PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA

A. Gambaran Umum Obyek Penelitian

Desa : Karangbong
Nomor kode : 404.5. 44/2008
Kecamatan : Gedangan
Kabupaten : Sidoarjo
Keadaan data bulan : Juli s/d Desember tahun 2008

1. Umum

a. Luas dan batas wilayah

- 1) Luas desa : 197782 Ha
- 2) Batas wilayah
 - a) Sebelah Utara : Desa ganting, Desa Keboan anom
 - b) Sebelah Selatan : Desa Banjar kemantren, Desa Sido kepung
 - c) Sebelah Barat : Desa Kelopo sepuluh
 - d) Sebelah Timur : Desa Tebel dan Desa Banjar kemantren

b. Kondisi Geografis

- 1) Ketinggian tanah dari permukaan air laut : 4 meter
- 2) Banyaknya curah hujan : 1200 mm/ Th
- 3) Topografi (Dataran rendah, tinggi, pantai) : Dataran rendah
- 4) Suhu udara rata-rata : 32 Derajat

c. Orbitasi

- 1) Jarak dari pusat pemerintahan Kecamatan : 4 KM
- 2) Jarak dari ibukota kabupaten : 6 KM
- 3) Jarak dari ibukota Negara : 180 KM

2 Kependudukan

a. Jumlah penduduk menurut : 6247 orang

1) Jenis kelamin

- a) Laki-laki : 3138 orang
- b) Perempuan : 3109 orang

b. Jumlah penduduk menurut Agama

- 1) Islam : 6139 orang
- 2) Kristen : 65 orang
- 3) Katholik : 5 orang
- 4) Hindu : 3 orang
- 5) Budha : -

B. Penyajian Data

1. Persiapan penelitian eksperimen
 - a. Melakukan tinjauan literatur, terutama yang berhubungan dengan masalah yang akan diteliti
 - b. Mengidentifikasi dan membatasi masalah penelitian
 - c. Merumuskan hipotesis-hipotesis penelitian.
 - d. Menyusun rencana eksperimen, yang biasanya mencakup :
 - 1) Menentukan variabel bebas dan variabel terikat (*independent and dependent variables*)
 - 2) Memilih desain eksperimen yang akan digunakan
 - 3) Menentukan sample
 - 4) Menyusun alat eksperimen dan alat ukur
 - 5) Menyusun out line prosedur pengumpulan data
 - 6) Menyusun hipotesis statistic
 - e. Melakukan pengumpulan data tahap pertama (*pretest*)
 - f. Melakukan eksperimen
 - g. Mengumpulkan data tahap kedua (*posttest*)
 - h. Mengolah dan menganalisis data
 - i. Menyusun laporanⁱ⁴⁸
 - j. Menentukan lokasi eksperimen

⁴⁸ Soekidjo Notoatmodjo, hal 157

Sebelum melakukan penelitian peneliti mempersiapkan surat ijin peneliti dari PRODI Psikologi yang disetujui oleh Dekan Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya yang ditujukan kepada Kepala Desa Karangbong Gedangan Sidoarjo, Bapak Ikon Robert.

Dalam rangka mempersiapkan penelitian eksperimen peneliti menyiapkan berbagai macam sarana dan prasarana untuk mendukung lancarnya kegiatan eksperimen ini. Berawal dari observasi lokasi penelitian, peneliti mencari tempat penelitian yang mudah dijangkau, nyaman dan juga menjadi kriteria peneliti untuk subyek penelitian. Meskipun begitu, ada juga subyek yang menginginkan treatment ditempatnya masing-masing, dan peneliti setuju dengan hal itu karena alasan agar subyek merasa nyaman dan menghindari stress ketika melaksanakan treatment relaksasi. Akhirnya peneliti menemukan tempat untuk penelitian relaksasi di Jl. Surowongso RT:1 RW:1 Karangbong Gedangan Sidoarjo.

Awalnya peneliti mengalami kesulitan karena VCD relaksasi otot tidak diperjual belikan bebas dipasaran. Peneliti mencari perpustakaan program studi Psikologi untuk mencari tau siapa saja kakak kelas yang menggunakan judul "Relaksasi". Peneliti menemukan satu judul skripsi "*Efektifitas relaksasi dalam menurunkan keluhan fisik pada penderita migren diklinik kampus IAIN Sunan Ampel Surabaya*" milik Choiril Siti Aisyah yang juga menggunakan relaksasi otot dari UGM Yogyakarta. Peneliti mencari alamat rumah kak Siti untuk meminjam dan mengopi VCD relaksasi. Akhirnya peneliti memperoleh VCD relaksasi otot pada tanggal 2 Mei 2008. dengan demikian peneliti mendapat salah satu instrument

yang akan digunakan pada penelitian eksperimen. Selain itu peneliti juga menyiapkan VCD player, televisi dan kursi yang nyaman untuk eksperimen ini sekalipun ada juga VCD player, televisi, kursi atau tempat tidur atau matras untuk rebahan yang disediakan subyek penelitian dikarenakan peneliti juga kerumah subyek

2. Pelaksanaan eksperimen

- a. Setelah dipilih kelompok eksperimen dan kelompok control, kedua kelompok tersebut diberi tes awal (*pretest*) pada waktu yang berbeda karena meskipun banyak teori yang menyatakan 85% wanita mengalami *Premenstrual Syndrome*, tapi dalam penelitian kali ini dibatasi pada wanita yang mengalami *Premenstrual Syndrome* dalam bulan Mei ini saja. Jadi peneliti memberikan angket *pretest* dalam tiga gelombang kepada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol yaitu pada tanggal 5 Mei 2008, 6 Mei 2008, 7 Mei 2008.
- b. Treatmen diberikan pada subyek *Premenstrual Syndrome* sebanyak 3 kali, masing-masing 28 menit. Treatmen dilakukan diantara kurun waktu 5 Mei 2008- 26 Mei 2008.
- c. Peneliti memberikan tes akhir (*posttest*) kepada kelompok control maupun kelompok eksperimen pada tanggal 19 Mei pada gelombang yang pertama, 25 Mei pada Gelombang yang kedua dan 31 Mei pada gelombang yang ketiga.

- d. Mengadakan analisis statistic untuk membuktikan efektifitas relaksasi dalam menurunkan gejala *Premenstrual Syndrome* serta untuk membuktikan seberapa besar efektifitasnya.

Penelitian ini adalah penelitian eksperimental semu (*Quasi-experiment*) karena dalam penelitian ini tidak dilakukan penetapan acak untuk membentuk kelompok penelitian⁴⁹. desain penelitian yang digunakan adalah *Non equivalent group design* yaitu kelompok eksperimen diberi perlakuan dan kelompok control tidak (*antreated control group design with pretest and posttest*). Tujuannya untuk mengukur kondisi kelompok perlakuan dan kelompok pembanding sebelum dan sesudah diberi perlakuan.. Didalam model ini, sebelum diberi perlakuan kedua kelompok diberi tes awal (*pretest*) untuk mengukur kondisi awal (O_1). Selanjutnya pada kelompok eksperimen diberi treatment (X) berupa relaksasi otot yang dilihat dan didengar (*audio visual*) melalui VCD pembelajaran relaksasi yang dibuat fakultas UGM Yogya dan pada kelompok pembanding tidak diberi treatment. Sesudah treatment kedua kelompok diberi tes lagi sebagai *posttest* (O_2).

⁴⁹ Anima vol XIII-No50, januari-maret 1998 hal 177

3. Hasil penelitian

Untuk menguji hipotesa-hipotesa diatas dilakukan analisa data berdasarkan data yang diperoleh. Dengan menggunakan uji *Mann Whitney U* Berdasarkan pada tabel pertama, terdapat 14 data dari *pretest*, dan 14 data dari *posttest*. *Mean Rank* untuk data relaksasi otot *pretest* sebesar 13.96, sedangkan *Mean Rank* untuk data relaksasi otot *posttest* sebesar 15.04. Dengan masing-masing *Sum of Ranks* untuk *pretest* sebesar 195.5 dan *posttest* sebesar 210.5.

Berdasarkan data tersebut di atas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan dua cara sebagai berikut:

- a. Karena datanya $(n_1 + n_2)$ lebih dari 20 maka digunakan cara dengan membandingkan nilai *Z* hitung dengan *Z* tabel.

Pengujian:

Jika *Z* hitung $>$ *Z* tabel, maka H_0 ditolak

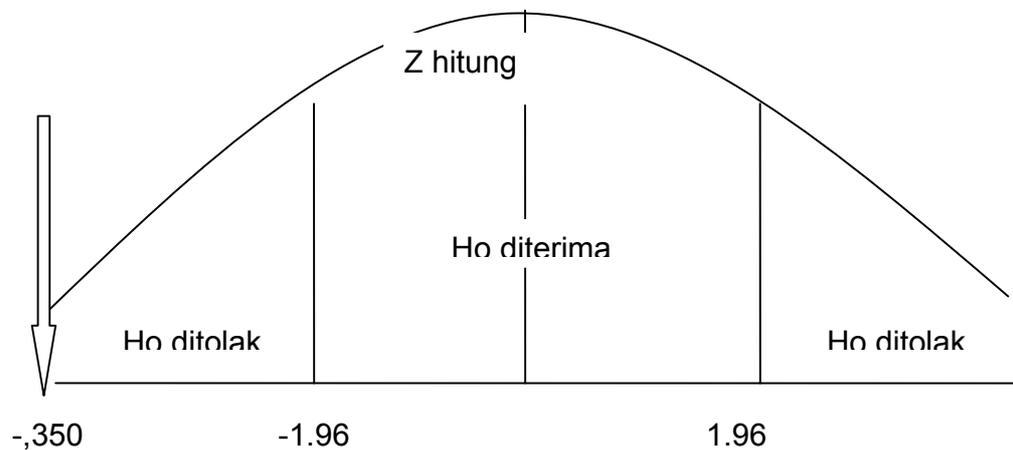
Jika *Z* hitung $<$ *Z* tabel, maka H_0 diterima

Z tabel dapat dihitung pada tabel *Z*, dengan $\alpha = 5\%$ dan uji dua sisi (5% dibagi 2 menjadi 2.5%), maka luas kurva normal adalah $50\% - 2.5\% = 47,5\%$ atau 0.475. Karena uji dua sisi, maka pada tabel *Z*, untuk luas 0.475 maka didapat nilai *Z* tabel = 1.96.

Berdasarkan hasil analisis uji *Mann-Whitney U* (*Mann-Whitney U-test*) diperoleh *Z* hitung sebesar = -3.876, berarti: *Z* hitung lebih besar dari pada *Z*

tabel ($-0.350 < 1.96$), maka H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya tidak terdapat perbedaan *pretes* relaksasi otot dengan *posttes* relaksasi otot.

Untuk mempermudah di mana kedudukan Z hitung dan Z tabel maka perlu dibuat gambar sebagai berikut. Dalam gambar terlihat bahwa ternyata harga Z hitung berada di luar daerah penerimaan H_0 , di mana Z hitung lebih besar dari Z tabel ($-0.350 < 1.96$), adapun gambarnya adalah sebagai berikut:



b. Dengan membandingkan taraf signifikansi (p-value) dengan galatnya.

Jika signifikansi $> 0,05$, maka H_0 diterima

Jika signifikansi $< 0,05$, maka H_0 ditolak

Berdasarkan data pada kolom Asymp. Sig. (2-tailed) (*asymptotic significance* untuk dua sisi) sebesar 0,743, karena signifikansi lebih besar dari pada 0,05 ($0,743 > 0,05$), maka H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya tidak terdapat perbedaan relaksasi otot antara *pretest* dan *posttes*

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan, di mana hipotesis nol (H_0) yang diajukan bahwa terdapat perbedaan relaksasi otot dalam menurunkan gejala *Premenstrual syndrome* antara *pretes* dan *posttes* ditolak. Artinya tidak terdapat perbedaan relaksasi otot dalam menurunkan gejala *Premenstrual syndrome* antara *pretest* dan *posttes*. Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa *posttest* itu lebih tinggi dari *pretest*.

C. Pengujian hipotesis dan analisis

Untuk mengetahui diterima atau ditolaknya hipotesis yang berbunyi: “relaksasi efektif dalam menurunkan gejala *Premenstrual Syndrome*” antara kelompok control (yang tidak melakukan treatment relaksasi) dan kelompok eksperimen (yang melakukan treatment relaksasi). Dengan menggunakan rumus uji beda statistic *Non parametrik* yakni rumus uji *Mann whitney U*.

D. Pembahasan hasil penelitian

Di dalam penelitian ini ditemukan variable pengganggu yang tidak perlu dianalisis, tetapi diakui oleh peneliti sebagai factor yang berpengaruh dalam hasil penelitian, yaitu:

1. Perbedaan usia

Perbedaan usia subyek penelitian berumur 14-45 (sebelum menopause) yang mana mempengaruhi tingkat emosi terhadap perilaku dan perubahan fisik individu. Selain itu, emosi yang menyertai pertumbuhan

berkombinasi dengan tekanan kegiatan sehari-hari yang menyebabkan *Premenstrual Syndrome*⁵⁰

2. Perbedaan tempat

Perbedaan tempat yang digunakan dalam penelitian mempengaruhi kondisi psikologis subyek

3. Waktu pemberian treatment

Waktu pemberian treatment pada pagi, siang hari juga berpengaruh terhadap kondisi psikis individu⁵¹.

Disamping itu, peneliti juga mempunyai keterbatasan dan peneliti menemukan banyak kendala diantaranya:

1. Sebagian besar subyek *premenstrual syndrome* adalah ibu rumah tangga yang program menggunakan KB (Keluarga berencana) . Salah satu dari efek KB itu sendiri menyebabkan seseorang tidak teratur menstruasinya sehingga dapat dipastikan tidak teratur pula jadwal *Premenstrual Syndromenya*
2. Subyek *Premenstrual Syndrome* sulit ditemukan pada waktu penelitian berlangsung dikarenakan masa atau waktu menstruasi setiap wanita berbeda-beda yang mengakibatkan perbedaan pada masa *Premenstrual Syndrome*.

⁵⁰ Choril siti aisyah “Efektifitas relaksasi dalam menurunkan keluhan fisik pada penderita migren di klinik kampus LAIN sunan ampel Surabaya” skripsi tidak diterbitkan tahun 2007

⁵¹ Anima. Vol VIII –No 30 Januari- Maret 1993. hal 31

3. Subyek *Premenstrual Syndrome* tidak diisolasi secara ketat sehingga memungkinkan mendapat intervensi psikis dari luar treatment. Misalnya kelompok control tidak melakukan treatment tapi kelompok control tersebut mendapat suasana kekeluargaan yang nyaman dan lingkungan yang menyenangkan sehingga kelompok control tidak mengalami gejala psikis dan *Premenstrual Syndrome* tidak kambuh.
4. Selain mendapatkan relaksasi otot, subyek premenstrual syndrome juga mengkonsumsi obat-obatan analgesic dari dokter maupun took obat
5. treatment tidak langsung diberikan setelah subyek terdiagnosis *Premenstrual Syndrome* karena kendala teknis yaitu kegiatan dan kesibukan subyek dirumah maupun diluar rumah yang membuat peneliti kesulitan mengatur jadwal pemberian treatment sehingga hasil penelitian kurang maksimal.
6. Jumlah subyek yang kurang sehingga hanya bisa digeneralisasikan kepada 14 orang subyek penelitian ini saja. 7 subyek sebagai kelompok control dan 7 subyek menjadi kelompok eksperimen

Melihat adanya kendala dan variable pengganggu yang ditemukan, oleh karenanya harus dijaga seketat mungkin untuk mendapatkan hasil yang lebih representative. Sehingga pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat hasil yang maksimal dan relaksasi menjadi salah satu alternative pengobatan penyakit psikosomatik (*Premenstrual Syndrome*) selain pengobatan medis atau obat-obatan