

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan perhitungan statistik atau angka. Menurut Hammersley menjelaskan bahwa pada hakikatnya metode kuantitatif, yaitu metode yang berfokus pada penerapan metode penelitian ilmu alam sebagai model penelitian ilmiah, karakter utamanya adalah penggunaan pengukuran secara kuantitatif terhadap fenomena yang dipelajari dan dikontrol secara sistematis sebagai variabel teoritis yang mempengaruhi.¹

Sugiyono menambahkan bahwa desainnya dalam metode ini berciri-ciri spesifik, jelas, rinci; ditentukan secara tepat dan menjadi pegangan langkah demi langkah penelitian. Menurut tujuannya, metode ini ditunjukkan untuk hubungan antar variabel; menguji teori; mencari generalisasi yang mempunyai nilai prediktif.²

Jadi dapat disimpulkan bahwa, penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menggunakan sebuah metode penelitian yang bertujuan

¹Nanang Martono, *Metode Penelitian Sosial konsep-konsep kunci*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), hlm. 215

²Andi Prastowo, *Memahami Metode-metode Penelitian Suatu Tinjauan Teoritis & Praktis*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hlm. 51-52

menggambarkan sebuah fenomena atau gejala sosial yang terjadi secara kuantitatif atau dengan menjelaskan bagaimana fenomena atau gejala sosial yang terjadi di masyarakat itu saling berhubungan satu sama lain dengan menggunakan perhitungan yang rinci dan akurat.

2. Pendekatan Penelitian

Metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh *treatment* atau perlakuan tertentu dalam kondisi yang terkontrol (laboratorium).³ Menurut Solso dan MacLin memberikan definisi bahwa penelitian eksperimen, yaitu penyelidikan di mana minimal salah satu variabel dimanipulasi untuk dipelajari hubungan sebab-akibatnya.⁴

Sedangkan menurut David O. Scars menyebutkan bahwa eksperimen adalah metode pengumpulan data melalui pengukuran dua atau lebih kondisi yang berada dalam kasus khusus, kemudian menugaskan individu untuk merasakan kondisi yang berlainan tersebut dan mengukur perilaku setiap individu yang ada dalam kondisi tersebut.⁵

Nazir menambahkan bahwa metode penelitian eksperimen sebagai metode penelitian yang dilakukan dengan mengadakan manipulasi terhadap objek penelitian serta adanya kontrol. Metode ini pada umumnya dilakukan

³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Method)*, (Bandung: Alfabeta, 2016), hlm. 11

⁴ Liche Seniati, *Psikologi Eksperimen*, (Jakarta: PT Indeks, 2006), hlm., 23

⁵ Slamet Santoso, *Teori-teori Psikologi Sosial*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2014), hlm.,

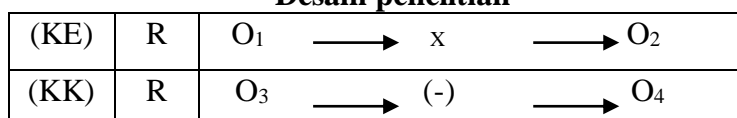
dalam penelitian ilmu-ilmu eksakta. Meskipun demikian, metode eksperimen dalam ilmu-ilmu sosial akhir-akhir ini semakin banyak yang menggunakannya.⁶ Eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi experimental*). Dalam eksperimen semu terdapat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang memiliki karakteristik sama.⁷

Jadi dapat kita simpulkan dari beberapa pernyataan di atas, bahwa penelitian eksperimen adalah jenis penelitian yang digunakan untuk menguji variabel satu dengan variabel yang lainnya dengan memanipulasi salah satu variabelnya dengan disertai kontrol.

3. Desain Penelitian

Desain eksperimental yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pretest-Posttest Control Group Design* yang dapat digambarkan pada gambar 3.1 sebagai berikut:⁸

Gambar 3.1
Desain penelitian



⁶ Andi Prastowo, *Memahami Metode-metode...*, hlm., 143

⁷ Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT. Remaja Rosdakarya, 2013), hal. 58

⁸Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2014), hlm. 76

Keterangan:

- KE : Kelompok Eksperimen
- KK : Kelompok Kontrol
- R : Random
- O₁ : *Pre-test* kelompok kontrol
- O₂ : *Pre-test* kelompok eksperimen
- O₃ : *Post-test* kelompok kontrol
- O₄ : *Post-test* kelompok eksperimen
- X : Perlakuan yaitu terapi SEFT pada kelompok eksperimen

Pada desain penelitian ini, terdapat dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang dipilih secara random. Pertama, sebelum dimulainya eksperimen pada kedua kelompok tersebut diberikan *Pre-test* terlebih dahulu untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kedua kelompok tersebut atau tidak. Kedua, bagi kelompok eksperimen akan diberikan perlakuan berupa terapi SEFT, sedangkan kelompok kontrol tidak. Dan yang ketiga, kedua kelompok akan diberikan *Post-test* sebagai alat ukur apakah terjadi perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen atau tidak setelah saah salah satu kelompok diberikan *treatment*.

B. Variabel Penelitian

Variabel merupakan suatu konsep yang dapat diasumsikan oleh seseorang atas suatu fenomena atau objek tertentu yang mengandung nilai-nilai; konsep yang memiliki variasi nilai dan ini merupakan pusat perhatian utama dalam proses penelitian kuantitatif.⁹

Variabel adalah sebuah fenomena (yang berubah-ubah) dengan demikian maka bisa jadi tidak ada satu peristiwa dialami ini yang tidak dapat disebut variabel, tinggal tergantung bagaimana kualitas variabelnya, yaitu bagaimana bentuk variasi fenomena tersebut.¹⁰ Umumnya variabel dibedakan menjadi dua macam, yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

Adapun variabel-variabel dari penelitian ini adalah:

1. Variabel bebas (*Independent*)

Variabel bebas adalah disebut juga independent atau biasanya diberi lambang variabel X, adalah suatu variabel yang apabila dalam suatu waktu berada bersamaan dengan variabel lain, maka variabel lain itu (diduga) akan dapat berubah dalam keragamannya.¹¹ Variabel bebas dalam penelitian ini adalah:

X = Terapi *Spiritual Emotional Freedom* Technique (SEFT)

⁹ Nanang Martono, *Metode Penelitian...*, hlm., 355

¹⁰ Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. (Jakarta: kencana, 2003), hlm. 55

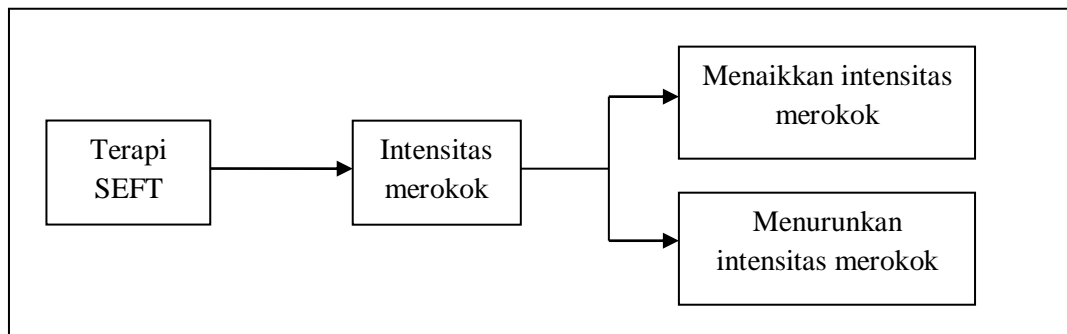
¹¹ Tulus Winarsunu, *Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, (Malang: UMM Press, 2015), hal. 4

2. Variabel terikat (*Dependent*)

Variabel terikat atau disebut juga sebagai dependent variabel atau biasanya diberi lambang variabel Y adalah variabel yang berubah karena pengaruh variabel bebas. Variabel ini merupakan variabel yang dipengaruhi atau akibat, karena adanya variabel bebas.¹² Variabel terikat pada penelitian ini adalah:

Y = Intensitas merokok pada remaja di lembaga pembinaan khusus anak kelas 1 Blitar.

Gambar 3.2
Skema penelitian



C. Populasi, Teknik Sampling dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Nanang Martono menjelaskan populasi merupakan keseluruhan objek atau subyek yang berada pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu berkaitan dengan masalah penelitian. Populasi dapat juga

¹²Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: ALFABETA, cv, 2015), hlm. 60

didefinisikan sebagai keseluruhan unit atau individu dalam ruang lingkup yang akan diteliti.¹³

Jadi, populasi merupakan objek atau subyek yang menempati suatu wilayah tertentu dan memenuhi syarat-syarat tertentu untuk digunakan sebagai objek atau subyek yang berkaitan dengan penelitian.

Dari uraian tersebut populasi dalam penelitian ini ialah seluruh remaja yang sedang menjalani hukuman di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar (LPKA Kelas I Blitar) yang berjumlah 194 remaja yang terdiri dari wisma Dahlia, Cempaka, dan Bougenvile data diambil pada 31 Januari 2018.

Tabel 3.1
Populasi Penelitian

No	Wisma	Jumlah Andikpas
1.	Dahlia	69
2.	Cempaka	53
3.	Bougenvile	72
Total		194

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian dari populasi yang memiliki sifat yang sama dengan populasi.¹⁴ Menurut sugiyono sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut.¹⁵ Jadi, sampel merupakan

¹³ Nanang Martono, *Metode Penelitian...*, hlm., 250

¹⁴ Nana Sujana & Ibrahim, *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2007), hlm. 85

¹⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, hlm. 118

bagian dari populasi yang diambil sebagai sumber data yang diperlukan dan dapat mewakili seluruh populasi yang ada.

Menurut Suharsimin Arikunto, rumus yang digunakan untuk pengambilan sampel sebagai berikut:¹⁶

Gambar 3.3
Rumus Pengambilan Sampel

$$n = 25\% \times N$$

Keterangan:

n : Besaran sampel

N : Besar populasi

Hasil dari perhitungan jumlah sampel didapatkan angka 48,5 karena responden dari penelitian ini manusia maka angka tersebut dibulatkan menjadi 49. Pada penelitian ini, peneliti menetapkan jumlah sampel 10 responden sebagai kelompok eksperimen.

Dimana masing-masing sampel yang termasuk pada kelompok eksperimen harus memenuhi beberapa syarat yang sudah ditentukan oleh peneliti. Adapun syarat yang harus dipenuhi, antara lain.

1. Remaja usia 14-18 tahun
2. Tercatat sedang menjalani hukuman di LPKA
3. Merupakan perokok aktif (subyek melakukan perilaku merokok)
4. Termasuk kategori perokok ringan, sedang, dan berat

¹⁶ Suharsimi Arikunto, *Menegemen Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm., 95

5. Bersedia mengikuti SEFT dengan lembar *Informed Consent* (lembar pernyataan kesediaan mengikuti terapi SEFT)
6. Subyek tidak sedang mengikuti terapi atau program lain yang berkaitan dengan merokok. Alasan peneliti menetapkan kriteria tersebut untuk menghindari bias dalam penelitian.

3. Teknik Sampling

Sampling merupakan bagaimana menata berbagai teknik dalam penarikan atau pengambilan sampel penelitian, bagaimana kita merancang tata cara pengambilan sampel agar menjadi sampel yang representatif. Dengan tidak melupakan beberapa faktor yang harus dipertimbangkan dalam memperoleh sampel yang representatif, penelitian memulai mengenal keseragaman dan ciri-ciri khusus populasi.¹⁷ Jadi, dapat disimpulkan bahwa teknik sampling adalah cara menentukan sampel yang akan dipilih sebagai obyek penelitian.

Penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah (*Non-Probability Sampling*), yaitu penarikan sampel tanpa teori peluang (*non-probability sampling*) suatu metode penarikan sampel di mana kemungkinan terpilihnya unit-unit dalam populasi sebagai sampel dilakukan secara bebas tidak didasarkan kepada peluang atau probabilitas terpilih masing-masing

¹⁷ Burham Bungin, *Metode Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2006), hlm. 105

unit yang ada.¹⁸ *Non-Probability Sampling* dengan teknik *purposif sampling*, yaitu teknik sampel yang digunakan peneliti jika peneliti memiliki pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam pengambilan sampelnya atau penentuan sampel untuk tujuan tertentu.¹⁹

Dari berbagai pengertian yang sudah dipaparkan diatas peneliti menyimpulkan bahwa, teknik *purposif sampling* adalah teknik pengambilan sampel sesuai kriteria yang sudah peneliti tentukan dengan berbagai pertimbangan sebelum penelitian ini dilaksanakan.

Menurut Arikunto, sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subyek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Teknik tersebut memiliki syarat-syarat sebagai berikut:

- a. Pengambilan sampel berdasarkan ciri-ciri, sifat-sifat, atau karakter tertentu, yang merupakan ciri pokok populasi.
- b. Subyek yang diambil sebagai populasi benar-benar merupakan subyek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi
- c. Penentu karakteristik populasi dilakukan dengan cermat didalam studi pendahuluan.²⁰

¹⁸ Abuzar Asra, *Pengantar Statistika II Panduan Bagi Pengajar dan Mahasiswa*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2014), hlm. 26

¹⁹ Riduwan, *Metode & Teknik Penyusunan Tesis*, (Bandung: ALFABETA, 2004), hlm. 63

²⁰ Naharin Suroyani, *Efektifitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dalam Menurunkan Stres Akibat Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Tulungagung Angkatan 2012*, (Tulungagung: Skripsi Tidak Diterbitkan, 2012), hlm. 89-90

D. Kisi-Kisi Instrumen

Dalam penelitian yang berjudul Efektivitas Terapi Sepiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Intensitas Merokok Pada Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar ini terdapat satu variabel X yaitu Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), dan variabel Y yaitu Intensitas merokok pada remaja di lembaga pembinaan khusus anak kelas I Blitar. Untuk mengetahui Intensitas merokok pada remaja LPKA Kelas I Blitar menggunakan angket atau kuesioner. Sebelum soal angket dibuat, peneliti terlebih dahulu menyusun kisi-kisi yang dijadikan sebagai pedoman dalam merumuskan pertanyaan-pertanyaan pada instrument yang akan digunakan untuk penelitian. Berikut kisi-kisi dari instrumen penelitian:

Tabel 3.2
Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Aspek	Indikator	Butir-butir Pertanyaan	Jumlah Soal
Perilaku Merokok	1. Durasi merokok	Lamanya merokok	1, 5, 31, 32	4
	2. Frekuensi merokok	Seringnya merokok pada suatu waktu	2, 3, 7, 8, 33, 34, 35, 58, 15, 60, 61, 62, 63, 64	14
		Seringnya merokok apabila ada kesempatan	4, 6, 9, 10, 11, 17, 18, 19, 36, 37, 38, 40, 41, 56, 57, 59, 65, 73,	18
	3. Intensitas merokok	Batang rokok yang dihisap satu waktu	12, 14, 16, 20, 21, 22, 39, 42, 43, 44, 55, 71	12
		Batang rokok yang dihisap dalam suatu kesempatan	13, 24, 26, 45, 66, 70, 72, 74	8
	4. Tempat	Ruang pribadi	23, 46, 54, 69	4

	merokok	Tempat umum	25, 47, 51, 67	4
	5. Faktor emosional	Perasaan ketika merokok	27, 28, 29, 30, 48, 49, 50, 52, 53, 68	10
	Jumlah			74

E. Instrumen Penelitian

Menurut Nanang Martono, instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data atau informasi yang bermanfaat untuk menjawab masalah penelitian.²¹ Instrumen penelitian adalah perangkat untuk menggali data primer dari responden sebagai sumber data terpenting dalam sebuah penelitian.²² Jadi, dapat disimpulkan dari beberapa pengertian diatas instrumen penelitian adalah alat untuk mengukur fenomena sosial yang terjadi.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner. Angket atau kuisoner adalah sejumlah pertanyaan yang digunakan untuk memperoleh data dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal lain yang perlu diketahui.²³ Angket akan diberikan kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat intensitas merokok remaja yang diberikan terapi SEFT dengan yang tidak diberikan terapi SEFT. Sedangkan jenis kuesioner yang digunakan adalah jenis angket tertutup. Angket tertutup adalah yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa

²¹ Nanang Martono, *Metode Penelitian...*, hlm. 122

²² Bagong Suyanto dan Sutinah, *Metode Penelitian Sosial Berbagai Alternatif Pendekatan*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2007), hlm. 59

²³ Misbahuddin dan Iqbal Hasan, *Analisis Data Penelitian dengan Statistik*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2013), hlm. 16

sehingga responden hanya memberikan tanda centang (√) pada kolom atau tempat yang sesuai.²⁴

Di dalam kuesioner yang digunakan dalam penelitian membutuhkan adanya skala pengukuran. Skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif.²⁵

Dalam penelitian skala yang digunakan untuk mengukur intensitas merokok adalah skala likert. Skala likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan dan pertanyaan.²⁶

Sebaran item-item instrumen penelitian dapat dilihat pada tabel kisi-kisi penelitian (tabel 3.3). Adapun teori yang digunakan dalam penyusunan instrumen ini adalah adalah teori Komalasari dan Helmi yang mengatakan bahwa ukuran atau indikator perilaku merokok meliputi; durasi merokok, frekuensi merokok, intensitas merokok, tempat merokok.²⁷

Selanjutnya indikator dari variabel intensitas merokok digunakan sebagai acuan membuat pertanyaan atau pernyataan favorabel dan unfavorabel.

²⁴ Suharsimi Arikunto, *Menejemen Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 103

²⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan....*, hlm. 133

²⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian....*, hlm. 93

²⁷ Dian Komasari dan Avin Fadilla Helmi, *Faktor-faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja*, (Yogyakarta: Jurnal Psikologi, 2000, NO. 1, 37 – 47), dalam http://www.academia.edu/8854603/FAKTORFAKTOR_PENYEBAB_PERILAKU_MEROKOK_PADA_REMAJA, diakses tanggal 20 November 2017

Selanjutnya pernyataan favorabel dan unfavorabel akan diacak untuk melihat konsistensi jawaban dari responden. Sebaran pernyataan favorabel dan unfavorabel dapat diketahui, sebagai berikut:

Tabel 3.3
Pernyataan Favorabel dan Unfavorabel Skala Intensitas Merokok

No.	Aspek	Pernyataan		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Durasi Merokok	1, 32	5, 31	4
2.	Frekuensi merokok	2, 4, 6, 8, 10, 11, 15, 17, 18, 33, 35, 36, 37, 38, 60, 62,	3, 7, 9, 19, 34, 40, 41, 57, 56, 58, 59, 61, 63, 64, 65, 73,	32
3.	Intensitas merokok	12, 13, 16, 20, 21, 26, 42, 44, 66, 72	14, 22, 39, 43, 45, 55, 70, 71, 74, 24	20
4.	Tempat merokok	46, 47, 67, 69	23, 25, 51, 54	8
5.	Faktor emosional	27, 28, 30, 48, 50	29, 49, 52, 53, 68,	10
Jumlah				74

Jawaban dari setiap item instrumen yang menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif, skor jawaban yang diberikan kepada responden sebagai berikut:

Tabel 3.4
Penilaian dari Kategori pilihan

No	Kategori Pilihan	Nilai Favorabel	Nilai Unfavorabel
1.	Tidak Pernah	1	4
2.	Jarang	2	3
3.	Sering	3	2
4.	Selalu	4	1

Kriteria yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kategorisasi berdasarkan model distribusi normal (Azwar dalam Bima

Adiputra). Penggolongan subjek ke dalam tiga kategori adalah sebagai berikut:²⁸

Tabel 3.5
Klasifikasi Intensitas Merokok

No.	Klasifikasi	Interval
1.	Rendah	$X < 86$
2.	Sedang	$86 < x < 129,5$
3.	Tinggi	$129,5 < X$

F. Data dan Sumber Data

1. Data

Data adalah suatu bahan mentah yang apabila diolah dengan baik akan diperoleh berbagai informasi. Dengan data tersebut, kita dapat mengambil suatu keputusan.²⁹ Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data tentang hasil observasi, data interview, data dokumentasi dan data tentang angket intensitas merokok.

²⁸Bima Adi Putra, “Hubungan antara Tingkat Intensitas Merokok dengan Tingkat Insomnia (Studi pada Mahasiswa yang Merokok Sekaligus Mengalami Insomnia di Angkringan sekitar Universitas Negeri Semarang)”, hlm. 76, dalam <http://lib.unnes.ac.id/17111/1/1550406517.pdf>, diakses tanggal 12 Desember 2017.

²⁹Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, *Pengantar Statistik*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012), hlm. 15

2. Sumber Data

Yang dimaksud dengan sumber data dalam penelitian adalah subjek dari mana data dapat diperoleh.³⁰ Sumber data dalam penelitian ini ada dua yaitu:

a. Sumber data primer

Sumber data primer adalah data yang langsung diperoleh dari sumber data pertama di lokasi penelitian atau obyek penelitian.³¹ Jadi, sumber data primer adalah data yang diperoleh dari responden langsung. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner yang diisi langsung oleh responden.

b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh orang yang melakukan penelitian dari sumber-sumber yang telah ada.³² Jadi, sumber data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber yang telah ada seperti dokumen, koran, majalah dan sebagainya.

Sumber data sekunder yang digunakan oleh peneliti adalah dokumen yang berhubungan dengan subyek penelitian, petugas atau sipir LPKA Kelas I Blitar. Peneliti ini memilih petugas atau sipir sebagai sumber data dengan alasan melalui petugas, peneliti bisa mendapatkan

³⁰Arikunto, *Prosedur Penelitian...*, Cet.14, hal. 172

³¹Mirgan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta; Prenada Media, 2005), hal. 122.

³²Arikunto, *Prosedur...*, hal. 102

dokumen-dokumen tentang riwayat subyek sebelum diadakannya penelitian.

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik untuk pengumpulan data adalah suatu cara yang dilakukan peneliti untuk memperoleh dan mengumpulkan data dalam penelitian. Tahap ini sangat menentukan proses dan hasil penelitian yang akan dilaksanakan. Peneliti memerlukan data untuk menguji hipotesis. Data tersebut merupakan fakta yang digunakan untuk menguji hipotesis yang perlu dikumpulkan. Bergantung pada masalah yang dipilih serta metode penelitian yang digunakan.³³ Jadi, teknik pengumpulan data adalah prosedur yang sudah tersusun sesuai standar untuk memperoleh data yang diperlukan oleh peneliti.

1. Langkah-langkah penelitian dan teknik pengumpulan data

Adapun langkah-langkah yang ditempuh dalam pengumpulan data, sebagai berikut:

a. Observasi/ pengamatan

Observasi merupakan metode pengumpulan data yang menggunakan pengamatan terhadap objek penelitian yang dapat dilaksanakan secara langsung dan tidak langsung.³⁴ Jadi, observasi merupakan pengamatan tingkah laku secara langsung terhadap obyek yang akan diteliti, dilakukan untuk mendapat data yang diperoleh susai

³³Ahmad Tanzeh, *Metodologi Penelitian Praktis*, (Yogyakarta: Teras, 2011), hal. 83.

³⁴*Ibid*, hal. 84

apa yang terjadi di lapangan. Observasi dilakukan kepada remaja yang ada di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar.

b. Wawancara

Wawancara adalah suatu cara pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi langsung dari sumbernya atau responden yang menjadi subyek penelitian.³⁵ Jadi, berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa wawancara adalah suatu teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan cara menginterview kepada responden yang bersangkutan.

Dalam penelitian ini menggunakan jenis wawancara terstruktur. Wawancara terstruktur adalah teknik wawancara menggunakan pedoman yang tersusun secara sistematis, pengumpul data telah menyiapkan pedoman wawancara terlebih dahulu sebelum melakukan penelitian, yaitu pertanyaan-pernyataan yang tertulis.³⁶ Wawancara untuk memperoleh data dilakukan kepada petugas Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar dan dilakukan kepada remaja yang ada di sana.

c. Angket

Angket adalah daftar pertanyaan atau pernyataan yang diberikan kepada orang lain dengan maksud agar orang yang diberikan tersebut bersedia memberikan respons sesuai dengan permintaan pengguna. Orang yang diharapkan memberikan respons ini disebut responden. Menurut cara memeberikan respons, angket dibedakan menjadi dua jenis

³⁵Riduwan, *Dasar-Dasar Statistika*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hal. 51

³⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan....*, hlm. 194-195

yaitu: angket terbuka dan angket tertutup. Dalam penelitian ini menggunakan angket tertutup. Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda cetang pada kolom atau tempat yang sesuai.³⁷ Jadi, angket adalah pertanyaan atau pernyataan yang disusun secara sistematis untuk memperoleh data dari responden langsung, yaitu remaja yang ada di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar.

d. Dokumentasi

Dokumentasi adalah mengumpulkan data dengan melihat atau mencatat suatu laporan yang sudah tersedia. Metode ini dilakukan dengan melihat dokumen-dokumen resmi seperti monografi, catatan-catatan serta buku-buku peraturan yang ada.³⁸ Jadi, dokumentasi merupakan pengumpulan data yang sudah ada sebelumnya, kemudian peneliti mengambil data tersebut dengan mencatatnya ulang atau sebagainya.

Dalam penelitian ini dokumentasi digunakan pada saat sebelum dan sesudah terapi. Hal ini digunakan untuk mengetahui dampak atau efek dari terapi yang tengah dilakukan terhadap intensitas merokok. Selain itu, dokumentasi digunakan untuk sumber data sekunder. Sumber dokumentasi diperoleh dari berkas-berkas yang ada dikantor untuk mengetahui data subyek penelitian seperti nama, tempat, tanggal lahir, alamat, dan sebagainya.

³⁷ Suharsimin Arikunto, *Manajemen Penelitian...*, hlm. 103

³⁸ Ahmad Tanzeh, *Metodologi Penelitian...*, hal. 92

2. Kualifikasi Terapis

Penelitian ini menggunakan terapis yang harus memenuhi syarat-syarat yang harus dipenuhi, sebagai berikut:

- a. Menguasai terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)
- b. Memiliki sertifikat sebagai terapis SEFT

3. Rancangan intervensi terapi SEFT

Berikut jadwal intervensi yang dilakukan oleh peneliti:

Tabel 3.6
Agenda Intervensi

No.	Tanggal	Sesi	Agenda	Waktu
1.	31 Januari 2018	Pertemuan I	Pengisian kuesioner oleh populasi penelitian	60 menit
2.	5 Februari 2018	Pertemuan II	Pengisian angket <i>pre-test</i> oleh responden yang terpilih menjadi subyek penelitian	30 menit
3.	6 Februari 2018	Pertemuan III	Pembagian kelompok eksperimen dan kelompok kontrol	30 menit
4.	9 Februari 2018	Pertemuan IV	<ol style="list-style-type: none"> a. Perkenalan b. Penjelasan tentang terapi SEFT c. Penjelasan mengenai Intensitas merokok d. Penjelasan tentang hubungan terapi SEFT dengan intensitas merokok e. Kontrak forum f. Proses konseling kelompok 	120 menit
5.	12 Februari 2018	Pertemuan V	<ol style="list-style-type: none"> a. Proses terapi SEFT b. Evaluasi 	150 menit
6.	13 Februari 2018	Pertemuan VI	<ol style="list-style-type: none"> a. <i>Review</i> bersama kelompok eksperimen hasil terapi dipertemuan ke V b. Proses konseling individu 	150 menit

			c. Proses terapi SEFT d. Evaluasi	
7.	14 Februari 2018	Pertemuan VII	a. <i>Review</i> bersama kelompok eksperimen hasil terapi dipertemuan ke VI b. Proses konseling individu c. Proses terapi SEFT d. Evaluasi	150 menit
8.	15 Februari 2018	Pertemuan VIII	a. <i>Posttest</i> untuk kelompok pembanding b. <i>Review</i> hasil terapi sesi c. Proses konseling individu d. Proses terapi SEFT e. Evaluasi f. <i>Posttest</i> untuk kelompok eksperimen	150 menit

a. Tahap pelaksanaan

1) Pertemuan Pertama

Peneliti membagikan angket intensitas merokok yang dibuat oleh peneliti sendiri yang mengacu pada perilaku merokok yang menggunakan teori dari Kumasari dan Helmi. Angket terdiri atas 73 pernyataan yang dapat mengungkap intensitas perilaku merokok responden. Pada hari rabu tanggal 31 Januari 2018, peneliti memberikan angket kepada 24 remaja yang merokok di salah satu Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Blitar.

2) Pertemuan Kedua

Dipertemuan yang kedua, peneliti mengadakan *Pre-test* kepada responden calon kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk mengetahui keadaan awal responden sebelum dilakukannya terapi. Selanjutnya, peneliti melakukan skoring pada angket *pretest* intensitas

merokok dan mendapatkan 10 subjek dengan intensitas merokok sedang dan tinggi.

3) Pertemuan Ketiga

Untuk pertemuan yang ketiga, peneliti menentukan mana yang akan menjadi kelompok eksperimen dan yang akan menjadi kelompok kontrol. Kemudian setelah itu peneliti memberikan surat persetujuan kepada responden yang memenuhi syarat sebagai partisipan untuk menghadiri proses terapi yang akan dilakukan pada tanggal 9–15 Februari 2018 untuk kelompok eksperimen dan menjadi subyek perbandingan yang tidak diberikan terapi untuk kelompok kontrol.

4) Pertemuan keempat

Pada tanggal 9 Februari 2018 partisipan yang hadir sebanyak 10 orang, penelitian dilaksanakan di ruang kelas di LPKA Kelas I Blitar. Penelitian dilakukan pada pukul 09:00 WIB. Sebelumnya peneliti mempersiapkan segala sesuatu terkait penelitian seperti segala sesuatu yang berkaitan dengan administrasi seperti absen klien. Setelah semua siap peneliti memberikan salam dan kalimat pembuka kepada subjek serta memperkenalkan diri dan terapis. Peneliti juga meminta responden untuk memperkenalkan diri dan setelah itu peneliti memberikan penjelasan mengenai seputar penelitian, seperti penjelasan mengenai terapi SEFT, Penjelasan mengenai Intensitas merokok, Penjelasan tentang hubungan terapi SEFT dengan intensitas merokok. Kemudian setelah itu peneliti membuat kontrak forum yang kemudian didiskusikan kepada kelompok eksperimen agar proses terapi dapat berjalan lancar dan sesuai apa yang diharapkan oleh peneliti dan responden. Setelah kontrak forum disetujui

bersama, peneliti mengadakan konseling untuk menggali akar dari masalah untuk mempermudah nanti saat terapi, kemudian untuk merancang apa yang akan dilakukan peneliti selanjutnya kepada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen khususnya, dan yang terakhir untuk membangun kepercayaan antara klien dengan terapis.

5) Pertemuan kelima (Sesi I Terapi)

Pelaksanaan penelitian dilakukan pada tempat yang telah disediakan, yaitu ruang belajar atau kelas yang ada di LPKA. Subjek diberikan perlakuan yaitu terapi SEFT oleh terapis sebanyak 3 kali dalam rentang waktu 1 minggu meliputi tahap terapi SEFT yaitu *Preparation* yang merupakan tahap pengenalan dan membangun kepercayaan antara klien dengan terapis, *Systemic Desensitization* yang dilakukan pra dan pasca *Set-Up*, responden diberikan rokok yang kemudian diminta untuk memberikan skala 1-10 untuk mengukur seberapa besar keinginannya untuk merokok, kemudian melakukan *set-up* untuk penetralisir pikiran negatif yang bersarang dipikiran kita yang disebut (*Psychological Reversal*) dengan mengucapkan “*Ya Allah meskipun saya belum bisa berhenti merokok, saya ikhlas, menerima masalah ini, saya pasrahkan pada-Mu kesembuhan saya*” dibarengi dengan penuh rasa khusyu’, ikhlas dan pasrah sebanyak 3 kali. Kemudian sambil mengucapkan kalimat tadi sambil menekan dada kita tepatnya dibagian *Sore Spot* yaitu daerah disekitar dada atas yang apabila ditekan terasa sakit atau mengetuk dengan dua jari di bagian *Karate Chop*.

Kemudian setelah itu melakukan *Tune-in*, responden diminta untuk memikirkan keinginan merokok, dengan tujuan membangkitkan keinginan merokok yang ingin dihilangkan sehingga akan menimbulkan reaksi negatif seperti sedih, marah, takut. Ketika terjadi reaksi negatif itu timbul, responden diminta hati dan mulutnya mengatakan “ *Ya Allah...Saya ikhlas...Saya pasrah*”, bersamaan dengan *Tune-in* ini kita sambil melakukan *Tapping* dengan mengetuk bagian atau titik meridian yang sudah dijelaskan dibab sebelumnya. Kemudian setelah proses terapi selesai, peneliti mengevaluasi mengenai apa yang dirasakan saat terapi berlangsung sampai terapi berakhir dan bertanya mengenai skala keinginan merokok, apakah turun atau malah naik.

6) Pertemuan keenam (Sesi II Terapi)

Pada tanggal 13 Februari 2018 partisipan yang hadir sebanyak 5 orang, penelitian dilaksanakan di ruang kelas di LPKA Kelas I Blitar. Penelitian dilakukan pada pukul 09:00 WIB. Sebelumnya peneliti mempersiapkan segala sesuatu terkait penelitian seperti segala sesuatu yang berkaitan dengan administrasi seperti absen klien. Peneliti juga mengatur posisi kursi dan meja, agar mempermudah subjek dalam mengikuti terapi yang akan berlangsung.

Peneliti melakukan evaluasi terapi yang sudah dilakukan dipertemuan sebelumnya bersama seluruh kelompok eksperimen. Setelah itu dilanjutkan dengan konseling satupersatu kepada responden dari kelompok eksperimen. Peneliti menanyakan kesiapan pada responden untuk melanjutkan memulai

eksperimen atau terapi, peneliti mulai memanggil satu persatu responden untuk duduk dikursi yang telah disediakan untuk memandu responden melakukan terapi SEFT. Kemudian prosedur yang dilakukan sama dengan hari sebelumnya.

Setiap subjek di terapi dengan rentang waktu kurang lebih 10-20 menit. Setelah terapi selesai akan dilakukan evaluasi mengenai apa yang dirasakan saat proses terapi sampai dengan selesai terapi. Setelah semua selesai, peneliti mempersilahkan subjek untuk meninggalkan ruangan.

7) Pertemuan ketujuh (Sesi III Terapi)

Pada 14 Februari 2018 partisipan yang hadir sebanyak 5 orang, penelitian kembali dilaksanakan di ruang kelas di LPKA Kelas I Blitar. Penelitian dilakukan pada pukul 10:00 WIB. Sebelum memulai terapi peneliti melakukan evaluasi mengenai terapi yang dilakukan pada hari sebelumnya, setelah selesai dilanjutkan dengan konseling individu, kemudian dilanjutkan terapi dengan prosedur yang dilakukan sama dengan hari sebelumnya.

8) Pertemuan kedelapan

Pada 15 Februari 2018 partisipan yang hadir sebanyak 10 orang, penelitian kembali dilaksanakan di ruang kelas di LPKA Kelas I Blitar. Penelitian dilakukan pada pukul 10:00 WIB. Satu minggu setelah diberikan perlakuan berupa terapi SEFT, tepatnya dimulai tanggal 05 Februari 2018, dipertemuan yang kedelapan subjek kemudian diberi *posttest* dengan

membagikan angket intensitas merokok kembali kepada responden penelitian.

H. Analisis Data

Taylor dan Bogdan mendefinisikan analisis data sebagai sebuah proses yang merinci usaha secara formal untuk menemukan tema dan merumuskan hipotesis (ide) seperti yang disarankan dan sebagai usaha untuk memberikan bantuan dan tema pada hipotesis.³⁹ Sedangkan analisis data menurut Lexy J. Moleong, adalah proses pengorganisasikan dan mengurutkan data dalam pola, kategori, satuan-uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja, seperti yang disarankan oleh data.⁴⁰

Jadi, dapat disimpulkan dari beberapa pengertian di atas bahwa analisis data adalah proses mengelompokkan atau mengurutkan data yang sesuai dengan pedoman, guna memperoleh hasil yang dapat dinilai dan ditafsirkan.

Berdasarkan jenis data yang digunakan peneliti, maka peneliti dalam analisisnya menggunakan analisis kuantitatif. Analisis kuantitatif adalah analisis yang menggunakan alat analisis bersifat kuantitatif, yaitu alat yang menggunakan model-model, seperti model matematika.⁴¹ Hasil analisis ini disajikan dalam bentuk angka-angka yang kemudian dijelaskan dan diinterpretasikan dalam suatu uraian.

³⁹ Nanang Martono, *Metode Penelitian...*, hlm., 10

⁴⁰ *Ibid.*, hlm. 33

⁴¹ *Ibid.*, hlm. 33

1. Uji Instrumen

Untuk memenuhi kriteria sebuah penelitian yang dianggap sebagai penelitian ilmiah maka kecermatan pengukuran sangat diperlukan. Untuk itu, ada dua syarat utama yang harus dipenuhi oleh alat ukur untuk memperoleh suatu pengukuran yang cermat, sebagai berikut.⁴²

a. Uji Validitas

Validitas, dalam pengertian yang paling umum, adalah ketepatan dan kecermatan skala dalam menjalankan fungsi ukurnya. Artinya, sejauhmana skala itu mampu mengukur atribut yang dirancang untuk mengukurnya. Skala yang hanya mampu mengukur atribut lain, dikatakan sebagai skala yang tidak valid. Karena validitas sangat erat berkaitan dengan tujuan ukur, maka setiap skala hanya dapat menghasilkan data yang valid untuk satu tujuan ukur pula. Menurut Arikunto, validitas adalah keadaan yang menggambarkan tingkat instrumen yang bersangkutan mampu mengukur apa yang akan diukur.⁴³

Validitas adalah karakteristik utama yang harus dimiliki oleh setiap skala. Apakah suatu skala berguna atau tidak sangat ditentukan oleh tingkat validitasnya. Oleh karena itu, sejak tahap awal perancangan skala

⁴² Misbaguddin dan Iqbal Hasan, *Analisis Data...*, hlm. 17

⁴³ Suharsimi Arikunto, *Menejemen Penelitian....*, hlm. 167

sampai dengan tahap administrasi dan pemberian skornya, usaha-usaha untuk menegakkan validitas harus selalu dilakukan.⁴⁴

Jadi, berdasarkan pengertian diatas menunjukkan bahwa validitas adalah alat uji angket, sejauhmana angket atau kuesioner tersebut mengukur apa yang seharusnya diukur.

Oleh karena instrumen yang digunakan dalam penelitian ini merupakan instrumen *nontest* yang jawabannya bersifat “positif (favorabel) dan negatif (unfavorabel), maka dilakukan pengujian validitas konstruksi (*construct validity*). Instrumen yang mempunyai validitas konstruksi adalah instrumen yang dapat digunakan untuk mengukur gejala sesuai dengan didefinisikan. Untuk menguji validitas konstruksi dilakukan melalui pengujian isi tes secara rasional melalui pendapat ahli (*judgment experts*), kemudian setelah itu uji coba instrumen kepada sampel dari populasi yang diambil.⁴⁵ Setelah data didapat dan ditabulasikan, maka pengujian validitas konstruksi dilakukan dengan analisis faktor, yaitu dengan mengkorelasikan antara skor item instrumen dengan menggunakan *pearson product moment*.

Adapun kriteria pengujian validitas menggunakan *product moment*, sebagai berikut:

⁴⁴ Saifuddin Azwar, *Penyesuaian Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm. 7

⁴⁵ Riduwan, *Metode & Teknik....*, hlm. 109

- 1) Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ (uji 2 sisi dengan sig. 0,05) maka instrumen atau aitem-aitem pernyataan berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan valid).
- 2) Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ (uji 2 sisi dengan sig. 0.05) maka instrumen atau aitem-aitem pernyataan tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan tidak valid).⁴⁶

Disamping itu sebelum kuesioner disebar peneliti mengajukan validasi dengan tahap-tahap sebagai berikut:

- 1) Mahasiswa Tasawuf Psikoterapi yang telah melewati mata kuliah Metodologi Penelitian Kuantitatif.
- 2) Dosen yang kompeten di bidang psikologi khususnya yang memiliki latar belakang penelitian kuantitatif.

b. Uji Reliabilitas

Menurut Susan Stainback, menyatakan bahwa reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan.⁴⁷ Sedangkan menurut Singarimbun dalam Ahmad Tanzeh, mengatakan reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dipakau dua kali untuk mengukur gejala yang

⁴⁶ Tulus Winarsunu, *Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, (Malang: UMM Press, 2006), hlm. 71

⁴⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hlm. 268

sama dengan hasil pengukuran yang diperoleh hasil yang relatif konsisten, maka alat pengukuran tersebut dapat dikatakan reliabel.⁴⁸

Jadi, dari pengertian di atas dapat peneliti simpulkan bahwa reliabilitas merupakan pengujian terhadap konsistensi data yang diperoleh. Dalam penelitian ini uji validitas skala dihitung menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20.

Jika skala itu dikelompokkan ke dalam lima kelas dengan reng yang sama, maka ukuran kemantapan *alpha* dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

- 1) Nilai *Alpha Cronbach* 0,00 s.d 0,20 berarti kurang reliabel
- 2) Nilai *Alpha Cronbach* 0,21 s.d 0,40 berarti agak reliabel
- 3) Nilai *Alpha Cronbach* 0,42 s.d 0,60 berarti cukup reliabel
- 4) Nilai *Alpha Cronbach* 0,61 s.d 0,80 berarti reliabel
- 5) Nilai *Alpha Cronbach* 0,81 s.d 1,00 berarti sangat reliabel

Nugroho mengatakan, “reliabilitas suatu konstruk variabel dikatakan baik jika memilih nilai *Alpha Cronbach's* > dari 0,60.”
Duyuthi, “kuisisioner dapat dikatakan reliabel jika mempunyai nilai koefisien *alpha* yang lebih besar dari 0,60”.⁴⁹

⁴⁸ Ahmad Tanzeh, *Metode Penelitian...*, hlm. 81

⁴⁹ Agus Eko Sujianto, *Aplikasi Statistik Dengan SPSS 16.0*, (Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher, 2009), hal. 96

2. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Sebelum peneliti memulai menganalisis data, untuk hasil penelitian yang lebih baik menurut Suharsimi Arikunto harus dilakukan pengujian normalitas sampel.⁵⁰ Uji normalitas data adalah uji prasyarat tentang kelayakan data untuk dianalisis dengan menggunakan statistik parametrik atau statistik nonparametrik. Melalui uji ini, sebuah data hasil penelitian dapat diketahui bentuk distribusi data tersebut, yaitu distribusi normal atau tidak normal.⁵¹

Jadi, uji normalitas adalah pengujian data apakah berdistribusi normal ataukah tidak. Dalam penelitian ini uji normalitas data menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* dengan taraf signifikannya 0,05. *Kolmogorov-Smirnov*.

Dengan pedoman pengambilan keputusan, sebagai berikut:⁵²

- (a) Nilai signifikansi atau nilai probabilitas $<0,05$, distribusi adalah tidak normal
- (b) Nilai signifikansi atau nilai probabilitas $>0,05$, distribusi adalah normal

Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20.

⁵⁰ *Ibid.*, hlm. 357

⁵¹ Misbahuddin dan Iqbal Hasan, *Analisis Data.....*, hlm. 278

⁵² Syofian Siregar, *Statistika Deskriptif untuk Penelitian*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014), hlm. 256

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas data adalah uji prasyarat analisis tentang kelayakan data untuk dianalisis dengan menggunakan uji statistik tertentu.⁵³ Jadi, uji homogenitas adalah membandingkan kedua variannya apakah varian itu tidak sama besar.

Pada penelitian ini uji hipotesis dihitung menggunakan bantuan program SPSS (*Statistik Package for Social Science*) versi 20.0

Dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

- 1) Jika nilai Sig. > 0,05 maka H_0 diterima atau homogen.
- 2) Jika nilai Sig. < 0,05 maka H_0 ditolak atau tidak homogen.⁵⁴

Pada penelitian ini uji homogenitas dihitung menggunakan *one way anova* bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20.

3. Uji Hipotesis

Setelah pengujian prasyarat tersebut terpenuhi, selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis. Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan melalui beberapa tahap, yakni sebagai berikut:

a. Uji Beda Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Untuk mengetahui apakah ada perbedaan dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang telah melakukan *pre test* dan *post test* maka harus terlebih dahulu melewati uji beda antara kedua

⁵³*Ibid.*, hlm. 289

⁵⁴ Budi Susetyo, *Statistika untuk Analisis Data Penelitian*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2012), hlm. 298

kelompok tersebut dengan menggunakan uji *mann whitney*.⁵⁵ Namun sebelum diuji *mann whitney* hasil *pre test* dan *post test* harus dianalisis terlebih dahulu dengan menggunakan *gain score* untuk mengetahui perbedaan hasil pengisian kuesioner penyesuaian diri baik saat *pre test* maupun *post test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol maka digunakan teknik *gain score*, dimana teknik ini digunakan untuk mengetahui perhitungan antara skor *pre test* dan *post test*.⁵⁶ Dan untuk mencari selisih dari skor *pre test* dan *post test* dari kelompok.⁵⁷

Adapun syarat penggunaan uji *mann whitney*, sebagai berikut:

- 1) Jumlah sampel penelitian sedikit, yakni kurang dari 30 sampel.
- 2) Data tidak harus berdistribusi normal.
- 3) Digunakan untuk menguji satu variabel data kategori dan satu variabel data interval.

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

- 1) Jika nilai asymp. Sig. (2-tailed) < 0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan.
- 2) Jika nilai asymp. Sig. (2-tailed) > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan.⁵⁸

b. Uji Beda *Prestest* dan *Posttest* dari Kelompok Eksperimen

⁵⁵ Husaini Usman et.all., *Pengantar Statistik...*, cet. Ke-6, hlm., 325

⁵⁶ Liche Seniati et.all., *Psikologi Eksperimen...*hlm. 136

⁵⁷ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 350

⁵⁸ *Ibid.*,hlm. 294

Untuk mengetahui perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* dari kelompok eksperimen maka digunakan uji *wilcoxon signed ranks test*, karena untuk melihat apakah ada perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* dari kelompok eksperimen.

Adapun syarat penggunaan uji *wilcoxon signed ranks test*, sebagai berikut:

- 1) Jumlah sampel penelitian sedikit, yakni kurang dari 30 sampel.
- 2) Digunakan untuk data berpasangan dengan skala ordinal atau interval.⁵⁹

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

- 1) Jika nilai asymp. Sig. (2-tailed) < 0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan.
- 2) Jika nilai asymp. Sig. (2-tailed) > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan.⁶⁰

Teknik analisis data yang digunakan untuk menghitung uji *pre test* dan *post test* adalah program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20.

c. Presentase Efektifitas *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

Untuk mengetahui hubungan fungsional (pengaruh atau meramalkan pengaruh) seberapa besar tingkat efektivitas terapi SEFT

⁵⁹ Husaini Usman dan Purnomo., *Pengantar Statistik*, hlm., 322

⁶⁰ *Ibid.*, hlm. 298

dalam menurunkan intensitas merokok maka digunakan hitungan sumbangan efektif regresi linier.⁶¹

Adapun kriteria penentuan dalam menggunakan sumbangan efektif regresi linier, sebagai berikut:

- 1) Apabila teknik analisis data hanya terdiri dari satu sampai dua variabel bebas maka yang digunakan hasil hitung *R Square*.
- 2) Apabila jumlah variabel bebasnya lebih dari dua maka lebih baik menggunakan *Adjusted R Square* yang nilainya selalu lebih kecil dari *R Square*.

Teknik analisis data ini dihitung dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 20.

⁶¹*Ibid.*, hlm. 216