BAB IV

ANALISA DATA

Analisis data hasil penelitian dimaksudkan untuk mengetahui kebenaran hipotesis-hipotesis penelitian yang telah dirumuskan dalam BAB 1 yaitu Pengaruh atau tidaknya Relaksasi Pernapasan Terhadap Peningkatan Konsentrasi Diri Mahasiswa semester VIII Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Selanjutnya untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh Bimbingan dan Konseling Islam dengan relaksasi pernapasan untuk meningkatkan konsentrasi diri terhadap klien atau mahasiswa, digunakan rumus *Paired Sample T-Test*, analisis *Paired-Samples T Test* merupakan prosedur yang digunakan untuk membandingkan rata-rata dua variabel dalam satu *group*. Artinya pula analisis ini berguna untuk melakukan pengujian terhadap dua sampel yang berhubungan atau dua sampel berpasangan. Prosedur *Paired Samples* Uji T digunakan untuk menguji bahwa tidak atau adanya perbedaan antara dua variabel. Data boleh terdiri atas dua pengukuran dengan subjek yang sama atau satu pengukuran dengan beberapa subjek. Adapun rumus *Paired Sample T-Test* adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r\left[\frac{s_1}{\sqrt{n_1}}\right]\left[\frac{s_2}{\sqrt{n_2}}\right]}}$$

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Keterangan:[62]

$\bar{x}_1$ = Rata-rata sampel 1

$\bar{x}_2$ = Rata-rata sampel 2

s_1 = Simpangan baku sampel 1

s_2 = Simpangan baku sampel 2

s_1^2 = Varian sampel 1

s_2^2 = Varian sampel 2

r = Korelasi antar dua sampel

Untuk memudahkan perhitungan, maka seluruh perhitungan dilakukan dengan bantuan komputer program SPSS 16.0 *for windows* sehingga tidak diperlukan melakukan perbandingan antara hasil penelitian dengan tabel statistik karena dari *out put* komputer dapat diketahui besarnya nilai P diakhir semua teknik statistik yang diuji. Adapun hasil *Out Put* nya adalah sebagai berikut:

Tabel4.1

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Sebelum	86.0000	27	13.12660	2.52622
	Sesudah	98.0741	27	4.32280	.83192

Tabel4.2

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Sebelum&Sesudah	27	.722	.033

[62] Abdul Muhid, *Analisis Statistik SPSS for Windows: Cara Praktis Melakukan Analisis Statistik*, (Surabaya: CV Duta Aksara, 2010), hal 37

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel4.3

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Sebelum - Sesudah	-1.20741E1	12.01258	2.31182	-16.82609	-7.32206	-5.223	26	.000

Interpretasi hasil output SPSS:

- Banyaknya data masing-masing untuk yang sebelum dan sesudah diberikan *Treatment* = 27, rata-rata skorsebelum adanya *treatment* adalah86.0000 dan sesudah di berikan *treatment* adalah98.0741. Simpangan baku (standard deviation) sebelum adanya treatment mempunyai skor13.12660 dan sesudah sesudah di berikan treatment mempunyai skor 4.32280.
- Pada tabel *paired sample correlation* memuat data tentang adanya korelasi antara sebelum dan sesudahnya adanya pengaruh relaksasi pernapasan terhadap peningkatan konsentrasi diri mahasiswa yaitusebesar 0. 722 dengan sig sebesar 0.000. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh relaksasi pernapasan terhadap peningkatan konsentrasi diri mahasiswa.
- Pada tabel *paired sample test*, memuat data hasil uji-t dua sampel berpasangan yang meliputi t hitung dan signifikansi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Langkah yang di ambil setelah itu adalah melihat adanya pengaruh atau tidaknya relaksasi pernapasan terhadap peningkatan konsentrasi diri mahasiswa. Dengan melihat hasil uji, menunjukkan bahwa korelasia dalah 0.722 > 0.000. Nilai korelasi lebih besar daripada nilai sig, hal ini menunjukkan adanya pengaruh relaksasi pernapasan terhadap peningkatan konsentrasi diri mahasiswa.

Langkah berikutnya yang di ambil untuk menjawab rumusan masalah yang kedua yaitu sejauh mana pengaruh relaksasi pernapasan terhadap peningkatan konsentrasi diri mahasiswa adalah dengan melihat nilai koefisien pada table di bawah.

Tabel 4.4

Nilai Koefisien

No	Koefisien Korelasi	Penjelasan
1.	Antara 0.800 – 1.000	Tinggi
2.	Antara 0.600 – 0.800	Cukup
3.	Antara 0.400 – 0.600	agak rendah
4.	Antara 0.200 – 0.400	Rendah
5.	Antara 0.000 – 0.200	Sangat rendah

Hasil kolerasi adalah 0.722 ini menunjukkan hasil kolerasi pada pengaruh reklasasi terhadap peningkatan konsentrasi diri mahasiswa adalah **Cukup**.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id