

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

a. Gambaran Umum Obyek Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Porong. SMA Negeri 1 Porong didirikan sejak tahun 1986, dan sekarang memiliki jumlah guru 64 guru. Sebelum menjadi SMA Negeri 1 Porong sekolah ini mempunyai nama SLTA 1 PORONG atau SMUN 1 PORONG dan sekarang menjadi SMAN 1 PORONG. Sekolah ini dipimpin oleh Bpk. Drs. Abdul Madjid, M.Pd.

Sekolah yang satu ini tumbuh dengan cepat dengan persaingan sekolah-sekolah negeri dan swasta yang ada. Letaknya pun cukup strategis yaitu di Jl. Bhayangkari No.12 Porong, Kecamatan Porong, Kabupaten Sidoarjo, sebelah barat dari pasar baru porong. SMA Negeri 1 Porong menerapkan kurikulum KTSP dengan kurikulum khusus yaitu RELIGIUS, artinya setiap siswa SMA Negeri 1 Porong harus memegang teguh keyakinannya dan tidak menentanginya. Meskipun saling berbeda agama tetapi harus bisa saling menghormati.

Di SMA Negeri 1 Porong membuka 2 jurusan yaitu IPA dan IPS. Dengan rincian IPA 5 kelas dan IPS 2 kelas. Untuk kelas IPA memiliki 3 Lab yaitu Biologi, Fisika, dan Kimia. Selain itu masih

banyak fasilitas penunjang pendidikan di SMA Negeri 1 Porong, yaitu: ruang multimedia, lab komputer, perpustakaan, masjid, lapangan basket, lapangan voli, lapangan lompat jauh, UKS, koperasi, dan ruang BK.

Siswa-siswi di SMA Negeri 1 Porong tidak hanya ahli dibidang kulikuler tapi juga di bidang ekstrakulikuler. Terbukti dengan berbagai penghargaan organisasi yang ada di SMA ini adalah OSIS, MPK, W-MAGZ (Redaksi Majalah). Sedangkan ekstrakurikuler yang diminati para siswa untuk pengembangan diri dan skill siswa adalah Paskibraka, Pramuka, Palang Merah Indonesia, Ju Jit Su, Tari Tradisional, Basket, Volly, Futsal, Banjari, BTQ, Karya Ilmiah Remaja, English Club, Benkyo kai (Japanes Club).

Visi SMA Negeri 1 Porong adalah unggul dalam prestasi berdasarkan iman dan taqwa. Indikator:

- 1) Meningkatnya perolehan nilai Ujian Nasional
- 2) Bertambahnya jumlah siswa yang diterima di Perguruan Tinggi melalui PMDK dan SNMPTN
- 3) Menjuarai lomba akademik maupun non-akademik
- 4) Mampu berbahasa Inggris dengan lancar dan benar
- 5) Menguasai penerapan komputer
- 6) Bersikap bijaksana
- 7) Berkata jujur dan sopan
- 8) Mengamalkan ajaran agama dengan baik

- 9) Berakhlaq mulia
- 10) Bersikap gotong royong
- 11) Bersikap rendah hati
- 12) Disiplin dan menjunjung ketertiban

Misi SMA Negeri 1 Porong adalah :

- 1) Mengembangkan dan melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif dengan mengoptimalkan potensi dan kemampuan siswa
- 2) Menumbuhkembangkan semangat kompetitif
- 3) Mengembangkan sikap gotong-royong, rendah hati yang dilandasi iman dan taqwa
- 4) Memberdayakan sumber daya manusia (SDM) yang ada secara optimal
- 5) Memupuk tali persaudaraan dan kerja sama dengan masyarakat.

SMA Negeri 1 Porong tahun pelajaran 2010-2011 mempunyai siswa sebanyak + 735 siswa, yang terdiri dari + 245 siswa kelas X dari X1 sampai dengan X7, + 243 siswa kelas XI dari XI IPA 1 sampai XI IPA 4 dan XI IPS 1 sampai XI IPS 2, + 247 siswa kelas XII dari XII IPA 1 sampai XII IPA 4 dan XII IPS 1 sampai XII IPS 2.

Tabel 4.1. Data Jumlah Siswa SMA Negeri 1 Porong Kelas X

No	Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
1	X - 1	17	19	36
2	X - 2	17	19	36
3	X - 3	17	18	35
4	X - 4	17	18	35
5	X - 5	16	18	34
6	X - 6	16	19	35
7	X - 7	14	20	34
Jumlah		114	131	245

Tabel 4.2. Data Jumlah Siswa SMA Negeri 1 Porong Kelas XI

No	Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
1	XI IPA - 1	15	20	35
2	XI IPA - 2	14	21	35
3	XI IPA - 3	14	21	35
4	XI IPA - 4	14	22	36
5	XI IPA - 5	15	19	34
6	XI IPS - 6	17	17	34
7	XI IPS - 7	16	18	34
Jumlah		105	138	243

Tabel 4.3. Data Jumlah Siswa SMA Negeri 1 Porong Kelas XII

No	Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
1	XII IPA - 1	16	19	35
2	XII IPA - 2	13	22	35
3	XII IPA - 3	16	19	35
4	XII IPA - 4	15	20	35
5	XII IPA - 5	15	20	35
6	XII IPS - 6	11	25	36
7	XII IPS - 7	12	24	36
Jumlah		98	149	247

Keterangan: Jumlah siswa kelas X, XII, dan XII adalah $245 + 243 + 247 = 735$ siswa.

b. Gambaran Subyek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII IPA 3 dan XII IPA 4 SMAN 1 Porong. Subyek yang digunakan pada penelitian ini memiliki gejala kecemasan yaitu perasaan tegang yang tidak menyenangkan ketika menghadapi ujian nasional. Perasaan ini akan menimbulkan dampak negatif bagi penderita kecemasan karena akan menimbulkan ketegangan motorik, rasa khawatir yang berlebihan tentang hal-hal yang akan datang, dll. Selanjutnya hal ini dapat mengganggu aktifitas siswa dalam menjalankan aktifitasnya.

Bagi siswa, penyebab kecemasan ini biasanya berasal dari rasa khawatir yang berlebihan tentang hal-hal yang akan datang, karena mereka cemas memikirkan Ujian Nasional yang akan dihadapi. Mereka khawatir jika tidak bisa lulus sesuai standar kelulusan Ujian Nasional. Tidak heran jika banyak siswa yang berusaha keras untuk bisa lulus UN dengan melakukan berbagai persiapan, baik mengikuti les tambahan atau bimbingan belajar di luar sekolah untuk mendalami materi (pelajaran) yang nantinya akan diujikan dalam UN, maupun berbagai persiapan mental yang dilakukan melalui pendekatan spiritual (doa bersama dan istigosah), agar siap dan sukses dalam UN.

Ketenangan dalam menghadapi Ujian Nasional mutlak diperlukan bagi peserta Ujian Nasional. Dengan berkurangnya kecemasan para siswa, maka mereka diharapkan lebih siap dalam menghadapi ujian nasional. Intervensi yang diberikan dalam penelitian

ini bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan dengan pemberian musik klasik. Musik klasik ini digunakan sebagai media untuk relaksasi guna mengurangi kecemasan dan ketegangan.

c. Tahapan-Tahapan dan Prosedur Penelitian

1) Persiapan Penelitian

Proses yang dilakukan penulis sebelum melakukan penelitian adalah sebagai berikut:

a) Melakukan studi literatur

Langkah pertama yang dilakukan oleh penulis sebelum melakukan penelitian ini yaitu melakukan studi literatur agar memperoleh pemahaman yang komprehensif. Studi literatur ini dilakukan sebelum penelitian dimulai, yakni dengan mencari, mempelajari, dan memperdalam teori, serta beberapa hasil penelitian sebelumnya. Yang disusun dalam kerangka teoritik untuk menjawab pertanyaan dalam penelitian ini. Bahan-bahan tersebut diperoleh melalui berbagai sumber, antara lain: buku, jurnal, skripsi, artikel, dan bahan lain dari internet. Selanjutnya hasil studi pustaka tersebut didiskusikan oleh penulis dengan dosen pembimbing.

b) Mempersiapkan instrumen penelitian

1. Penyusunan skala kecemasan

Sebelum menyusun item, penulis membuat *blue print* skala kecemasan berdasarkan indikator yang terdapat

pada teori kecemasan. Tujuan dari pembuatan *blue print* ini adalah sebagai pedoman agar penyusunan item tetap terarah dan tidak keluar dari batasan yang ada. Selanjutnya indikator tersebut diuraikan ke dalam bentuk item.

2. Penilaian kelayakan item

Setelah penulis selesai membuat *blue print* dan item-item skala kecemasan, selanjutnya penulis mendiskusikan terlebih dahulu item-item yang telah dibuat kepada dosen pembimbing sebelum diberikan kepada subyek penelitian. Penilaian yang berupa saran dan masukan dari dosen pembimbing digunakan penulis untuk memperbaiki item-item pada skala kecemasan. Setelah item-item diperbaiki/direvisi, maka item-item pada skala kecemasan siap untuk diujikan.

3. Penyusunan modul

Guna mempermudah operasionalisasi dalam memberikan *treatmen* kepada subyek eksperimen, maka penulis terlebih dahulu menyusun modul. Modul ini berisi mengenai tahap-tahap pelaksanaan pemberian musik klasik.

4. Menentukan lokasi penelitian

Lokasi penelitian pada penelitian ini adalah SMA Negeri 1 Porong. Pemilihan lokasi ini dipilih dengan beberapa pertimbangan, yaitu penulis ingin memberikan

kontribusi positif kepada SMA Negeri 1 Porong pada umumnya dan para siswa kelas XII pada khususnya, selain itu juga karena alasan efektif dan efisien karena lokasi penelitian dekat dengan tempat tinggal penulis sehingga memudahkan penulis untuk proses pengambilan data secara hemat.

2) Proses Penelitian

a) Kegiatan pengambilan data

Pada tanggal 19 Maret 2012 penulis menyerahkan surat pengantar penelitian skripsi ke kepala SMAN 1 Porong untuk izin melakukan penelitian di sekolah tersebut. Akhirnya penulis diizinkan melakukan penelitian di sekolah tersebut karena kepala sekolah merasa penelitian yang dilakukan mengandung manfaat yang baik bagi anak kelas XII.

Pelaksanaan penelitian selama 1 minggu ini dibagi menjadi 3 tahap. Adapun jadwal pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4. Jadwal Penelitian di SMAN 1 Porong

Tahap	Kegiatan	Tanggal	Waktu	Peserta	Tempat
I	Pelaksanaan <i>pretest</i>	Rabu 28/03/2012	10.00 s/d 10.45	XII IPA 3 dan XII IPA 4	Kelas XII IPA 3 dan Kelas XII IPA 4
PEMBERIAN TREATMEN					
II	Treatment I	Rabu 04/04/2012	10.00 s/d 10.30	Kelompok eksperimen	Ruang BK
	Treatment II	Kamis 05/04/2012	10.00 s/d 10.30	Kelompok eksperimen	Ruang BK
	Treatment III	Jumat 06/04/2012	10.00 s/d 10.30	Kelompok eksperimen	Ruang BK
	Treatment IV	Senin 09/04/2012	10.00 s/d 10.30	Kelompok eksperimen	Ruang BK
	Treatment V	Selasa 10/04/2012	10.00 s/d 10.30	Kelompok eksperimen	Ruang BK
III	Pelaksanaan <i>posttest</i>	Selasa 10/04/2012	10.00 s/d 10.20	Kelompok kontrol	Kelas XII IPA 4
			10.40 s/d 11.10	Kelompok eksperimen	Ruang BK

1. Tahap pertama: pelaksanaan *pretest*

Tahap awal yang dilakukan penulis adalah memilih dua kelas untuk diberikan skala kecemasan, yakni kelas XII IPA 3 dan XII IPA 4.

Sebelum penulis melakukan *pretest*, maka penulis membangun *rapport* terlebih dahulu kepada subyek

penelitian. Pelaksanaan *pretest* ini dilaksanakan pada tanggal 28 Maret 2012, dimulai pukul 10.00 sampai 10.45 WIB di kelas yang sudah dipilih penulis yakni kelas XII IPA 3 dan XII IPA 4. Jumlah subyek penelitian pada *pretest* ini adalah 70 siswa dari 35 siswa XII IPA 3 dan 35 siswa XII IPA 4. Hasil dari *pretest* ini diolah oleh penulis kemudian membaginya menjadi 3 kategori penilaian yaitu kategori tinggi, kategori sedang, dan kategori rendah. Ternyata hasilnya tidak ada siswa yang memiliki skor dengan kategori tinggi, tetapi ada 26 siswa yang memiliki skor dengan kategori sedang dan 44 siswa yang memiliki skor dengan kategori rendah. Akhirnya penulis mengambil subyek penelitian dalam kategori sedang yakni 26 siswa, karena kategori sedang masih bisa diturunkan menjadi kategori rendah. Kemudian subyek tersebut dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing 13 siswa tiap kelompok. Pembagian kelompok ini dilakukan dengan menggunakan teknik *simple random sampling*.

2. Tahap kedua: pemberian treatment

Treatment hanya diberikan pada kelompok eksperimen saja. Sebelum dilakukan treatment, penulis melakukan *briefing* pada kelompok eksperimen yang akan

diikutsertakan menjadi subyek penelitian sehingga mereka mengerti gambaran penelitian yang dilakukan.

Treatmen diberikan selama 5 sesi selama 5 hari, yaitu tanggal 4 April 2012, 5 April 2012, 6 April 2012, 9 April 2012, dan 10 April 2012, dimulai pukul 10.00 sampai 10.30 WIB. Setiap sesi, subyek kelompok eksperimen diperdengarkan musik klasik selama 30 menit melalui *mini speaker system* yang disambungkan dengan laptop yang dibawa oleh penulis. Treatmen ini dilakukan di dalam ruang Bimbingan Konseling (BK). Penulis memilih ruang BK, karena ruangan ini merupakan tempat yang tenang dan jauh dari kebisingan, serta terdapat AC di dalamnya, sehingga ruangan ini sangat nyaman untuk dilakukan treatmen. Di ruangan ini semua pintu ditutup dan kelambu ditutup supaya tercipta suasana yang tenang di dalam ruangan serta orang dari luar tidak dapat mengganggu jalannya proses treatmen. Selanjutnya subyek disuruh memilih tempat yang paling nyaman untuk mengikuti treatmen ini.

Pada kelompok kontrol, penulis tidak melakukan intervensi apapun. Untuk meminimalkan adanya proses pembelajaran kelompok kontrol dari kelompok eksperimen serta menghindari adanya perasaan iri dari kedua kelompok

karena mendapatkan perlakuan yang berbeda, peneliti sengaja tidak memberitahukan tentang keterlibatan kelompok kontrol dalam penelitian ini sampai dilakukannya *posttest*.

3. Tahap ketiga: pelaksanaan *posttest*

Posttest pada penelitian ini dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 10 April 2012. Pada kelompok kontrol *posttest* dilakukan lebih awal, yakni pada pukul 10.00 sampai 10.20 WIB, karena mereka tidak perlu menunggu treatment selesai seperti pada kelompok eksperimen. Sedangkan *posttest* pada kelompok eksperimen dilakukan setelah treatment terakhir selesai, dimana subyek diberi waktu sebentar untuk istirahat. Tak lama kemudian subyek mulai mengisi skala kecemasan, yakni sekitar pukul 10.40 sampai pukul 11.20 WIB.

Skala kecemasan yang disebarkan pada saat *posttest* ini sama dengan skala kecemasan yang disebarkan pada saat *pretest*. Hanya saja penulis melakukan pengacakan nomer item untuk meminimalisir kemungkinan terjadinya *carry over effect* karena subyek mengerjakan soal yang sama.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

Sebelum memilih subyek penelitian dan kemudian membaginya ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, maka dilakukan kategorisasi subyek secara normatif guna memberikan interpretasi terhadap skor skala. Kategorisasi yang digunakan adalah kategorisasi jenjang yang berdasarkan pada model distribusi normal. Tujuan dari kategorisasi ini adalah menempatkan subyek ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Kontinum jenjang ini akan dibagi menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Norma kategorisasi yang digunakan adalah sebagai berikut: (Azwar, 2010: 106).

Tabel 4.5. Norma Kategori Skor Subyek

Kategori	Norma
Rendah	$X < (\mu - 1,0\sigma)$
Sedang	$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$
Tinggi	$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$

Keterangan : X = raw score skala
 μ = mean atau nilai rata-rata
 σ = standar deviasi

Untuk menentukan prosentase hasil yang didapat adalah menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100$$

Keterangan: F = Frekuensi
N = Jumlah subyek

Berdasarkan norma kategori di atas maka perhitungan kategori skor skala kecemasan yakni: skor minimal yang diperoleh subyek adalah $52 \times 0 = 52$, skor maksimum yang dapat diperoleh subyek adalah $52 \times 3 = 156$, jarak sebenarnya adalah $156 - 0 = 156$, satuan deviasi standarnya bernilai $156 : 6 = 26$, rerata hipotetiknya adalah $(0 + 156) : 2 = 78$. Apabila subyek digolongkan dalam 3 kategori, maka didapat kategorisasi serta distribusi skor subyek seperti pada tabel berikut:

Tabel 4.6. Kategori Subyek Berdasarkan Skor Skala Kecemasan

Kategori	Skor	Jumlah	Prosentase (%)
Rendah	$X < 52$	44	62,9 %
Sedang	$52 \leq X < 104$	26	37,1 %
Tinggi	$104 \leq X$	0	0 %
Total		70	100 %

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa subyek yang memiliki tingkat kecemasan tinggi berjumlah 0, subyek yang memiliki kecemasan sedang berjumlah 26, dan subyek yang memiliki kecemasan rendah berjumlah 44. Karena tidak ada subyek yang memiliki tingkat kecemasan tinggi maka peneliti menggunakan subyek penelitian dengan tingkat kecemasan sedang, karena tingkat kecemasan sedang masih bisa diturunkan menjadi tingkat kecemasan rendah.

Subyek yang didapatkan setelah mengolah skor skala kecemasan berdasarkan kategorisasi adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7. Subyek Penelitian

No	Subyek	Skor Kecemasan
1	4	90
2	5	55
3	8	60
4	15	57
5	16	63
6	19	68
7	20	55
8	22	103
9	29	82
10	34	61
11	36	85
12	39	91
13	41	64
14	43	68
15	45	64
16	47	99
17	53	59
18	55	57
19	57	53
20	58	54
21	60	96
22	62	61
23	63	54
24	65	68
25	67	57
26	70	95

Dari 26 subyek di atas, kemudian peneliti membagi menjadi 2 kelompok dengan cara *simple random sampling* antara kelompok 1 dan kelompok 2. Teknik ini dilakukan dengan cara mencatat semua subyek dan kemudian diambil satu persatu seperti dalam arisan. Dalam *simple random sampling*, hak setiap subyek sama, sehingga peneliti terlepas dari perasaan ingin mengistimewakan satu atau beberapa subyek. Dengan demikian maka peneliti memberi hak yang sama kepada setiap subyek untuk memperoleh kesempatan untuk dipilih menjadi kelompok

eksperimen atau kelompok kontrol. Adapun pembagiannya sebagai berikut:

Tabel 4.8. Pembagian Subyek Penelitian

No	Kelompok 1 (Eksperimen)		No	Kelompok 2 (Kontrol)	
	Subyek	Skor		Subyek	Skor
1	22	103	1	47	99
2	60	96	2	39	91
3	70	95	3	36	85
4	4	90	4	19	68
5	29	82	5	41	64
6	43	68	6	45	64
7	65	68	7	8	60
8	16	63	8	53	59
9	34	61	9	55	57
10	62	61	10	5	55
11	15	57	11	58	54
12	20	57	12	67	54
13	63	54	13	57	53

B. Pengujian Hipotesis

Sebelum data dianalisis maka perlu adanya uji normalitas data (*tests of normality*) untuk mengetahui apakah data yang didapat berdistribusi normal atau tidak normal. Berikut ini adalah rumus-rumus untuk uji normalitas, yakni: (Anwar, 2009: 75-76).

Rumus mean (rata-rata):

$$Me = \frac{\sum X_i}{n}$$

Rumus varians untuk populasi:

$$\sigma^2 = \frac{\sum (X_i - X)^2}{n}$$

Rumus standard deviasi untuk populasi:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum(X_i - X)^2}{n}}$$

Rumus varians untuk sampel:

$$s^2 = \frac{\sum(X_i - X)^2}{(n - 1)}$$

Rumus standard deviasi untuk sampel:

$$s = \sqrt{\frac{\sum(X_i - X)^2}{(n - 1)}}$$

Rumus standard error of means:

$$E = \frac{s}{\sqrt{n}}$$

Rumus Skewness:

$$a_3 = \left(\frac{n}{[n - 1][n - 2]} \right) \left(\frac{\sum_{i=1}^n [X_i - \bar{X}]^3}{s^3} \right)$$

Rumus Kurtosis:

$$a_4 = \left[\left(\frac{n[n + 1]}{[n - 1][n - 2][n - 3]} \right) \left(\frac{\sum_{i=1}^n [X_i - \bar{X}]^4}{s^4} \right) \right] - \left[\frac{3[n - 1]^2}{[n - 2][n - 3]} \right]$$

Keterangan :

- Me = Mean (rata-rata)
- \sum = Epsilon (baca jumlah)
- X_i = Nilai X ke i sampai ke n
- N = Jumlah individu
- σ^2 = Varians populasi
- σ = Simpangan baku populasi
- s^2 = Varians sampel
- s = Simpangan baku sampel

Berikut ini adalah hasil uji normalitas data menggunakan SPSS:

Tabel 4.9. Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov(a)			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	.239	26	.001	.838	26	.001
POSTTEST	.120	26	.200(*)	.947	26	.201

* This is a lower bound of the true significance.

a Lilliefors Significance Correction

Dari hasil perhitungan SPSS di atas, dapat dilihat bahwa pada saat *pretest* angka **Sig.** (0,001) < 0,05, maka tidak berdistribusi normal. Sedangkan pada saat *posttest* angka **Sig.** (0,200) > 0,05, maka berdistribusi normal. Jadi dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini tidak berdistribusi normal.

Setelah mengetahui jenis data penelitian, maka langkah selanjutnya adalah menggunakan analisis *Wilcoxon Matched Pairs*, karena data penelitian ini tidak berdistribusi normal. Adapun rumus *Wilcoxon Matched Pairs* adalah: (Anwar, 2009: 188-189).

$$z = \frac{T - \mu_T}{\sigma_T}$$

$$\mu_{T=\frac{n(n+1)}{1}}$$

$$\sigma_T = \sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}$$

Proses pengambilan keputusan untuk hipotesis adalah:

Ho Tingkat kecemasan siswa yang diberi treatment musik klasik dan tidak diberi treatment musik klasik adalah sama.

Ha Tingkat kecemasan siswa yang diberi treatment musik klasik dan tidak diberi treatment musik klasik adalah berbeda.

Dasar pengambilan keputusan untuk hipotesis adalah:

Ho diterima $Z_{hitung} < Z_{tabel}$

Ho ditolak $Z_{hitung} \geq Z_{tabel}$

Dengan menggunakan angka probabilitas, dengan ketentuan:

Ho diterima Probabilitas $>$ taraf nyata (α)

Ho ditolak Probabilitas \leq taraf nyata (α)

1. Kelompok Eksperimen

Tabel 4.10. Descriptive Statistics Kelompok Eksperimen

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Tingkat kecemasan siswa saat pretest	13	73.4615	17.29940	54.00	103.00
Tingkat kecemasan siswa saat posttest	13	46.4615	25.01871	10.00	84.00

Dari data di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen saat *pretest*, rata-rata memiliki tingkat kecemasan 73,46; sedangkan tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen saat *posttest* rata-rata tingkat keemasannya adalah 46,46. Hal ini menunjukkan bahwa, setelah diberi treatment musik klasik terjadi tingkat penurunan kecemasan pada kelompok eksperimen. Pernyataan ini bisa dibuktikan dengan tabel dibawah ini:

Tabel 4.11. Perhitungan dengan Wilcoxon Signed Pada Kelompok Eksperimen

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tingkat kecemasan siswa saat posttest - Tingkat kecemasan siswa saat pretest	Negative Ranks	13(a)	7.00	91.00
	Positive Ranks	0(b)	.00	.00
	Ties	0(c)		
	Total	13		

a Tingkat kecemasan siswa saat posttest < Tingkat kecemasan siswa saat pretest

b Tingkat kecemasan siswa saat posttest > Tingkat kecemasan siswa saat pretest

c Tingkat kecemasan siswa saat posttest = Tingkat kecemasan siswa saat pretest

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 13 siswa yang tingkat kecemasannya menurun saat *posttest*, 0 siswa yang tingkat kecemasannya semakin meningkat saat *posttest*, dan 0 diantara 13 siswa mempunyai tingkat kecemasan tetap.

2. Kelompok Kontrol

Tabel 4.12. Descriptive Statistics Kelompok Kontrol

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Tingkat kecemasan siswa saat pretest	13	66.3846	15.35436	53.00	99.00
Tingkat kecemasan siswa saat posttest	13	77.7692	17.00566	57.00	102.00

Dari data di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada kelompok kontrol saat *pretest*, rata-rata memiliki tingkat kecemasan 66,38; sedangkan tingkat kecemasan pada kelompok kontrol saat *posttest* rata-rata tingkat kecemasannya adalah 77,76. Hal ini menunjukkan bahwa, tingkat kecemasan pada kelompok kontrol atau kelompok yang tidak diberi treatment musik klasik semakin meningkat. Pernyataan ini bisa dibuktikan dengan tabel dibawah ini:

Tabel 4.13. Perhitungan dengan Wilcoxon Signed Pada Kelompok Kontrol

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tingkat kecemasan siswa saat posttest - Tingkat kecemasan siswa saat pretest	Negative Ranks	0(a)	.00	.00
	Positive Ranks	13(b)	7.00	91.00
	Ties	0(c)		
	Total	13		

a Tingkat kecemasan siswa saat posttest < Tingkat kecemasan siswa saat pretest

b Tingkat kecemasan siswa saat posttest > Tingkat kecemasan siswa saat pretest

c Tingkat kecemasan siswa saat posttest = Tingkat kecemasan siswa saat pretest

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 0 siswa yang tingkat kecemasannya menurun saat *posttest*, 13 siswa yang tingkat kecemasannya semakin meningkat saat *posttest*, dan 0 diantara 13 siswa mempunyai tingkat kecemasan tetap.

3. Perbandingan Antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Hasil perhitungan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat *posttest*, adalah sebagai berikut:

Tabel 4.14. Descriptive Statistics Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Tingkat kecemasan siswa yang diberi treatmen musik klasik	13	46.4615	25.01871	10.00	84.00
Tingkat kecemasan siswa yang tidak diberi treatmen musik klasik	13	77.7692	17.00566	57.00	102.00

Dari data di atas menunjukkan bahwa siswa yang diberi treatmen musik klasik, rata-rata memiliki tingkat kecemasan 46,461; sedangkan pada siswa yang tidak diberi treatmen musik klasik rata-rata tingkat

kecemasannya adalah 77,769. Dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen lebih rendah daripada tingkat kecemasan pada kelompok kontrol. Pernyataan ini bisa dibuktikan dengan tabel dibawah ini:

Tabel 4.15. Perhitungan dengan Wilcoxon Signed Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tingkat kecemasan siswa yang tidak diberi treatment musik klasik - Tingkat kecemasan siswa yang diberi treatment musik klasik	Negative Ranks	0(a)	.00	.00
	Positive Ranks	13(b)	7.00	91.00
	Ties	0(c)		
	Total	13		

- a Tingkat kecemasan siswa yang tidak diberi treatment musik klasik < Tingkat kecemasan siswa yang diberi treatment musik klasik
- b Tingkat kecemasan siswa yang tidak diberi treatment musik klasik > Tingkat kecemasan siswa yang diberi treatment musik klasik
- c Tingkat kecemasan siswa yang tidak diberi treatment musik klasik = Tingkat kecemasan siswa yang diberi treatment musik klasik

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 0 siswa yang tingkat kecemasannya menurun karena tidak diberi treatment musik klasik, 13 siswa yang tingkat kecemasannya semakin meningkat karena tidak diberi treatment musik klasik, dan 0 diantara 13 siswa mempunyai tingkat kecemasan tetap.

Tabel 4.16. Test Statistics(b)

	Tingkat kecemasan siswa yang tidak diberi treatment musik klasik - Tingkat kecemasan siswa yang diberi treatment musik klasik
Z	-3.181(a)
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a Based on negative ranks.

b Wilcoxon Signed Ranks Test

Tabel terakhir ini adalah skor Z_{hitung} : -3,181. Untuk alpha 5% maka Z_{tabel} nya adalah 1,96. Ketika Z_{hitung} dimutlakkan maka menjadi 3,181 jadi $Z_{hitung} > Z_{tabel}$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini juga sesuai dengan skor Asymp. **Sig.** (2-tailed) sebesar 0,001 yang jauh lebih kecil dibanding alpha 0,05 atau dengan kata lain probabilitas < taraf nyata (α).

Berdasarkan hasil analisis di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang berbunyi terdapat perbedaan antara tingkat kecemasan siswa yang diberi treatment musik klasik dan tidak diberi treatment musik klasik dapat diterima dan berlaku untuk populasi.

C. Pembahasan

Ujian Nasional (UN) merupakan salah satu cara pemerintah untuk meningkatkan mutu pendidikan Indonesia. Siswa harus mampu mencapai standar nilai tertentu sebagai syarat kelulusan.

Pelaksanaan UN ini dirasakan siswa sebagai beban yang semakin bertambah berat karena dengan adanya peningkatan angka Standar Kompetensi Lulusan Ujian Nasional (SKLUN) yang terjadi terus menerus.

Hal inilah yang dapat memunculkan perasaan khawatir, takut serta tertekan pada diri siswa, sehingga berbagai upaya pun dicoba untuk dilakukan agar dapat meminimalisir perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan tersebut, sehingga siswa siap menghadapi UN. Perasaan tertekan, khawatir, dan takut akan kegagalan, yang dirasakan siswa saat dalam tahap mempersiapkan UN tersebut disebut sebagai kecemasan menghadapi UN.

Kecemasan didefinisikan sebagai gangguan kemurungan (*melancholic disorder*) yang disebabkan karena terlalu banyak perasaan murung (Ramaiah, 2003: 111). Pada sisi lain, kecemasan merupakan hasil pikiran tidak nyaman yang bereaksi terhadap keadaan yang kelihatannya negatif bagi seseorang tetapi tidak mengancam secara terbuka (Ramaiah, 2003: 81).

Nevid (dalam Puspitasari, dkk., 2009: 2) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Sedangkan menurut Daradjat kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi saat individu mengalami tekanan perasaan dan pertentangan batin (dalam Ayuningtyas 2009: 11).

Freud (dalam Yuhana, 2010: 15) mengatakan bahwa kecemasan merupakan fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Jadi dalam kadar yang rendah kecemasan itu diperlukan karena kecemasan adalah suatu yang normal dalam menyertai pertumbuhan, perubahan,

mengalami suatu hal baru, dan dalam menemukan identitas diri sendiri. Akan tetapi apabila kecemasan dibiarkan tanpa kendali, akan mengakibatkan kesulitan, prestasi belajar yang rendah bahkan kematian dini.

Ketenangan dalam menghadapi Ujian Nasional mutlak diperlukan bagi peserta Ujian Nasional. Salah satu upaya agar mereka terhindar dari kecemasan yang berlebihan adalah dengan cara mendengarkan musik klasik.

Musik klasik mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan katarsis emosi, serta dapat mengoptimalkan tempo, ritme, melodi dan harmoni yang teratur dan dapat menghasilkan gelombang alfa serta gelombang beta dalam gendang telinga sehingga memberikan ketenangan yang membuat otak siap menerima masukan baru, efek rileks dan menidurkan (Nurseha & Djaafar, 2002). Selain itu musik klasik berfungsi mengatur hormon-hormon yang berhubungan dengan stres antara lain ACHT, prolaktin, dan hormon pertumbuhan serta dapat mengurangi nyeri (Campbell, 2002).

Salah satu jenis musik klasik adalah musik klasik karya *Mozart*. Musik-musik *Mozart* memiliki keunggulan akan kemurnian dan kesederhanaan bunyi-bunyi yang dimunculkannya, irama, melodi, dan frekuensi-frekuensi tinggi pada musik *Mozart* merangsang dan memberi daya pada daerah-daerah kreatif dan motivasi dalam otak. Musik *Mozart* memberi rasa nyaman tidak saja ditelinga tetapi juga bagi jiwa yang mendengarnya. Gubahan-gubahan musik klasik ini, bila rajin diperdengarkan akan memberi efek keseimbangan emosi dan ketenangan (Campbell, 2002).

Analisis uji asumsi pada variabel kecemasan yaitu berupa uji normalitas. Uji normalitas variabel kecemasan pada saat *pretest* menghasilkan angka **Sig.** (0,001) < 0,05, maka tidak berdistribusi normal. Sedangkan pada saat *posttest* angka **Sig.** (0,200) > 0,05, maka berdistribusi normal. Jadi dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini tidak berdistribusi normal.

Dari analisis deskriptif kategorisasi menunjukkan bahwa tingkat kecemasan siswa dalam kategori tinggi sebanyak 0% atau tidak ada yang memiliki kecemasan tinggi, sedangkan kecemasan siswa dalam kategori sedang sebanyak 26 siswa atau sebesar 37,1%, dan kecemasan siswa dalam kategori rendah sebanyak 44 atau sebesar 62,9 %.

Dari hasil analisis menggunakan SPSS di atas, pada kelompok eksperimen diperoleh tingkat kecemasan pada saat *pretest*, rata-rata memiliki tingkat kecemasan 73,46; sedangkan tingkat kecemasan pada saat *posttest* rata-rata tingkat kecemasannya adalah 46,46. Hal ini menunjukkan bahwa, setelah diberi treatment musik klasik terjadi tingkat penurunan kecemasan pada kelompok eksperimen. Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh tingkat kecemasan pada saat *pretest*, rata-rata memiliki tingkat kecemasan 66,38; sedangkan tingkat kecemasan pada saat *posttest* rata-rata tingkat kecemasannya adalah 77,76. Hal ini menunjukkan bahwa, tingkat kecemasan pada kelompok kontrol atau kelompok yang tidak diberi treatment musik klasik semakin meningkat.

Apabila dibandingkan dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, maka diperoleh data bahwa siswa yang diberi treatment musik klasik,

rata-rata memiliki tingkat kecemasan 46,461; sedangkan pada siswa yang tidak diberi treatment musik klasik rata-rata tingkat kecemasannya adalah 77,769. Dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan pada kelompok kontrol lebih tinggi daripada tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara tingkat kecemasan siswa yang diberi treatment musik klasik dan tidak diberi treatment musik klasik, ini berarti bahwa pemberian musik klasik berpengaruh terhadap kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional. Hal tersebut senada dengan yang diungkapkan oleh Campbell (dalam Raharja 2009: 134) bahwa musik dapat menghilangkan stres sebelum ujian. Hal ini dikarenakan musik klasik mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan katarsis emosi, serta dapat mengoptimalkan tempo, ritme, melodi dan harmoni yang teratur dan dapat menghasilkan gelombang alfa serta gelombang beta dalam gendang telinga sehingga memberikan ketenangan yang membuat otak siap menerima masukan baru, efek rileks dan menidurkan (Nurseha & Djaafar, 2002).

Jadi dari hasil perhitungan SPSS di atas, dapat disimpulkan bahwa, hipotesis alternatif “**pemberian musik klasik berpengaruh terhadap kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional**” diterima dan H_0 ditolak. Pernyataan ini, ditunjukkan pada diperolehnya nilai $Z_{hitung} > Z_{tabel}$, yaitu $3,181 > 1,96$ dan taraf signifikansi $0,001 < 0,05$. Dengan kata lain, hasil penghitungan di atas menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian musik klasik dengan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional, dimana pengaruhnya berupa penurunan kecemasan.

Adapun beberapa hal yang dapat mempengaruhi validitas internal eksperimen ini dan berpengaruh terhadap hasil akhir, antara lain :

1. Maturasi (*maturation process*)

Merupakan proses perubahan pada kelompok atau subyek penelitian, yang terjadi seiring berjalannya waktu, artinya reduksi perubahan *biopsikososial-spiritual* subyek selama eksperimen kemungkinan dapat mempengaruhi nilai ideal hasil penelitian. Semisal, tidak semua subyek ketika diberikan perlakuan (pemberian musik klasik) dalam kondisi siap, serius, disiplin, tertib atau sehat. Kondisi inilah yang sulit diukur dan hal ini penting untuk diperhatikan dan keseriusan dari peneliti, hingga tercipta forma berpikir dan bersikap yang benar-benar dapat mendukung eksperimen.

2. Instrumentasi (*measuring instrument*)

Adalah perubahan kondisi pelaksanaan pengukuran selama rentang waktu pemberian *pretest* dan *posttest*. Berbagai hal yang mungkin saja terjadi bisa mempengaruhi hasil eksperimen ini, antara lain; kehandalan alpha instrumentasi yang belum mendekati nilai 1,00 dan kondisi serba terbatas peneliti, baik derajat pengetahuan dan pengalaman lapangan atau yang lain, secara kualitatif sedikit banyak berpengaruh terhadap proses penelitian dan hasil skor akhir (signifikan atau tidak) dari eksperimen yang dilakukan.

3. Mortalitas (*differential eksperimental mortality*)

Hilangnya subyek tertentu dari kelompok eksperimen atau kelompok kontrol, yang memungkinkan dapat mempengaruhi hasil skor akhir pada variabel dependen setelah perlakuan. Dalam eksperimen ini hal ini tidak terjadi, namun kemungkinan interaksi dan tukar pikiran antar kelompok perlakuan (eksperimen dan kontrol) yang justru sangat mempengaruhi hasil akhir.

Sementara, untuk aspek validitas eksternal dapat dikendalikan sedemikian rupa, dengan bentuk perlakuan yang berbeda, bekerjasama dengan guru, sampai pada pengawasan intens selama pemberian perlakuan yang disesuaikan dengan modul yang sudah dibuat. Bahkan, sebelum pelaksanaan eksperimen dibuatlah komitmen antara peneliti dan subyek dengan pembubuhan tanda tangan, bersedia dijadikan obyek penelitian, serta siap mengikuti sikap dan aturan tertentu selama eksperimen berlangsung dan tanpa adanya unsur paksaan.