

**HUBUNGAN INTENSITAS SHALAT DHUHA TERHADAP  
COPING STRESS SISWA MENGHADAPI UJIAN  
NASIONAL**

(studi kasus SMP Muahammadiyah 03 Bangsri Jepara)



**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial Islam (S.Sos.I) Jurusan  
Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

**Nur Yahya**

**091111082**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) WALISONGO  
SEMARANG**

**2015**



## NOTA PEMBIMBING

Lamp : 5 (Lima) Eksemplar  
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.  
Bapak Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

### *Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa naskah skripsi saudara :

Nama : Nur Yahya  
NIM : 101111081  
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)  
Judul Skripsi : HUBUNGAN INTENSITAS SHALAT DHUHA TERHADAP COPING STRESS SISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN NASIONAL (Pendekatan Dakwah Terhadap Siswa Kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara)

Dengan ini telah kami setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 17 Juni 2015

Pembimbing

Bidang Substansi Materi

**Dr. Abu Rokhmat M. Ag**  
NIP. 197604072001121003

Bidang Metodologi dan Tata Tulis

**Wening Wihartati, S. P., M. Si**  
NIP. 1977112022006042004



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Prof. Dr. Hamka KM.2 (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185 Telp. (024) 7606405

PENGESAHAN

Skripsi Saudara : Nur Yahya  
NIM : 101111081  
Judul Skripsi : Hubungan Intensitas Shalat Dhuha Terhadap Coping Stress  
Siswa Menghadapi Ujian Nasional (Pendekatan Dakwah  
Terhadap Siswa Kelas IX SMP Muhammadiyah Bangsri

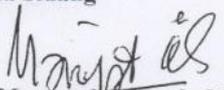
Telah dipertahankan dan dimunaqosahkan oleh Dewan Penguji Fakultas Dakwah dan  
Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang pada tanggal:

17 Juni 2015

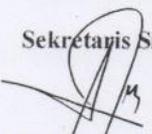
Skripsi ini dapat diterima sebagai kelengkapan ujian akhir Program Srata Satu (S.1) guna  
memperoleh gelar Sarjana Sosial Islam.

Semarang, 17 Juni 2015

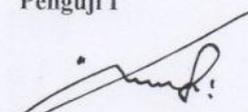
Ketua Sidang

  
Dra. Maryatul Qibtyah, M.Pd  
NIP. 196801131994032001

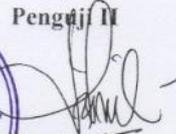
Sekretaris Sidang

  
Dr. H. Abu Rokhmad, M.Ag  
NIP. 197604072001121003

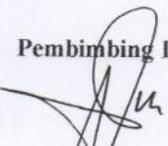
Penguji I

  
Drs. H. Machasin, MSI  
NIP. 196908181995031003

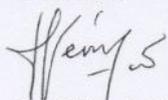
Penguji II

  
Hasyim Hasanah, M. S.I  
NIP. 198203022007102001

Pembimbing I

  
Dr. H. Abu Rokhmad, M.Ag  
NIP. 197604072001121003

Pembimbing II

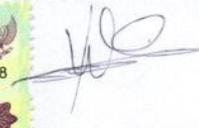
  
Wening Wihartati, S.Psi., M.S.I  
NIP. 197711022006042004



Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dari daftar pustaka.

Semarang, 3 Juli 2015



  
Nur Yahya  
NIM. 101111081

## MOTTO

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ

وَالثَّمَرَاتِ <sup>ط</sup> وَدَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. 156. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun" (Al- Baqarah,155-156).

## PERSEMBAHAN

Alhamdulillah dengan segala kerja keras, kesabaran, dukungan dan doa orang-orang tercinta karya sederhana ini penulis persembahkan untuk:

- ❖ Almamater Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
- ❖ Ayahanda Saroji Ibunda Aminah tercinta, atas kasih sayang dan doa beliau berdua, penulis terdorong untuk menyelesaikan skripsi dengan seoptimal mungkin.
- ❖ Kakakku Zumaroh dan Solikhati yang selalu memberikan motivasi dan do`a sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
- ❖ Pembimbing saya Bapak Dr. abu Rahmat, M.Ag, dan Ibuk Wening Wihartati, S. P.,M.Si yang telah membimbing dengan penuh kesabaran dan ketelitian hingga terselesaikannya skripsi ini..
- ❖ Semua kawan-kawan angkatan 2010 khususnya Heri budianto, RT Qta Ikhsan, Abdul Ghofur, Dholimin, yang selalu menghiburku, selalu kocak dalam suka maupun duka. Memang “*gak ada lo gak rame*”.
- ❖ Ucapan terima kasih juga peneliti sampaikan kepada seluruh teman-teman dan sahabat yang telah membantu penulisan skripsi ini.

## ABSTRAK

Nur Yahya (101111081): “INTENSITAS MELAKSANAKAN SHALAT DHUHA TERHADAP COPING STRESS SISWA MENGHADAPI UJIAN NASIONAL (Studi Kasus Pada Siswa Kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri)” Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan BPI UIN Walisongo Semarang 2015.

Penelitian ini di latar belakang oleh kenyataan, bahwa ujian nasional (UN) yang mempunyai kriteria kelulusan yang sangat tinggi, secara tidak langsung berakibat pada psikis para siswa peserta UN. Perasaan cemas, khawatir dan takut bisa muncul pada seseorang ketika dihadapkan pada UN. Kondisi ini juga yang dirasakan oleh para siswa yang akan menghadapi UN. Pada umumnya mereka diliputi rasa cemas akan sesuatu yang tidak diinginkan dan mungkin terjadi pada diri mereka. Ada banyak hal yang bisa dilakukan dalam menangani siswa stress menghadapi UN, salah satunya membiasakan siswa untuk melaksanakan rutinitas shalat dhuha

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengukur secara empiris hubungan intensitas melaksanakan shalat dhuha terhadap coping stress siswa menghadapi ujian nasional. Populasi penelitian ini adalah empat puluh sembilan siswa yang melaksanakan rutinitas shalat dhuha tiga puluh enam siswa, maka peneliti memilih siswa untuk dijadikan responden dengan kriteria sebagai berikut: (1). Siswa yang mengalami stress saat menghadapi UN. (2). Siswa yang melaksanakan rutinitas shalat dhuha, 3). Siswa yang stress melaksanakan rutinitas shalat dhuha.

Semakin tinggi melaksanakan shalat dhuha, maka semakin tinggi coping stress siswa menghadapi UN pada siswa kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri, dan semakin rendah melaksanakan shalat dhuha maka semakin rendah coping stress siswa menghadapi UN pada siswa kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri.

**Kata kunci:** Stress, Intensitas Shalat Dhuha dan Stress

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah* segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik serta hidayah kepada setiap ciptaan-Nya. Sholawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW, inspirator kebaikan yang tiada pernah kering untuk digali.

Skripsi dengan judul Pengaruh Intensitas Mengikuti Bimbingan Penyuluhan Islam terhadap Kriminalitas Anak Pengumpul Rosokini, tidak dapat penulis selesaikan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Banyak orang yang berada di sekitar penulis, baik secara langsung maupun tidak, telah memberi dorongan yang berharga bagi penulis. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Secara khusus penulis mengucapkan terima kasih kepada beberapa pihak yang terkait dan berperan serta dalam penyusunan skripsi ini :

1. Bapak Prof. Dr. H.Muhibin., selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Awaluddin Pimay, Lc. M.Ag, selaku Dekan fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang beserta staf-stafnya yang telah memberikan izin kepada peneliti dalam menyelesaikan karya ilmiah ini.

3. Ibu Dra. Maryatul Kibtyah M.Pd, selaku ketua jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
4. Bapak Dr. H. Abu Rokhmat, M.Ag selaku pembimbing I dan Ibu Wening Wihartati, S. P.,M.SI yang merelakan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk mendampingi dan memberikan arahan, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Dosen wali, Ibuk Wening Wihartati, S. P.,M.Si, dan seluruh dosen pengajar, terima kasih atas curahan ilmu yang diberikan, sehingga sangat membantu terselesaikannya skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen serta para staf dan karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah membantu dan memperlancar, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Kakak-kakakku yang selalu memberikan motivasi danda`a sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.Khususnya untuk adik tersayangku yang tak pernah putus asa untuk memberikan motivasi dan dukungan bagi penulis.
8. Semua kawan-kawan angkatan 2010 khususnya Heri budianto, Kamal, Abdul Ghofur,Sairozi, dan Hakim, yang selalu menghiburku, selalu kocak dalam suka maupun duka. Memang “*gak ada lo gak rame*”.

9. Zaenal Abidin, S. Ag selaku kepala sekolah SMP Muhammadiyah 03 Bangsri, yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan *research* pada para siswa di seklahan tersebut
10. Ibu Anggraini Endah Purwani selaku Guru Agmama di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri yang telah membantu dalam proses penelitian ini.

Penulis sangat berterima kasih dan menghaturkan ribuan maaf atas segala keluh kesah yang diberikan kepada semua pihak. Hanya doa yang penulis panjatkan, semoga bantuan, arahan, bimbingan, dorongan, kebaikan, dan keikhlasan dari semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini, mendapat balasan amal baik dari Allah SWT.

Penulis menyadari bahwa karya ini jauh dari sempurna dan masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih atas saran dan kritik konstruktif yang diberikan dalam rangka perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini.

Akhirnya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan dicatat sebagai amal kebajikan dihadapan Allah SWT.

Semarang, 3 Juli 2015

Peneliti

Nur Yahya

\_NIM: 101111001

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>I</b>
<b>HALAMAN NOTA PEMBIMBING.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah .....	11
C. Tujuan Penelitian dan manfaat penelitian .....	11
a. Tujuan penelitian .....	12
b. Manfaat Penelitian .....	12
D. Tinjauan Pustaka.....	14
E. Sistematika Penulisan .....	17
<b>BAB II. LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN HIPOTESIS</b>	
A. Intensitas Melaksanakan Shahat Dhuha.....	20
a. Pengertian shalat dhuha.....	20
b. Manfaat Shalat Dhuha.....	21

c. Hikmah Shalat Dhuha .....	24
d. Intensitas Shalat Dhuha.....	26
B. Coping Stress .....	29
a. Pengertian Coping Stress .....	29
b. Jenis-Jenis Coping Stress.....	32
c. Metode Coping stress.....	52
C. Intesitas Shalat Dhuha Sebagai Pendekatan Dakwah Siswa SMP Muhammadiyah 03 Bangsri.	48
D. Hubungan Shalat Dhuha Dengan Coping Stress Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional.....	51
E. Hipotesis Penelitian .....	55

### **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis dan Metode Penelitian .....	57
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	58
C. Definisi Operasional .....	58
D. Sumber dan Jenis Data .....	61
E. Populasi.....	63
F. Instrumen Pengumpulan Data.....	64
G. Teknik Analisis Data .....	76

### **BAB IV. GAMBARAN UMUM OBYEK PENELITIAN**

A. Sejarah Singkat Berdirinya SMP Muhammadiyah 03 Bangsri .....	78
B. Letak Geografis.....	83
C. Visi dan Misi.....	85
D. Tujuan dan Sasaran.....	86

E. Struktur Organisasi Setiap lembaga atau suatu organisasi pasti didalamnya.....	88
F. Keadaan Guru dan Karyawan.....	90
G. Gambaran Umum Pelaksanaan Shalat Dhuha di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri.....	94
<b>BAB V. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	99
B. Uji Normalitas dan Uji Homogenitas.....	99
C. Uji Hipotesis.....	106
a. Analisis Pendahuluan.....	106
b. Analisi Hipotesis.....	113
D. Pembahasan.....	116
<b>BAB VI. PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	126
B. Saran-Saran.....	127
C. Penutup.....	130
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>131</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	
<b>BIODATA</b>	

## **DATAR TABEL**

Tabel 1.: Blue Print Pengaruh Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha.....	68
Tabel 2.: Blue Print Coping stress Siswa Menghadapi UN...	72
Tabel 3. : Ringkasan Uji Validitas dan Reliabilitas Sekala Intensitas Shalat Dhuha .....	74
Tabel 4.: Ringkasan Uji Validitas dan Reliabilitas Sekala Coping stress Siswa Menghadapi UN .....	75
Tabel 5.: Skor Item Pernyataan.....	76
Tabel 6.: Daftar Nama Pendiri SMP Muhammadiyah 03 Bangsri .....	79
Tabel 7.: Susunan Pengurus Pertama SMP Muhammadiyah 03 Muhammadiyah .....	80
Tabel 8.: Nama Tenaga Pendidik.....	80
Tabel 9.: Preode Jabatan Kepala sekolah SMP Muhammadiyah 03 Bangsri.....	82
Tabel 10.: Data Tenaga Edukatif/Guru SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara Tahun Pelajaran 2014/2015 .....	90
Tabel 12.: Distribusi Frekuensi (Distribusi Prosentase) Intensita Melaksanakan Shalat Dhuha.....	109
Tabel 13. : Distribusi Frekuensi (Distribusi Prosentase) <Menghadapi UN .....	112

Tabel 14.: Table Hasil Korelasi Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha Terhadap Coping Stress Siswa Menghadapi UN.....	114
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan merupakan bagian penting dalam pembangunan. Proses pendidikan tidak dapat dipisahkan dari proses pembangunan itu sendiri. Pembangunan diarahkan dan bertujuan untuk mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas. Demi menunjang pembangunan tersebut maka diperlukan peningkatan pendidikan Nasional yang merata dan bermutu. Pemerintah melalui Menteri Pendidikan Nasional mengeluarkan Keputusan No; 153/U/2003 tentang Ujian Nasional yang selajutnya dikenal UN, salah satu isinya mengenai minimal nilai kelulusan (Agustiar dan Asmi, 2011: 1). Wakil Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Musliar Kasim mengatakan, pada tahun ajaran 2013/2014, UN bukan menjadi tolok ukur kelulusan siswa dari SMP maupun madrasah. Kelulusan ditetapkan

berdasarkan perolehan nilai akhir yang terbagi menjadi dua komponen, yaitu dari nilai ujian nasional dan nilai ujian sekolah.

" Kriteria kelulusan, untuk nilai akhir peserta didik yaitu berasal dari nilai UN 60 persen dan nilai sekolah 40 persen. Nilai sekolah terdiri dari nilai raport, ujian sekolah sebagainya," katanya. Selain itu, lanjutnya, siswa dinyatakan lulus jika rata-rata nilai akhir paling rendah 5,5 dan nilai tiap mata pelajaran paling rendah 4,0 (<http://nasional.kompas.com/read/2014/06/14/1304132/Ini.10.Provinsi.Peserta.Lulus.Ujian.Nasiona1.Tertinggi>, diakses, 29. 10. 2014).

Menurut mantan menteri pendidikan dan kebudayaan M. Nuh, UN merupakan salah satu sumber penyebab kecemasan pada siswa. Menurut sebagian

siswa, UN adalah proses biasa yang wajib dilalui oleh siswa kelas IX, namun bagi sebagian yang lain UN bisa menjadi momok terus menghantui dan menjadi mimpi buruk. UN dirasa sangat memberatkan siswa karena beberapa hal antara lain standar yang tinggi. Penyelenggaraan UN telah menimbulkan kontroversi, lebih-lebih setelah Mahkamah Agung (MA) mengeluarkan putusan yang melarang pelaksanaan UN, namun putusan tersebut tidak menyurutkan langkah Pemerintah untuk tetap melanjutkan pelaksanaannya (Maisaroh dan Falah, 2011: 2).

Pelaksanaan UN biasanya membuat siswa stress, terutama pada anak-anak yang berprestasi. Menghadapi UN biasanya berkaitan dengan keinginan yang sangat kuat untuk mempertahankan prestasi di sekolahnya. Mereka takut gagal dan tidak mendapatkan hasil ujian

sesuai dengan kemampuan mereka selama ini. Pada anak-anak dengan prestasi biasa-biasa saja, biasanya tekanan berasal dari perasaan tidak siap menghadapi UN (Sholihat, <http://nsholihat.wordpress.com>, diakses 29.10.2014)

Seperti kasus yang dialami Endang Lestari, seorang siswi SMPN 1 Kerjo, Karanganyar, Jawa Tengah, nekat gantung diri dengan selendang di kamarnya lantaran tidak lulus UN. Percobaan bunuh diri juga pernah dilakukan Fitri Ismawati siswi SMK swasta di Gunungkidul, Yogyakarta. Dia nekat menenggak cairan pembersih lantai untuk mengakhiri hidupnya karena malu tidak lulus UN. Beruntung jiwa siswi ini bisa diselamatkan (<http://www.suaramerdeka.com>, diakses 29.10.2014). Selain dua kasus tersebut, masih

banyak lagi kasusu serupa lainnya yang menimpa siswi dikarenakan.

Fenomena yang terjadi, di sinilah pentingnya kesiapan mental siswa untuk bisa menerima segala kenyataan yang ada. Seperti tidak mengabaikan kesiapan siswa dalam penguasaan materi yang akan diujikan. Mempersiapkan diri menghadapi UN ini, para siswa sudah banyak dibekali dari pihak sekolahan seperti ; *Try Out*, les, dan pepadatan materi. Persiapan-persiapan yang bersifat keilmuan atau akademik sebagaimana di atas, pihak sekolahan membekali siswanya dengan persiapan spiritual untuk menguatkan mental mereka dalam menghadapi UN nanti, baik sebelum, saat pelaksanaan maupun sesudah berlangsungnya UN yakni saat menerima hasil kelulusan.

Berdasarkan wawancara, dari pihak sekolah selalu menyarankan siswanya melaksanakan shalat dhuha. Sebagian siswa yang melaksanakan shalat dhuha secara berjamaah, dan ada juga yang melaksanakan shalat secara sendiri-sendiri. Bertempat di masjid SMP Muhammadiyah 03 Bangsri. Menurut guru agama SMP Muhammadiyah 03 Bangsri, data siswa kelas sembilan yang mengikuti shalat dhuha, terdapat empat puluh lima siswa melaksanakan shalat dhuha. Berdasarkan data yang ada, siswa melaksanakan rutinitas shalat dhuha, mendapatkan prestasi yang baik di bandingkan dengan siswa yang tidak melaksanakan rutinitas shalat dhuha. (Anggraini, 28. 10. 2014).

Shalat adalah tempat perlindungan yang kokoh dalam menghadapi berbagai kesulitan. Rasulullah SAW ketika menghadapi masalah-masalah rumit, beliau selalu

Memohon kepada Allah SWT dengan mengerjakan shalat (Tsani, 2006: 20). Shalat ada yang diwajibkan dan di sunahkan, shalat sunah meliputi shalat tahajud, shalat hajat, shalat istikharah dan shalat dhuha adalah solusi yang kita harus tunaikan. Shalat sudah di syariatkan sebagai ibadah, sebagai hambanya yang sedang memiliki cita-cita, kebutuhan atau permasalahan, probematika hidup, mohon rejeki hingga ampunan dari Allah SWT. Ibadah ini di lakukan begitu saja dilakukan tanpa disertai tahapan atau usaha-usaha yang nyata (Ahmad. 2010 :6).

Shalat dhuha adalah salah satu waktu di mana matahari sedang terbit atau waktu pagi hari pada saat matahari sedang naik ke atas, paling sedikit dua rekaat dan paling banyak dua belas rekaat (Sabiq,1994: 68). Orang-orang yang aktif mengerjakan shalat dhuha, jika Allah SWT menghendaki, dia akan memberikan apa

yang diminta oleh hamba-hambanya di dunia (Zezen, 2012: 2). Pemahaman orang-orang tentang rejeki itu bukan terbatasnya tentang kebutuhan fisik saja. Maksud lapangkan rejeki bisa diartikan kepiawaian mental kamu ketika menguraikan permasalahan. Menurut Muzania (2009: 20), rejeki itu bukan karena materi–materi tetapi juga anak yang baik, pendidikan dan moralitas keluarga yang berasas pada nilai–nilai keagamaan.

Al Mahfani (2008: 163-164) menjelaskan shalat dhuha mampu meningkatkan kecerdasan intelektual antara lain: *Pertama*, hakikat ilmu adalah cahaya Allah SWT. Cahaya Allah SWT tidak diberikan kepada para pelaku kejahatan dan pengabdian kemaksiatan, cahaya Allah SWT diberikan kepada orang yang senantiasa ingat kepada Allah SWT, baik pada waktu pagi maupun petang. *Kedua*, shalat dhuha menjadikan jiwa tenang.

Agar proses belajar mengajar berjalan dengan baik diperlukan ketenangan jiwa agar ilmu yang diajarkan dapat masuk ke dalam hati anak didik. *Ketiga*, shalat dhuha menjadikan pikiran lebih konsentrasi, ketika sedang belajar, seringkali parapelajar merasa mengantuk karena banyaknya materi pelajaran dan lamanya waktu belajar. Mengantuk merupakan bukti bahwa otak mengalami kelelahan karena berkurangnya asupan oksigen ke otak. Shalat dhuha yang dilakukan pada waktu istirahat akan mengisi kembali asupan oksigen yang ada di dalam otak. Salah satu gerakan shalat, yakni sujud membantu mengalirkan darah secara maksimal ke otak.

Dampak dari shalat dhuha akan membuat pikiran menjadi jernih dan memberikan pengaruh yang positif dalam aktivitas di dalam proses belajar siswa di sekolah.

Dengan pikiran yang jernih dan hati yang tenang, dapat mengoptimalkan potensi yang dimiliki untuk memanfaatkan peluang dan menjadi keberhasilan. Bahkan, potensi terpendam yang selama ini seperti terkubur akan muncul secara mengagumkan (Syafi'ie, 2009: 150).

Penelitian ini mengambil tempat di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri. Peneliti merasa tertarik terhadap siswa SMP Muhammadiyah 03 Bangsri yang melaksanakan rutinitas shalat dhuha untuk terapi stress menghadapi UN. Peneliti mengambil tema dalam penelitian ini yang berjudul “HUBUNGNAN INTENSITAS MELAKSANAKAN SHALAT DHUHA SEBAGAI COPING STRESS SISWA MENGHADAPI UJIAN NASIONAL (Pendekatan Dakwah Terhadap Siswa Kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri)”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas timbul permasalahan sebagai berikut :

- a. adakah hubungan intensitas sholat dhuha sebagai solusi menghadapi Ujian Nasional ?
- b. Adakah hubungan intensitas sholat dhuha mengatasi Stress menghadapi Ujian Nasional?

## **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan intensitas melaksanakan shalat dhuha dengan coping stress siswa dalam menghadapi Ujian Nasional

## **2. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat baik dari aspek teoritis maupun dari aspek praktik.

### **a. Manfaat Teoretis**

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam hal coping stress siswa dalam menghadapi UN, yaitu dengan melaksanakan shalat dhuha, sehingga penelitian ini dapat menambahkan khasanah karya ilmiah bagi Fakultas Dakwah khususnya jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI).

### **b. Manfaat Praktis**

Manfaat praktis yang dapat diambil dari penelitian ini adalah; 1). Penelitian ini

memberikan sumbangan yang baik pada siswa Muhammadiyah 03 Bangsri dalam rangka memperbaiki sistem pembelajaran serta meningkatkan mutu pendidikan sehingga dapat mengantarkan para siswa Muhammadiyah 03 Bangsri ke arah yang diharapkan. 2). Manfaat bagi da'i yaitu diharapkan dengan adanya penelitian ini mampu memberikan bahan pertimbangan yang lebih luas lagi tentang mad'u dan latar belakang psikologisnya agar dalam menyampaikan materi dakwah bisa menggunakan metode yang sesuai dengan mad'u. 3). Manfaat bagi pembimbing adalah sebagai wacana bahwa dengan adanya suatu bimbingan yang berbasis keagamaan akan lebih mengena di hati pada klien atau orang yang terbimbingan.

#### **D. Tinjauan Pustaka**

Sebagai bahan telaah pustaka dalam penelitian ini, penulis mengambil beberapa hasil penelitian yang ada relevansinya dengan penelitian yang penulis lakukan dan untuk membedakan penelitian ini dengan penelitian-penelitian terdahulu, maka penulis memaparkan beberapa penelitian yang berkaitan, di antaranya adalah:

Pertama: “*Pengaruh Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha Terhadap Motivasi Belajar Siswa Smp Muhammadiyah 08 Mijen Semarang*” penelitian ini dilakukan oleh oleh Mohamad Bahar Filamrullah (2012). Hasil penelitian ini menyimpulkan, intensitas melaksanakan shalat dhuha merupakan yang dapat digunakan sebagai predictor dalam meningkatkan motivasi belajar. Semakin sering melakukan shalat dhuha semakin tinggi motivasi belajarnya, begitu pula

semakin rendah melaksanakan shalat dhuha maka semakin rendah motivasi belajar.

Kedua: “ *Pembiasaan Shalat Dhuha Dalam Pembinaan Akhlak Siswa di MI Miftahul Huda Mlokorejo Kecamatan Puger Kabupaten Jember*” penelitian ini dilakukan oleh Imron Fauzi (2009). Hasil penelitian ini menyimpulkan, pembiasaan melaksanakan shalat dhuha sangat mempengaruhi terhadap akhlak siswa di MI Miftahul Huda Mlokorejo Kecamatan Puger Kabupaten Jember.

Ketiga: “*Pelaksanaan Bimbingan Dan Keagamaan Dalam Meningkatkan Coping Stress Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Kedungpane Semarang*” penelitian ini dilakukan Oleh Sumaji (2013). Hasil penelitian ini menyimpulkan, pelaksanaan bimbingan keagamaan dalam coping stress

narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Kedungpane Semarang adalah cukup berhasil, hal ini terbukti dengan semakin tingginya kesadaran narapidana yang menganggap bahwa Lembaga Pemasyarakatan bukan tempat bagi orang-orang yang pesakitan melainkan menjadi tempat yang cukup membawa berkah bagi kehidupan dan bekal di masyarakat.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti belum pernah menjumpai karya ilmiah dan penelitian-penelitian seperti yang peneliti lakukan. Maka skripsi dengan judul HUBUNGAN INTENSITAS MELAKSANAKAN SHALAT DHUHA SEBAGAI COPING STRESS SISWA MENGHADAPI UJIAN NASIONAL (Pendekatan Dakwah Terhadap Siswa Kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri), adalah penelitian ini lebih

mefokuskan pada Coping Stress Siswa Menghadapi UN, sehingga ini berbeda dengan penelitian-penelitian dengan sebelumnya.

#### **E. Sistematika Penulisan**

Rangka untuk mempermudah pemahaman dan tercapainya pembahasan yang lebih terarah, penulis akan menyusun sistematika penelitian sebagai berikut;

Bab pertama adalah pendahuluan. Bab ini penulis memaparkan latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, dan sistematika penulisan

Bab kedua membahas tentang kerangka landasan teoretik, yang mencakup teoretik tentang diskripsi tentang pengertian coping stress, jenis-jenis coping stres, metode coping stress, intensitas melaksanakan shalat dhuha terdiri dari Pengertian shalat dhuha, manfaat

shalat dhuha, hikmah shalat dhuha, dan Intesitas Shalat Dhuha Sebagai Pendekatan Dakwah Siswa SMP Muhammadiyah 03 Bangsri hubungan shalat dhuha dengan coping strees siswa dalam menghadapi UN, serta hipotesis.

Bab ketiga membahas tentang metodologi penelitian, yang berisi jenis dan metode penelitian, definisi operasional, sumber dan jenis data, populasi, instrumen pengumpulan data, metode analisis data.

Bab keempat, di dalam bab ini menjelaskan tentang sejarah singkat berdirinya SMP Muhammadiyah 03 Bangsri dan struktur organisasi SMP Muhammadiyah 03 Bangsri gambaran umum yang memuat tentang motto, visi-misi, tujuan, dan gambaran intensitas shalat dhuha SMP Muhammadiyah 03 Bangsri.

Bab kelima berisi tentang data hasil penelitian dan pembahasan.

Bab keenam adalah penutup. Penutup ini akan dibahas kesimpulan dari penelitian yang telah diteliti penulis, saran/kritik yang akan disampaikan dan salam penutup.

## **BAB II**

### **KERANGKA DASAR PEMIKIRAN TEORETIK**

#### **A. Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha**

##### **a. Pengertian Shalat Dhuha**

Zakiah (1988: 55) mendefinisikan shalat dhuha sebagai shalat sunnah yang waktunya dimulai dari matahari naik kira-kira pukul 07:00 sampai menjelang matahari tegak lurus di atas bumi atau sebelum waktu zuhur datang. Sedangkan menurut Sabiq (1994: 68) mendefinisikan shalat dhuha adalah salah satu waktu di mana matahari sedang terbit atau waktu pagi hari pada saat matahari sedang naik ke atas, paling sedikit dua rekaat dan paling banyak dua belas rekaat. Menurut Basri (2008: 87) sebagai shalat sunnah yang dilaksanakan pada saat shalat dhuha, yakni saat matahari sudah bersinar terang antara pukul 07.00 pagi sampai saat matahari naik pukul 11.00 siang.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa shalat dhuha adalah shalat sunah yang dilaksanakan pada waktu pagi hari yaitu antara pukul 07.00-11.00, pada saat matahari sudah bersinar terang sampai saat matahari naik mendekati waktu dhuhur.

#### **b. Manfaat Shalat Dhuha**

Shalat dhuha memang berbanding lurus dengan kemudahan mendapatkan rejeki. Allah SWT menjajikan kehebatan waktu dhuha sebagai penjaminan rejeki. Hal tersebut sesuai dengan firman-Nya dalam Q.S Adh-Dhuha ayat1-5

وَالضُّحَىٰ ﴿١﴾ وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ ﴿٢﴾ مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ ﴿٣﴾  
 ﴿٤﴾ وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ الْأُولَىٰ ﴿٥﴾ وَلَسَوْفَ يُعْطِيكَ  
 رَبُّكَ فَتَرْضَىٰ ﴿٦﴾

“demi waktu matahari sepenggalahan naik, dan demi malam apabila tealh sunyi (gelap), Tuhanmu tiada meninggalkan

kamu dan tiada (pula) benci kepadamu, dan Sesungguhnya hari kemudian itu lebih baik bagimu daripada yang sekarang (permulaan), dan kelak Tuhanmu pasti memberikan karunia-Nya kepadamu, lalu (hati) kamu menjadi puas” (Departemen Agama RI, 2010: 596).

Firman Allah SWT tersebut menunjukkan bahwa waktu dhuha memiliki keistimewaan dimana allah memberikan janji-Nya. Shalat dhuha yang terkadang sering dilupakan oleh sebagian orang, ternyata memiliki keutamaan yang tidak bisa ditukar dengan harta, berapapun nominalnya. Meskipun tergolong sunnah, shalat ini mengandung banyak fadhilah (keutamaan). Adapun keutamaan shalat dhuha menurut El-Hamdani (2013: 142-147) adalah keutamaan shalat dhuha disamakan dengan sedekah yang harus dikeluarkan setiap harinya untuk setiap ruas tulang manusia sebanyak 360, badan sehat sepanjang hari dengan shalat dhuha, mudah menghafal Al-Quran

dengan membiasakan shalat dhuha, hati tenang dengan shalat dhuha, dan belajar menjadi mudah

Zezen (2008: 62) menjelaskan keutamaan atau manfaat shalat dhuha diantaranya dapat memotivasi seseorang untuk menyelesaikan pekerjaan, shalat dhuha memiliki nilai seperti nilai amal sedekah, shalat dhuha dapat menumbuhkan kekuatan sepiritual bahkan juga dapat menumbuhkan kekuatan fisik, shalat dhuha dapat menurunkan rejeki dari segala arah, Allah SWT akan mencukupi apa yang menjadi kebutuhan dalam hidupnya, shalat dhuha bisa membuat orang yang melaksanakannya meraih keuntungan dengan cepat, Allah SWT akan memberikan ganjaran sebuah rumah indah yang terbuat dari emas kelak di akhira, shalat dhuha akan menggugurkan dosa-dosa orang yang senang melakukannya walaupun dosanya itu sebanyak buih di lautan, shalat dhuha akan

menjadi penolong dan pelindung dari panas dan dahsyatnya api neraka, dan keutamaan lain yang disediakan Allah SWT bagi orang yang merutinkan shalat dhuha adalah bahwa dia akan dibuatkan pintu khusus di surga kelak, yakni pintu yang dinamakan pintu dhuha.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa manfaat shalat dhuha bukan semata-mata beribadah kepada Allah SWT untuk mendapatkan pahala, tetapi manfaat shalat dhuha berkaitan dengan orientasi kehidupan dunia yaitu mampu memotivasi seseorang untuk menyelesaikan segala pekerjaannya dengan baik.

### **c. Hikmah Shalat Dhuha**

Menunaikan shalat dhuha selain sebagai wujud kepatuhan kepada Allah SWT dan Rasulnya, juga sebagai perwujudan syukur dan takwa kepada Allah SWT. Ibadah yang disyariatkan akan mengandung banyak hikmah, di

atara hikmah adalah melaksanakan shalat dhuha mendapatkan rezeki, sebagai sedekah, sebagai inventasi amal cadangan, ke untungan yang besar, dicukupi kebutuhan hidupnya, pahala haji dan pahala umrah, di ampuni dosanya walaupun sebanyak buih lautan, dan istana di syurga (Al Mahfani, 2008: 19-27).

Fikra (2009: 87-88) menjelaskan hikmah shalat dhuha yang berfungsi sebagai olahraga untuk menjaga fisik dan rohani kita agar tetap segar dan kuat. Maksudnya, gerakan-gerakan shalat dapat juga berperan layaknya olahraga pagi hari, hanya saja ini dilakukan disatu tempat dan tidak bergerak kedepan, kebelakang, atau kesamping. Tapi, secara fisik, gerakan-gerakan shalat bisa menyegarkan tubuh kita, plus dapat pahala. Shalat dhuha juga berfungsi untuk olahraga batin. Semakin dekat hati dan pikiran

dengan sang Pencipta maka akan semakin tenang pula hidup kita.

#### **d. Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha**

Intensitas adalah keadaan tingkatan atau ukuran intensinya (Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, 2005: 438), Kata intensitas berasal dari bahasa Inggris yaitu kata *intense* yang artinya hebat, singkat, kuat, penuh semangat (Echol, 1976: 326). Kartono dan Gulo (1987: 233) mendefinisikan intensitas sebagai kekuatan suatu tingkah laku; jumlah energi fisik yang dibutuhkan untuk merangsang salah satu indra; ukuran fisik dari energi atau data indra.

Berdasarkan uraian di atas bisa ditarik kesimpulan, bahwa intensitas melaksanakan shalat dhuha adalah tingkat tinggi rendah usaha individu dalam melakukan pengamalan shalat dhuha baik kualitas maupun kuantitas. Intensitas shalat dhuha yang dimaksudkan adalah perbuatan

melaksanakan shalat sunah yang dilakukan secara berulang-ulang dengan jumlah rakaat yang telah ditentukan (dua rakaat) serta dilaksanakan terus-menerus serta ditandai dengan beberapa aspek. Aspek-aspek tersebut meliputi: 1). Frekuensi, 2). Motivasi, dan 3). Efek.

Menurut Makmun (2002: 40), salah satu aspek intensitas melaksanakan shalat duha adalah frekuensi yaitu seberapa sering kegiatan dilakukan dalam periode tertentu. Selain frekuensinya kegiatan, aspek lain yang diungkapkan oleh Makmun adalah arah sikap terhadap sasaran kegiatan (*like or dislike*; positif atau negatif).

Menurut Langgulung (1986: 52), salah satu aspek intensitas melaksanakan shalat dhuha adalah motivasi yaitu keadaan psikologis yang merangsang dan memberi arah terhadap aktivitas manusia. Motivasi adalah kekuatan yang menggerakkan dan mendorong aktifitas seseorang. Motivasi

seseorang itulah yang membimbingnya ke arah tujuan-tujuannya.

Dalam kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa salah satu aspek dari intensitas melaksanakan salat duha adalah efek, yaitu suatu perubahan, hasil, atau konsekuensi langsung yang disebabkan oleh suatu tindakan. Efek juga berarti resiko, ada positif dan negatif. Sesuatu yang diterima setelah melakukan suatu hal (Mohammad Bahar Fil Amrulloh, 2011: 22).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa intensitas shalat dhuha adalah perbuatan melaksanakan shalat sunah yang dilakukan secara berulang-ulang dengan jumlah rakaat yang telah ditentukan (dua rakaat) serta dilaksanakan secara rutin dan terus-menerus serta ditandai dengan beberapa aspek. Aspek-aspek tersebut meliputi: 1). Frekuensi. 2). motivasi, 3). Efek.

## **B. Coping Stress**

### **a. Pengertian Coping Stress**

Coping termasuk konsep sentral dalam memahami kesehatan mental. Coping berasal dari kata coping bermakna harfiah pengatasan atau penanggulangan. Coping sering dimaknai sebagai cara untuk memecahkan masalah (*problem solving*) (Siswanto, 2007:59).

Coping merupakan cara individu dalam menyelesaikan situasi yang menekan keadaan psikis. Coping tersebut merupakan respon individu terhadap situasi yang mengancam dirinya secara fisik (Rasmi dan Rasumun 2001: 29). Coping sendiri di maknai sebagai apa yang dilakukan individu untuk menguasai situasi yang di nila sebagai suatu tantangan, luka, kehilangan, dan ancaman. Coping lebih mengarah pada yang orang lakukan untuk mengatasi tuntutan-tuntutan yang penuh tekanan atau yang

membangkitkan emosi. Coping merupakan sebagai reaksi orang ketika menghadapi tekanan (Siswanto, 2007:60).

Menurut Lazarus dan Launier (Rahayu, 1997: 63) coping adalah usaha yang berorientasi pada tindakan intra psikis untuk mengendalikan atau menguasai, menerima, melemahkan serta memperkecil pengaruh lingkungan, tuntutan internal dan konflik tersebut melampui kemampuan seseorang.

Sejalan dengan pendapat Lazarus dan Launier Shin dkk (dalam Rahayu, 1997: 63) mengemukakan bahwa Koping adalah usaha untuk mengurangi stress dan tekanan perasaan. Tekanan perasaan ini bisa terjadi karena adanya hal-hal atau masalah-masalah yang tidak terpecahkan.

Stone dalam (Prayascitta, 2010: 32) mengatakan bahwa coping merupakan proses dinamik dari suatu pola perilaku atau pikiran-pikiran seseorang yang secara sadar

digunakan untuk mengatasi tuntutan-tuntutan dalam situasi yang menekan atau menegangkan sedangkan coping stress merupakan suatu proses yang dinamis individu mengubah secara konstan pikiran dan perilaku mereka dalam merespon perubahan-perubahan dalam penilaian terhadap kondisi stress dan tuntutan-tuntutan dalam situasi tersebut. Coping stress bereaksi terhadap tekanan yang berfungsi memecahkan, mengurangi dan menggantikan kondisi yang penuh tekanan.

Individu mampu menyesuaikan diri dengan sehat, baik dan sesuai dengan stress yang dihadapinya, meskipun stress atau tekanan tersebut tetap ada, individu yang bersangkutan tetaplah hidup secara sehat. Bahkan tekanan-tekanan atau gangguan tersebut memungkinkan individu untuk memunculkan potensi-potensi stress, dalam konsep

kesehatan mental dikenal dengan istilah coping (Siswanto, 2007:59).

Uraian di atas dapat disimpulkan cara menghadapi stress dan bereaksi terhadap tekanan yang berfungsi untuk mencoba memecahkan masalah dengan mengatur keadaan penuh stres secara dimanis dengan menggunakan sumber-sumber daya mereka sebagai respon menghadapi situasi yang mengancam. Menghadapi tekanan-tekanan baik psikis maupun psikologis serta penyesuaian diri dengan situasi yang menekan agar bisa menumbuhkan potensi diri secara optimal.

#### **b. Jenis-Jenis Coping Stress**

Kaitan antara coping dengan mekanisme pertahanan diri, ada ahli yang melihat pertahanan diri sebagai salah satu jenis coping. Ahli lainnya melihat antara coping dengan mekanisme pertahanan diri sebagai dua hal yang berbeda

Harber & Ruyon. Sedangkan menurut Lazarus dalam Siswanto (2007: 60) coping dibagi menjadi dua jenis. Pertama, tindakan langsung (*direct action*). Kedua, peredaan atau peringatan

Coping tindakan langsung adalah setiap usaha tingkah laku yang dijalankan oleh individu untuk mengatasi kesakitan atau luka, ancaman atau tantangan dengan cara merubah hubungan yang bersalah dengan lingkungan. Coping jenis ini dibagi menjadi empat jenis tindakan antara lain sebagai berikut:

1. Mempersiapkan diri untuk menghadapi luka, individu melakukan langkah aktif dan antisipatif (bereaksi) untuk menghilangkan atau bahaya dengan cara menempatkan diri secara langsung pada keadaan yang mengancam dan melakukan aksi yang sesuai dengan bahaya tersebut.

2. Agresi merupakan tindakan yang dilakukan oleh individu dengan menyerang agen yang dinilai mengancam atau melukai. Agresi ini dilakukan individu bila merasa/menilai dirinya lebih kuat/berkuasa terhadap agen yang mengancam tersebut.
3. Penghindaran (*Avoidance*) merupakan tindakan ini terjadi bila agen yang mengancam dinilai lebih berkuasa dan berbahaya sehingga individu memilih cara menghindari atau melarikan diri dari situasi yang mengancam tersebut.
4. Apati merupakan pola orang yang putus asa. Apati dilakukan dengan cara individu yang bersangkutan tidak bergerak dan menerima begitu saja agen yang melukai dan menerima begitu saja agen yang melukai dan tidak ada usaha apa-apa untuk melawan ataupun melarikan diri dari situasi yang mengancam tersebut.

Perbedaan dan peringatan (*palliation*) ini mengacu pada mengurangi, menghilangkan, dan tekanan-tekanan kebutuhan fisik, atau gambaran afeksi dari tekanan emosi yang dibangkitkan oleh lingkungan yang bermasalah. Jenis coping ini dibagi menjadi dua bagian:

1. Diarahkan pada gejala (*symptom directed modes*).  
Macam coping ini digunakan jika gejala-gejala gangguan muncul dari diri individu, kemudian individu melakukan tindakan dengan cara mengurangi gangguan yang berhubungan dengan emosi-emosi yang disebabkan oleh tekanan atau ancaman tersebut.
2. Cara Intrapsikis (*Intrapsychic Modes*) adalah cara-cara yang menggunakan perlengkapan psikologis kita, bias kita kenal dengan istilah mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism*).

Menghadapi berbagai stress kita lebih cenderung untuk melakukan mekanisme pertahanan diri atau *defence mechanism*. Ada berbagai macam *defence mechanism* antara lain:

1. Identifikasi, yaitu menginternalisasi cir-ciri yang dimiliki orang lain yang dianggap berkuasa dan dianggap mengancam.
2. Pengalihan (*Displacement*) yaitu memindahkan reaksi dari obyek yang mengancam ke obyek lain karena obyek asli tidak ada atau berbahaya bila diagresi secara langsung.
3. Represi yaitu menghalangi implus-impuls yang ada atau tidak bisa diterima sehingga implus-impuls tersebut tidak dapat diekspresikan secara langsung dalam tingkah laku.

4. Denial yaitu melakukan penolakan terhadap kenyataan yang ada karena kenyataan dirasa mengancam integritas individu bersangkutan.
5. Reaksi formasi, yaitu dorongan yang mengancam integritas individu yang bersangkutan.
6. Proyeksi mengatribusikan atau menerakan dorongan-dorongan tersebut mengancam integrasi.
7. Rasionalisasi atau Intelektualisasi yaitu dua gagasan yang berbeda dijaga supaya tetap terpisah karena bila bersama-sama akan mengancam.
8. Sublimasi yaitu dorongan atau implus yang ditransformasikan menjadi bentuk-bentuk yang diterima secara sosial sehingga dorongan atau implus aslinya (Siswanto,2007:64).

Penyesuaiaan diri merupakan salah satu aspek penting dalam usaha manusia untuk menguasai perasaan

yang tidak menyenangkan atau tekanan akibat dorongan kebutuhan, usaha memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, dan usaha menyelaraskan hubungan individu dengan realitas. Penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungan sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan, dan terciptanya keselarasan antara individu dengan realitas (Ghufron dan Risnawati, 2010: 49).

*American Psychiatric Association* yang menerbitkan DSM-IV (efense *mechanism*) menyebutkan sejumlah coping sehat yang merupakan bentuk penyesuaian diri yang paling tinggi dan paling baik (*high adaptive level*) dibandingkan jenis coping lainnya. Jenis coping tersebut selain disebutkan di atas adalah sebagai berikut:

1. Antisipasi, hal ini berkaitan dengan kesiapan mental diri seseorang dalam menghadapi sebuah persoalan yang diluar perkiraan atau kesiapan mental dalam menerima perangsang.
2. Afiliasi berhubungan dengan kebutuhan untuk berhubungan untuk berhubungan atau bersatu dengan orang lain dan bersahabat dengan mereka.
3. Altruisme merupakan salah satu bentuk coping dengan cara mementingkan kepentingan orang lan.
4. penegasan diri (*self assertion*), individu berhadapan dengan konflik emosional yang menjadi pemicu stress dengan cara yang tidak memaksa atau manipulasi orang lain.
5. Pengamatan diri (*self obsevation*), pengamatan diri sejajar dengan intropeksi yaitu individu melakukan pengujian secara objektif proses-proses kesadaran

sendiri atau mengadakan pengamatan terhadap tingkah laku, motif, ciri, sifat sendiri, dan seterusnya untuk mendapatkan pemahaman mengenai diri sendiri semakin mendalam (Siswanto, 2007:66-67).

Coping yang efektif menghasilkan adaptasi yang menetap merupakan kebiasaan baru dan perbaikan dari kebiasaan lama, sedangkan coping yang tidak efektif berakhir dan dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain maupun lingkungan. Individu dalam melakukan coping tidak sendiri dan tidak hanya menggunakan satu strategi tetapi dapat melakukan bervariasi, tergantung kemampuan dan kondisi Individual. Berikut dua macam coping yaitu, coping psikologis dan coping psikososial

- a. Coping psikologis. Pada umumnya gejala yang ditimbulkan akibat Stress psikologis tergantung pada dua faktor yaitu:

1. Bagaimana persepsi atau penerimaan individu terhadap stress. Artinya seberapa berat ancaman yang dirasakan oleh individu tersebut terhadap stressor yang ditermánya.
  2. Keefektifan strategi coping yang digunakan oleh individu. Artinya dalam menghadapi stress, jika strategi yang digunakan efektif maka menghasilkan adaptasi yang baik dan menjadi suatu pola dalam kehidupan, tetapi jika sebaliknya dapat mengakibatkan gangguan fisik maupun psikologis.
- b. Coping psiko-sosial merupakan reaksi psiko-sosial terhadap adanya stimulus stress yang diterima atau dihadapi oleh klien. Menurut Stuart dan Sundeen mengemukakan bahwa terdapat dua kategori coping yang dilakukan untuk mengatasi stress dan kecemasan yaitu:

1. Reaksi yang berorientasi pada tugas (*task-oriented reaction*) cara ini digunakan untuk menyelesaikan masalah, konflik dan memenuhi kebutuhan dasar.
2. Reaksi yang berorientasi pada ego. Reaksi ini digunakan oleh individu dalam menghadapi stress, atau kecemasan, jika individu melakukannya dalam waktu sesaat maka akan dapat mengurangi kecemasan, tetapi jika digunakan dalam waktu lama akan dapat mengakibatkan gangguan orientasi realita, memburuknya hubungan interpersonal (Rasmi, Rasmun, 2001: 30-33).

### **c. Metode Coping Stress**

Metode merupakan cara yang teratur dan sigtimatis untuk pelaksanaan sesuatu atau cara kerja. Wrence A. Pervin, Daniel Cervone, dan Oliver P. Jhon (2010:496)

mengungkapkan berbagai cara dalam metode coping stress yang ada, yaitu:

1. Coping berfokus pada masalah. Merujuk kepada upaya untuk menangani masalah dengan mengubah fitur situasi yang menekankan.
2. Coping berfokus emosi. Individu berjuang memperbaiki kondisi emosional internalnya, misalnya dengan penenangan emosional atau mencari dukungan sosial

Bell mengemukakan dua metode yang dapat digunakan oleh individu dalam mengatasi masalah psikologis, yaitu:

1. Metode coping jangka panjang merupakan cara yang efektif dan realitas dalam mengatasi masalah psikologis untuk kurun waktu yang lama.
2. Metode coping jangka pendek. Cara ini digunakan untuk mengurangi stress atau ketegangan psikologis dan cukup

efektif untuk waktu sementara, tetapi efektif jika digunakan dan cukup efektif untuk waktu sementara, tetapi tidak efektif jika digunakan dalam jangka panjang (Rasmi dan Ramun, 2001: 37-38).

Cara mengatasi stress (coping) antara individu yang satu dengan yang lain berbeda - beda. Demikian para ahli telah menggolongkan bentuk coping. Adapun bentuk-bentuk coping menurut Lazarus dan Folkman terbagi menjadi dua yaitu :

1. *Problem-focused coping* yaitu; di gunakan oleh individu dengan mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan atau mengembangkan sumber daya pada dirinya. Individu akan mengurangi stress dengan mempelajari cara atau keterampilan baru. Pendekatan ini cenderung digunakan jika individu yakin dapat merubah situasi sehingga individu tersebut dapat mengurangi

ketegangan dengan cara melakukan sesuatu, seperti memodifikasi, atau meminimalis situasi yang sedang dihadapi. Berbagai macam *problem focused coping*, yaitu:

- a. *Instrumental action* (tindakan secara langsung); individu melakukan usaha dan memecahkan langkah-langkah yang mengarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun rencana bertindak dan melaksanakannya.
- b. *Cautiousness* (kehati-hatian); individu berfikir, meninjau dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah, berhati-hati dalam memutuskan masalah, meminta pendapat orang lain dan mengevaluasi tentang strategi yang pernah diterapkan selanjutnya.

c. *Negotiation* (negosiasi); individu membicarakan serta mencari penyelesaian dengan orang lain yang terlibat di dalamnya dengan harapan masalah dapat terselesaikan.

2. *Emotion-focused coping* yaitu; digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stress. Pengaturan respon emosi menggunakan dua pendekatan yaitu perilaku dan kognitif. Pendekatan perilaku termasuk dengan menggunakan alkohol, mencari sosial support dari teman atau keluarga, dan melakukan aktivitas lain. Sedangkan pendekatan kognitif adalah bagaimana orang berpikir mengenai situasi yang penuh tekanan. berbagai macam *emotion focused coping*, yaitu;

a. *Escapism* (pelarian diri dari masalah); usaha yang dilakukan individu dengan cara berkhayal atau membayangkan hasil yang akan terjadi atau

mengkhayalkan seandainya ia berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya sekarang.

- b. *Minimization* (meringankan beban masalah); usaha yang dilakukannya adalah dengan menolak memikirkan masalah dan menganggapnya seakan-akan masalah tersebut tidak ada dan membuat masalah menjadi ringan.
- c. *Self blame* (menyalahkan diri sendiri); perasaan menyesal, menghukum dan menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah yang terjadi. Strategi ini bersifat pasif yang ditunjukkan pada dalam diri sendiri.
- d. *Seeking meaning* (mencari arti); usaha individu untuk mencari makna atau hikmah dari kegagalan

yang dialaminya dan melihat hal-hal yang penting dalam kehidupannya (Mariana, 8-9).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa metode coping stress merupakan cara yang teratur dan sigtimatis untuk pelaksanaan sesuatu atau cara kerja. Sedangkan cara mengatasi stress (coping) antara individu yang satu dengan yang lain berbeda-beda.

### **C. Intesitas Shalat Dhuha Sebagai Pendekatan Dakwah Siswa SMP Muhammadiyah 03 Bangsri**

Dakwah secara etimologi berasal dari kata bahasa Arab yaitu: *da'a* – *yad'u* – *da'watan* yang berarti: mengajak, menyeru, dan memanggil (Munir, 2008: 3). Sedangkan secara terminologi yaitu mengajak manusia untuk berbuat baik dengan jalan *amar ma'ruf nahi munkar* agar mendapatkan keselamatan dan kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Hakikatnya, dakwah merupakan aktualisasi iman (teologis) yang dimanifestasikan dalam suatu sistem kegiatan manusia beriman dalam bidang kemasyarakatan yang dilaksanakan secara teratur untuk mempengaruhi cara merasa, berfikir, bersikap, dan bertindak (Achmad, 1985: 2). Perubahan yang dimaksudkan disini untuk merubah perasaan yang negatif berupa kecemasan menghadapi kematian menjadi perasaan yang positif berupa pasrah (*tawakkal*) dengan apa yang sudah ditakdirkan oleh Allah SWT. Adapun metode yang digunakan dalam berdakwah untuk merubah perasaan dan cara berfikir *mad'u* dijelaskan dalam Al-Qur'an surat An-Nahl ayat 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِّ لَهُمْ  
بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۚ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ  
وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

“Serulah manusia kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat di jalan-Nya dan Dialah lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk” (Departemen Agama RI, 2010: 281).

Ayat di atas menjelaskan tentang anjuran untuk berdakwah kepada manusia agar kembali ke jalan Tuhan (syariat agama) dengan metode hikmah, *mau'idhoh hasanah*, dan berdebat yang baik. Di sisi lain, dakwah juga mengentaskan seseorang dari keterpurukan perasaan yang dirasakannya, seperti halnya stress siswa menghadapi Ujian Nasional. Menurut guru agama Ibu Yetty Favorita Walaupun demikian, rasa ketakutan mendapatkan nilai yang jelek, membuat siswa SMP Muhammadiyah 03 Bangsri stress akibat tidak bisa mendapatkan nilai yang memuaskan ( Wawancara Ibu Yetty Favorita, 23 Mei 2015).

Pemberian bimbingan tersebut yang paling efektif dengan metode *mau'idhoh hasanah*. Karena di dalam

*mau'idhoh hasanah* mengandung unsur bimbingan, pendidikan, pengajaran, kisah-kisah, berita gembira, dan pesan-pesan positif (wasiyat). Adapun bimbingan yang dimaksud itu mengajak siswa SMP Muhammadiyah 03 Bangsri untuk melaksanakan rutinitas shalat dhuha khususnya siswa IX.

#### **D. Hubungan Shalat Dhuha Dengan Coping Stress Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional**

Pembahasan ini merupakan perpaduan dari kedua pembahasan di atas yaitu intensitas melaksanakan shalat dhuha dan coping stress, dan akan dicari hubungan antara keduanya. Shalat dhuha berpengaruh terhadap coping stress siswa menghadapi UN siswa kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri. Menurut Ibnu Qayyim bahwa shalat dapat mencegah dosa, menolak penyakit-penyakit hati, mengusir penyakit dari badan, menyinari hati, membuat wajah jadi putih,

mengaktifkan anggota tubuh dan jiwa, membawa rizqi, menolak kedzoliman, menolong orang yang teraniaya, mencabut syahwat, memelihara nikmat, menolak siksa, menurunkan rahmat, dan mengusir kegundahan hati (Anwar, 2011: 27).

Shalat dhuha adalah shalat sunnah yang dilakukan pada pagi hari dimulai ketika matahari mulai naik sepenggalan atau setelah terbit matahari sekitar pukul 07.00 sampai sebelum masuk waktu dhuhur ketika matahari belum naik pada posisi tengah-tengah. Jumlah rakaat shalat dhuha minimal dua rakaat dan maksimal dua belas rakaat dengan satu salam setiap dua rakaat.

Melaksanakan shalat dhuha pada pagi hari sebelum beraktivitas, selain berbekal keyakinan, tawakal, serta pasrah atas segala ketentuan dan takdir Allah SWT, dapat menghindari diri dari berkeluh kesah dan kecewa dari

kegagalan yang dialami. Apabila shalat dhuha dilakukan secara rutin oleh para siswa, keuntungan yang di dapat adalah mudahnya meraih prestasi akademik dan kesuksesan dalam hidup.

Manfaat Shalat Dhuha adalah mampu memberikan pengaruh bagi kecerdasan intelektual, fisik, spiritual, dan emosional, Shalat Dhuha akan membuat pikiran menjadi jernih dan memberikan pengaruh yang positif dalam aktivitas di dalam proses belajar siswa di sekolah, pikiran yang jernih dan hati yang tenang, dapat mengoptimalkan potensi yang dimiliki untuk memanfaatkan peluang untuk memperoleh keberhasilan (Syafi'ie, 2009: 150)

Shalat dhuha menjadikan jiwa tenang (Zezen, 2012: 179), agar proses belajar mengajar berjalan dengan baik diperlukan ketenangan jiwa agar ilmu yang diajarkan dapat masuk ke dalam siswa. Shalat dhuha menjadikan pikiran lebih

konsentrasi, ketika sedang belajar, seringkali para siswa merasa stress menghadapi UN. Stress merupakan bukti siswa mengalami tekanan–tekanan pada tingkat kelulusan yang sangat tinggi

Disimpulkan bahwa shalat dhuha sangat berperan dalam menekan segala bentuk stress yang timbul dari tekanan dan permasalahan hidup keseharian. Menekan kekhawatiran dan gonjangan kejiwaan yang sering dialami oleh siswa ketika menghadapi UN. Setelah menyelesaikan shalat dhuha, seorang hamba akan berzikir mengingat Allah SWT serta bertasbih diiringi munajat kepada Allah SWT dan dilanjutkan dengan berdo'a kepada Allah SWT. Menurut Al Ma'ruf (2007: 138) shalat dhuha sebagai pembimbing kamu dan petunjuk jalan mewujudkan impian, bahkan shalat dhuha memiliki peranan dan efisien dalam menanggulangi keraguan

dan kecemasan yang banyak dialami oleh siswa ketika menghadapi UN.

Shalat dhuha dapat berpengaruh terhadap ketenangan jiwa siswa. Shalat dhuha dipilih menjadi teknik untuk coping stress siswa dalam menghadapi UN. Shalat dhuha sangat dibutuhkan agar proses belajar mengajar berjalan dengan baik dan untuk menghilangkan perasaan ragu dan cemas siswa, dan yakin akan keberhasilan dalam menuntut ilmu.

#### **E. Hipotesis**

Hipotesis adalah jawaban yang masih bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Hipotesis tersebut diperlukan untuk memperjelas masalah yang diteliti. Penentuan hipotesis ini akan membantu penelitian untuk menentukan fakta apa yang akan dicari, prosedur serta metode apa yang sesuai serta bagaimana mengorganisasikan hasil seta penemuan.

Berdasarkan teori di atas penulis mengajukan hipotesis yaitu terdapat hubungan antara intensitas melaksanakan shalat dhuha dengan coping stress siswa dalam menghadapi UN pada siswa kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri. Semakin tinggi melaksanakan shalat dhuha, maka semakin tinggi coping stress siswa menghadapi UN pada siswa kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri, dan semakin rendah melaksanakan shalat dhuha maka semakin rendah coping stress stress siswa menghadapi UN pada siswa kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Sejalan dengan tujuan yang ingin diperoleh dalam penelitian ini, maka jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menekankan analisis pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistic (Sugiyono, 2010: 14). Pada dasarnya penelitian kuantitatif dilakukan pada penelitian internal (dalam rangka menguji hipotesis) dan menyandarkan kesimpulan hasil pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antara variabel yang akan diteliti. Pada umumnya, penelitian kuantitatif merupakan penelitian sampel besar (Azwar, 1998: 79). Variabel dalam penelitian ini adalah intensitas melaksanakan shalat dhuha sebagai variabel

*independent* dan coping stress siswa menghadapi UN sebagai variabel *dependent*.

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan dengan mengambil lokasi pada Lembaga Pendidikan SMP Muhammadiyah 03 Bangsri kabupaten Jepara, Propinsi Jawa Tengah. Penelitian ini dilaksanakan selama dua puluh lima hari, yang dimulai pada tanggal 3 Februari 2015 sampai dengan tanggal 28 Februari 2015.

## **C. Definisi Operasional.**

### **a. Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha**

Intensitas melaksanakan shalat dhuha adalah tingkat tinggi rendahnya usaha individu dalam melakukan pengamalan shalat dhuha baik kualitas maupun kuantitas. Intensitas shalat dhuha yang dimaksudkan adalah perbuatan melaksanakan shalat sunah yang dilakukan secara berulang-ulang dengan

jumlah rakaat yang tidak ditentukan serta dilaksanakan secara rutin dan terus-menerus.

Pengukuran intensitas melaksanakan shalat dhuha dapat dilihat dari indikator meliputi:

1. Frekuensi atau presentasi kegiatan dapat diartikan dengan kekerapan atau kejarangan kerapnya yaitu keaktifan dan seberapa sering siswa SMP Muhammadiyah 03 Bangsri melaksanakan shalat dhuha
2. Motivasi adalah keadaan dalam diri individu atau organisme yang mendorong perilaku kearah tujuan tertentu. Melaksanakan shalat dhuha siswa SMP Muhammadiyah 03 Bangsri mempunyai motivasi sendiri-sendiri yang berbeda-beda satu sama lainnya baik itu motivasi yang muncul dari dalam dirinya maupun dari luar dirinya.

3. Efek adalah suatu perubahan, hasil, atau konsekuensi langsung yang disebabkan oleh suatu tindakan. Dalam melaksanakan shalat dhuha siswa SMP Muhammadiyah 03 Bangsri mempunyai keyakinan untuk mendapatkan efek yang positif dari intensitas shalat dhuha

#### **b. Coping Stress Siswa Menghadapi UN**

Coping stress adalah suatu upaya yang dilakukan oleh seseorang ketika dihadapkan pada tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal yang ditujukan untuk mengatur suatu keadaan yang penuh stres dengan tujuan mengurangi stress. Indikator coping stress siswa menghadapi UN mengambil teori Lazarus dan Folkman dapat dilihat dari skala pengukuran yang meliputi:

1. *Problem-focused coping*, yaitu: Digunakan oleh individu dengan mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan atau mengembangkan sumber

daya pada dirinya. Indikator yang menunjukkan berorientasi pada strategi ini antara lain:

- a. *Instrumental action* (tindakan secara langsung)
- b. *Cautiousness* (kehati-hatian)
- c. *Negotiation* (negosiasi)

2. *Emotion-focused coping*, yaitu: Digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stress. Indikator yang menunjukkan berorientasi pada strategi ini antara lain:

- a. *Escapism* (pelarian diri dari masalah)
- b. *Minimization* (meringankan beban masalah)
- c. *Self blame* (menyalahkan diri sendiri)
- d. *Seeking meaning* (mencari arti)

#### **D. Sumber dan Jenis Data**

Sumber data adalah subjek dari mana data itu dapat diperoleh (Arikunto, 2002: 107). Penelitian ini penulis menggunakan dua sumber data yaitu sumber data primer

dan sumber data sekunder. Sumber data primer adalah sesuatu yang dijadikan rujukan untuk memperoleh data pokok dalam suatu penelitian (Hasan, 2002: 82). Penelitian ini yang menjadi sumber data primer adalah siswa yang mengikuti rutinitas shalat dhuha yang berjumlah tiga puluh enam siswa. Sumber data tersebut diperoleh data tentang intensitas melaksanakan shalat dhuha dan coping stress menghadapi UN.

Sumber data sekunder adalah sesuatu yang dijadikan sebagai pendukung atau data tambahan yang dapat memperkuat data pokok (Suryabrata, 1998: 85). Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah buku-buku yang ada relevansinya dengan intensitas melaksanakan shalat dhuha, dan coping stress siswa menghadapi UN serta dokumen-dokumen yang ada di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri, Pembimbing, serta kepala dan staf-staf-Nya yang ada di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri. Berdasarkan

sumber data tersebut diperoleh data tentang keadaan psikis siswa menghadapi UN serta gambaran umum tentang SMP Muhammadiyah 03 Bangsri.

### **E. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2002: 108). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara yang terdiri dua ruangan kelas, yaitu: ruang A dan B yang berjumlah empat puluh sembilan siswa ( Observasi, 2 Desember 2014). Mengingat dari empat puluh siswa yang ada yang tidak melaksanakan shalat dhuha dan siswa yang melaksanakan rutinitas shalat dhuha tiga puluh enam siswa, maka peneliti memilih siswa untuk dijadikan responden dengan kriteria sebagai berikut: (1). Siswa yang mengalami stress saat menghadapi UN. (2). Siswa yang melaksanakan rutinitas shalat dhuha, 3). Siswa yang stress melaksanakan rutinitas shalat dhuha

## F. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan skala hubungan intensitas melaksanakan shalat dhuha dan skala coping stress siswa menghadapi UN. Skala hubungan intensitas melaksanakan shalat dhuha dan coping stress siswa menghadapi UN tersebut terdapat empat pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Pemberian skornya tergantung dari *favorable*, dan tidaknya suatu butir. Skor jawaban bergerak dari nilai (4) sampai nilai satu (1) pada jawaban yang *favorable*. dan dari satu (1) sampai empat (4) pada butir jawaban *unfavorable*.

Untuk *memilih* item-item yang memiliki validitas dan reliabilitas yang baik, dalam penelitian ini dilakukan uji coba terpakai. Peneliti *langsung* menyajikan skala pada subjek penelitian, lalu peneliti menganalisis validitasnya sehingga diketahui item valid dan tidak valid. Jika hasilnya

memenuhi syarat, maka peneliti langsung pada langkah selanjutnya. Jika tidak memenuhi syarat, maka peneliti memperbaikinya dan mengadakan ujicoba ulang pada responden (Hadi, 1990: 101).

Adapun syarat valid dan reliabel adalah apabila instrumen dikatakan valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Sedangkan dikatakan reliabel, bila terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda (Sugiyono, 2009: 172).

Seleksi item dilakukan dengan pengujian validitas terhadap semua item di setiap variabel. Pengujian dilakukan dengan menggunakan formulasi koleksi *product moment* dari Pearson dan penghitungannya menggunakan bantuan SPSS versi 16.0 (Wijaya, 2009, 110). Selanjutnya telah dikemukakan bahwa, analisis dilakukan dengan cara mengkorelasikan jumlah skor dengan skor total.

Jumlah koefisien korelasi pada tiap item menurut Azwar (2012: 86) sama dengan atau lebih besar dari 0,300. Apabila jumlah item yang lolos ternyata tidak mencukupi jumlah yang diinginkan dapat dipertimbangkan untuk menurunkan menjadi 0,225. Adapun skor minimal yang digunakan dalam penelitian ini sebesar 0,225, tujuannya untuk menghindari banyaknya item yang tidak valid. Jadi bila korelasi tiap skor tersebut positif dan besarnya 0,225 ke atas maka skor tersebut merupakan *construct* yang kuat dan valid. Tetapi jika dibawah 0,225 maka dapat disimpulkan instrumen tersebut tidak valid.

penelitian ini estimasi reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Alpha* dari *Cronbach* dan penghitungannya menggunakan bantuan program SPSS 16.0. Estimasi *reabilitas* dilakukan pada semua item yang valid di tiap-tiap variabel.

### a. Skala Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha

Skala intensitas melaksanakan shalat dhuha dimaksudkan untuk mengukur tingkat intensitas melaksanakan shalat dhuha. Skala ini berdasarkan pada beberapa pandangan yang mengungkapkan bahwa aspek-aspek intensitas melaksanakan shalat dhuha terdiri dari tiga aspek, yaitu: 1). Frekuensi, 2). Motivasi, dan 3). Efek.

Skala intensitas melaksanakan shalat dhuha terdiri dari 30 item pernyataan, diantaranya 15 item pernyataan *Favorable* dan 15 item pernyataan *Unfavorable*. Setiap indikator terdiri 10 item pernyataan, 5 pernyataan *Favorable* dan 5 item pernyataan *Unfavorable*.

**Table 1**  
**Blue Print Skala Intensitas Melaksanakan**  
**Shalat Dhuha**

No.	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
1.	Frekuensi	4, 10, 18, 22,25	2, 8, 15, 24,26	10
2.	Motivasi	7, 12, 20, 13, 27	5, 16, 11, 19,28	10
3.	Efek	1, 9, 14, 23,29	3, 6, 17, 21,30	10
<b>Jumlah</b>		<b>15</b>	<b>15</b>	<b>30</b>

Kemudian item-item diatas dilakukan uji validitas dan reliabilitas skala hubungan intensitas melaksanakan shalat dhuha dengan progam SPSS 16.0., sehingga diketahui nilai *alphanya*, selanjutnya item yang gugur dibuang dan yang valid diurutkan kembali.

Untuk memilih item-item yang memiliki validitas yang baik dan skala yang memiliki *reliabilitas* baik pula, maka dilakukan uji validitas

dan reliabilitas. Seleksi item dilakukan dengan melakukan uji validitas terhadap 30 item. Pengujian dilakukan dengan menggunakan formulasi korelasi product moment dari Pearson dan perhitungannya menggunakan bantuan program SPSS versi 16.0. Dari 30 item yang diuji-cobakan, ada 2 item yang gugur, yaitu item nomor: 10 dan 25 (hasil terlampir).

Pengujian menghasilkan koefisien reliabilitas dengan nilai alpha 0,753 (lihat pada lampiran). Item tersebut kemudian diurutkan kembali setelah item yang gugur dibuang. Lebih jelasnya, sebaran item skala sesudah uji coba yang telah diurutkan kembali dapat dilihat pada lampiran

#### **b. Skala Coping Stress Siswa Menghadapi UN**

Coping adalah cara yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri

dengan keinginan yang akan dicapai dan respons terhadap situasi yang menjadi ancaman bagi diri individu baik secara fisik maupun psikologik atau upaya untuk mengurangi atau mentoleransi ancaman yang menjadi beban perasaan yang terjadi karena stress.

Indicator coping stress siswa dalam menghadapi UN, mengambil teori Lazarus dan Folkam, yaitu:

1. *Problem-focused coping*, yaitu: Digunakan oleh individu dengan mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan atau mengembangkan sumber daya pada dirinya. Indikator yang menunjukkan berorientasi pada strategi ini antara lain:
  - a. *Instrumental actaion* (tindakan secara langsung)
  - b. *Cautiousness* (kehati-hatian)
  - c. *Negotiation* (negosiasi)

2. *Emotion-focused coping*, yaitu: Digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stress. Indikator yang menunjukkan berorientasi pada strategi ini antara lain:
- a. *Escapism* (pelarian diri dari masalah)
  - b. *Minimization* (meringankan beban masalah)
  - c. *Self blame* (menyalahkan diri sendiri)
  - d. *Seeking meaning* (mencari arti)

Skala coping stress Siswa dalam menghadapi UN terdiri dari 56 item pernyataan, 28 item pertanyaan *Favorable* dan 28 item pernyataan *Unfavorable*. Setiap indikator terdiri 8 item pernyataan, 4 item pernyataan *Favorable* dan 4 item pernyataan *Unfavorable*.

Untuk mempermudah dalam penyusunan skala coping stress Siswa dalam menghadapi UN, maka terlebih dahulu dibuat tabel spesifikasi skala coping

stress Siswa dalam menghadapi UN sebagai mana dalam table.

**Table 2**  
**Blue Print Skala Coping Stress**  
**Siswa Menghadapi UN**

N o	Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
1	<i>Problem-focused coping</i>	Instrumental action	1, 4, 22, 43	6, 18, 42, 44	8
2		Cautiousness	11, 14, 2, 46	16, 8, 41, 45	8
3		Negotiation	21, 23, 3, 47	26, 27, 40, 52	8
4		Escapism	31, 32, 29, 48	9, 17, 39, 53	8
5		Minimization	12, 5, 13, 49	20, 28, 38, 54	8
6		Self blame	35, 30, 34, 50	7, 19, 37, 55	8
7		Seeking meaning	25, 10, 33, 51	24, 15, 36, 56	8
Jumlah			28	28	56

Kemudian item-item diatas dilakukan uji validitas dan reliabilitas skala coping stress siswa

dalam menghadapi UN dengan program SPSS 16.0., sehingga diketahui nilai *alphanya*, selanjutnya item yang gugur dibuang dan yang valid diurutkan kembali.

Untuk memilih item-item yang memiliki validitas yang baik dan skala yang memiliki reliabilitas yang baik pula, maka dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Seleksi item dilakukan dengan melakukan uji validitas terhadap 56 item. Pengujian dilakukan dengan menggunakan formulasi korelasi product moment dari Pearson, dan perhitungannya menggunakan bantuan program SPSS versi 16.0. Dari 56 item yang diuji-cobakan, ada 6 item yang gugur, yaitu item nomor: 7, 17,31, 33, 41 dan 56 (hasil terlampir). Pengujian menghasilkan koefisien reliabilitas dengan nilai alpha 0,745 (lihat pada lampiran).

Untuk mempermudah dan memperjelas pemahaman hasil uji validitas dan reliabilitas instrumen intensitas melaksanakan shalat dhuha terhadap coping stress siswa menghadapi UN dapat dilihat dalam tabel berikut:

**Table 3**  
**Ringkasan Uji Validitas dan Reliabilitas skala**  
**Intensitas Shalat Dhuha**

Instrumen	Hasil uji coba validitas dan reliabilitas	No. Item	Jumlah	Keterangan
1	2	3	4	5
Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha	Valid	4,18,22,2, 8,15,24,26,7,12, 20,13, 27,5,16, 11,19,28, 19,14, 23,29,3,6, 17,21,30	28	Dikatakan reliabel jika nilai Corrected Total-Item Corelation lebih besar dari r-tabel 0,320
	Invalid	25,10	2	
<b>Jumlah</b>			30	

**Table 4**  
**Ringkasan Uji Validitas dan Reliabilitas sekala coping stress**  
**menghadapi UN**

Instrumen	Hasil uji coba validitas dan reliabilitas	No. Item	Jumlah	Keterangan
1	2	3	4	5
Coping Stress Siswa Menghadapi UN	Valid	1,4,22, 43,6, 18,42,44, 11,14, 2,46,16, 8,41, 45, 21,23,3,47,26,27, 40,52, 32,29,48, 9,39,53, 12,5, 13,49,20, 28,38,54, 35,30,34,50,19,37,55,25,10,51, 24,15,36	50	Dikatakan reliabel jika nilai Corrected Total-Item Corelation lebih besar dari r-tabel 0,320
	Invalid	7,17,31,33,41,56	6	
<b>Jumlah</b>			56	

Item tersebut kemudian diurutkan kembali setelah item yang gugur dibuang. Untuk lebih jelasnya, sebaran

item skala sesudah uji-coba yang telah diurutkan kembali dapat dilihat pada lampiran. Daftar pernyataan tersebut akan disebarakan terhadap siswa-siswa yang berjumlah sekitar 36 siswa yang ada di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara

## **G. Teknik Analisis Data**

Pengujian hubungan variabel *independent* terhadap variabel *dependent* dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Teknik analisis tersebut dilakukan dengan progam SPSS 16.0. Berdasarkan pengujian tersebut akan diketahui ada hubungngan intensitas melaksanakan shalat dhuha terhadap coping stress siswa menghadapi UN.

Adapun teknis analisis datanya menggunakan analisis statistik dengan langkah-langkah sebagai berikut:

### **1. Analisis Pendahuluan**

Sebelum data hasil penelitian dianaliss terlebih

dahulu harus dilakukan uji prasyarat korelasi product moment yang meliputi uji normalitas data dan uji homogenitas data. Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data penelitian masing-masing variabel, sedangkan uji homogenitas data untuk mengetahui apakah residu (kesalahan pengganggu) dari nilai variabel terikat untuk setiap nilai variabel bebas tersebut homogen atau tidak atau mempunyai varian yang sama atau tidak

## **2. Uji Hipotesis**

Sebagaimana dikemukakan dalam Bab I, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan intensitas melaksanakan shalat dhuha terhadap coping stress siswa menghadapi UN. Maka uji hipotesis dilakukan dengan teknik analisis regresi sederhana menggunakan bantuan program SPSS 16.0 setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

## **BAB IV**

### **GAMBARAN UMUM OBYEK PENELITIAN**

#### **A. Sejarah Singkat Berdirinya SMP Muhammadiyah 03**

##### **Bangsri**

SMP Muhammadiyah 03 Bangsri berdiri pada tahun 1965. sekolah ini berdiri dilatar belakangi karena mengingat belum adanya Lembaga Pendidikan Islam bercorak Muhammadiyah. Awal mulanya SMP Muhammadiyah bernama PGA, pada tahun 1975 karena adanya peraturan pemerintah tahun 1975, PGA diganti menjadi SMP Muhammadiyah Bangsri,. Pendiri pertama SMP Muhammadiyah 03 Bangsri diantaranya:

**Table 6**

<b>No</b>	<b>Nama Pendiri SMP Muhammadiyah 03 Bangsri</b>
1	Mustain
2	Asror
3	Nurhadi
4	Sijan Hadi Purnomo
5	Ahmad So'im
6	Sa'di
7	Baharzain
8	H. Zabidin
9	H.Bahrudin

Selanjutnya, dalam sidang, memutuskan dan menetapkan pengurus pertama SMP Muhammadiyah Bangsri Jepara sebagai berikut:

**Table 7**  
**Susunan Pengurus Pertama SMP Muhammadiyah**  
**03 Muhammadiyah**  
**Bangsri Jepara Tahun 1965**

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Jabatan</b>
1	Nanik Sukarni B.A	Kepala Sekolah
2	Nurhadi	Wakil Kepala Sekolah
3	Suradji	Sekretaris
4	Sunarti	Bendahara
5	Suraji	TU

Jumlah tenaga pendidik sebanyak dua belas tenaga pendidik, yaitu:

**Table 8**

<b>No</b>	<b>Nama Tenaga Pendidik</b>
1	Nurhadi
2	Sa'di

3	Nafisah
4	Kaulan
5	Nanik Sukarni B.A
6	Hartono
7	Mujahid B.A
8	Ratno
9	Sijan Hadi Purnomo
10	Muhso'im
11	Kastari
12	Sumatono

Awal mulanya jumlah siswa SMP Muhammadiyah sekitar 300 siswa, satu ruang kantor dan enam ruang kelas kegiatan belajar mengajar dilaksanakan pada pagi hari,. Semakin lama jumlah siswa SMP Muhammadiyah 03 bangsri jepara semakin banyak, sehingga diperlukan pembangunan. Kemudian mendapat bantuan pembangunan gedung dari Depag

(ketika masih menjadi PGA Muhammadiyah), setelah adanya Intruksi pemerintah PGA Muhammadiyah dihapus diganti SMP Muhammadiyah 03, SMP Muhammadiyah mendapat bantuan dari Dinas setempat.(wawancara Ibu Nafisah, tanggal 16 febuari 2015).

Mulai berdiri hingga sekarang SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara mengalami empat kali periode atau pergantian Kepala sekolah. Adapun periodeisasi jabatan Kepala sekolah di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara sebagai berikut:

**Table 9**  
**Preode Jabatan Kepala sekolah**  
**SMP Muhammadiyah 03 Bangsri**

No	Nama	Preode Jabatan
1	Nanik Sukarni, B.A	1964-1978

2	Mujahid, B.A	1978-1980
3	Norhadi	1980-1994
4	Zainal Abidin, S. Ag	1994-sekarang

## B. Letak Geografis

SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara terletak di desa Kauman, tepatnya di Jln. Seroja No. 04 Kauman kecamatan Bangsri kabupaten Jepara (Untuk lebih jelas dapat dilihat pada identitas sekolah).

Adapun identitas SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara diantaranya:

Nama Sekolah : Muhammadiyah 03  
Bangsri Jepara

Nomor Statistik Sekolah : 204032008020

Propinsi : Jawa Tengah

Kecamatan : Jepara

Lokasi Sekolah : Desa Kauman  
Jalan : Jln. Seroja No. 04  
Kauman Bangsri  
Kode pos : 59453  
Telepon : 0291 771046  
Status Sekolah : Swasta  
Surat Keputusan/SK : Nomor: 0142/103/01/97  
Penerbitan : Dikjen Dikdasmen  
Tahun berdiri : 1964 berubah bernama  
PGA  
Muhammadiya  
Bangsri perubahan  
SMP  
Muhammadiyah 03

Bangsri Pada Tahun  
1975

KBM : Pagi  
Bangunan sekolah : Milik Yayasan  
Jarak ke pusat Kecamatan : 1 Km  
Jarak ke pusat Otda : 15 Km  
Terletak pada lintasan : Perkotaan ( wawancara  
pada Bapak Kusrin, Staff Sekolah, tanggal 6 Febuari  
2015).

### **C. Visi dan Misi**

#### **a. Visi SMP Muhammadiyah 03 Bangsri**

Terciptanya generasi muslim yang  
berakidah kokoh, berakhaqul karimah, unggul  
dalam mutu, cerdas, trampil dan mandiri.

#### **b. Misi SMP Muhammadiyah Bangsri**

- 1) Menyelenggarakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif
- 2) Menyediakan sasaran dan prasarana lingkungan yang efektif
- 3) Mendepankan pendidikan aqidah dan akhlaq sebagai basis penguasaan iptek dan kepemimpinan masyarakat
- 4) Menumbuhkan penghayatan dan pengamalan ajaran agama islam
- 5) Meningkatkan bekal ketrampilan siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler

#### **D. Tujuan dan Sasaran**

- a. Tujuan SMP Muhammadiyah 03 Bangsri

- 1) Pada tahun 2014/2015, lulusan SMP Muhammadiyah 03 Bangsri ditargetkan 80 % masuk SMA dan SMK favorit.
  - 2) Pada tahun 2014/2015, 100 % siswa SMP Muhammadiyah 03 Bangsri lulus UN.
  - 3) Pada tahun 2014/2015, semua siswa lulus yang mampu membaca dan menulis Al Qur'an dengan baik dan benar mencapai 85 %
  - 4) Pada tahun 2014/2015, rata-rata nilai Matematika, IPA, Bahasa Inggris, dan Bahasa Indonesia yang mencapai siswa lulusan mencapai 90 %.
- b. Sasaran (target) SMP Muhammadiyah 03 bangsri adalah Berguna bagi nusa dan bangsa, serta bahagia dunia dan akhirat. Dengan

indikator: Ad-din (Religius), Al-Aql (Intelektual), Al-Haya' (Integritas), dan Al-Amalus Sholih (Prestasi).

**E. Struktur Organisasi Setiap lembaga atau suatu organisasi pasti didalamnya**

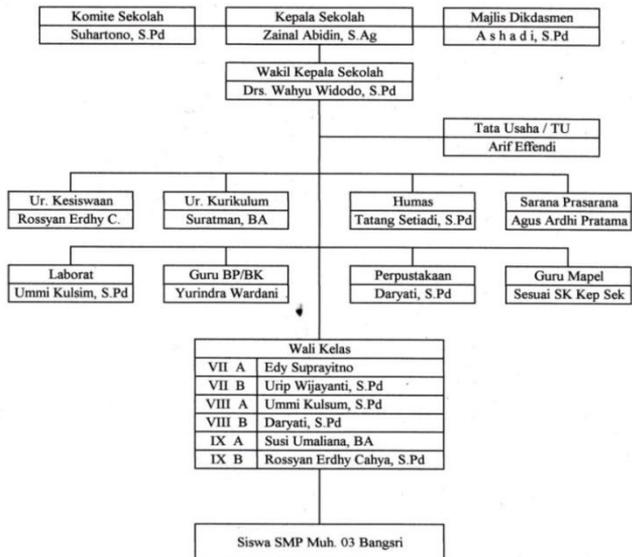
terdapat struktur organisasi yang berguna memperjelas hubungan antar pimpinan dan anggota yang dipimpinnya.

Adapun struktur organisasi SMP Muhammadiyah 03 bangsri tahun 2014/2015 dapat dilihat pada bagan berikut ini:



KEPIMPINAN CARANG MUHAMMADIYAH BANGSRI  
 MAJLIS PENGUNJUNGAN KALIAN DUA PANGKALAN  
**SMP MUHAMMADIYAH 03 BANGSRI**  
 SMP Muhammadiyah 03 Bangsri  
 Jl. Bangsri No. 03 Bangsri Pangkalpinang 31124  
 Telp. (0713) 5112444

**STRUKTUR ORGANISASI  
 SMP MUHAMMADIYAH 03 BANGSRI  
 TAHUN PELAJARAN 2014 / 2015**



Bangsri, 16 Juli 2014  
 Kepala Sekolah

Zainal Abidin, S.Ag  
 NBM. 1134 5012 1126444

## **F. Keadaan Guru dan Karyawan.**

Guru adalah suatu komponen utama dalam sistem pendidikan yang secara bersama-sama dengan komponen lainnya mencapai tujuan pendidikan. Guru merupakan unsur penting dalam meningkatkan mutu pelajaran. Oleh karena itu ketersediaan guru harus sesuai dengan kondisi siswa. Disamping itu, semua guru diharapkan memiliki kualifikasi yang baik, karena guru memiliki peran yang besar dalam rangka memberikan layanan bimbingan dan pembelajaran kepada siswa (wawancara Bapak Arif Effendi, tanggal 6 Februari 2015).

Adapun keadaan atau jumlah guru SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara tahun pelajaran 2014/2015, sebagai berikut:

**Table 10**  
**Data Tenaga Edukatif/Guru SMP**  
**Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara Tahun**  
**Pelajaran 2014/2015.**

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Status</b>	<b>Nama Mata Pelajaran</b>	<b>Lulusan</b>
1	Agus Ardi Pratama	GTY	PENJASOR KES	S1
2	Hendi Sapto Aji	GTY	PAI	S1
3	Kusrin	GTY	SENI BUDAYA	SMA
4	Tatang Setiadi	GTY	MATEMATIKA	S1
5	Wahyu Widodo	GTY	MATEMATIKA	S1

6	Hanita Susanto	GTY	TIK	S1
7	Rossyah Erdhy Cahya	GTY	IPA	S1
8	Edy Suprayitno	GTY	SENI UKIR	SMA
9	Zainal Abidin	GTY		S1
10	Arif Effendi	GTY	TU	SMA
11	Ali Miftah	GTT	BAHASA ARAB	MA
12	Anggraini Endah Purwani	GTY	PAI	S1
13	Daryati	GTY	PPKN	S1
14	Endang Purwanti	GTY	BAHASA INGGRIS	S1
15	Indah Kusumaningt	GTY	BHS INDONESIA	S1

	yas			
16	Susi Umaliana	PNS	BHS INDONESIA	D3
17	Ummi Kulsum	PNS	IPA	S1
18	Yurindra Wardhani	GTU	BK	S1
19	Elok Faiqoh	GTT	BAHASA INGGRIS	S1
20	Nafisah	GTU	TU	D2
21	Yetty Favorita	GTT	PAI	S1
22	Urip Wijayanti	GTT	BAHASA JAWA	S1
23	Zairina Mahmudati	GTT	I P S	S1
24	Khalimah	GTU	TU	SMA

## **G. Gambaran Umum Melaksanakan Shalat Dhuha di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri.**

Pembahasan ini akan diungkapkan tentang kondisi yang sebenarnya tentang pembiasaan shalat dhuha pada siswa di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara. Sebagaimana yang telah dijelaskan pada Bab III, bahwa penelitian ini menggunakan metode atau teknik Kuantitatif, skala sebagai alat untuk memperoleh dan mengukur data yang berkaitan dengan obyek penelitian yang diteliti. Oleh karena itu, dalam pembahasan ini akan dipaparkan secara rinci dan sistematis tentang obyek yang diteliti, dan hal itu mengacu pada fokus penelitian adalah sebagai berikut:

Pembiasaan shalat dhuha di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara dilaksanakan enam

kali dalam seminggu, yaitu pada hari senin, selasa, rabu, kamis, jumat dan sabtu. Shalat Dhuha ini dilakukan pada jam istirahat pertama yaitu antara pukul 09.00 – 09.30.

Dari observasi yang terlihat, pelaksanaan shalat dhuha dilakukan atas kesadaran siswa tentang pentingnya shalat dhuha, para siswa ada yang melaksanakan shalat dhuha secara berjamaah ada juga yang melaksanakan secara sendiri-sendiri. Shalat dhuha dilaksanakan dua rakaat, kegiatan shalat dhuha dilaksanakan di masjid depan sekolah.

Berdasarkan wawancara dengan guru Pendidikan Agama Islam di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara, pelaksanaan shalat dhuha belum diprogramkan dari sekolah, tetapi dari pihak guru sendiri khususnya guru yang mengampu bidang study Pendidikan Agama

Islam memberikan bimbingan dan arahan tentang pentingnya shalat dhuha bagi siswa khususnya ketika mereka menghadapi tes atau ujian akhir sekolah bahkan ketika ujian nasional bagi siswa – siswi kelas IX. Yang kami observasi di sini adalah siswa – siswi kelas IX tentang bagaimana pelaksanaan shalat dhuha siswa kelas IX (wawancara Bapak Hendi Sapto, tanggal 8 Febuari 2015)

Menurut bu Dani selaku guru BK pelaksanaan shalat Dhuha dipandang perlu untuk dijalankan sebagai suatu langkah strategis untuk menumbuhkan motivasi belajar siswa. Dengan adanya pembiasaan Shalat Dhuha diharapkan siswa nantinya dapat termotivasi dalam hal proses belajar mengajar di kelas agar lebih berprestasi lagi dan melatih mereka untuk selalu membiasakan

beribadah shalat tepat waktu, salah satunya seperti Shalat Dhuha. Kalau siswa sudah terbiasa shalat tepat waktu, insyaallah kegiatan kegiatan lain yang mereka kerjakan akan tepat waktu pula (wawancara Ibu Dani, tanggal 8 Febuari 2015).

Bapak Zaenal Abidin selaku kepala sekolah SMP Muhammadiyah Bangsri menjelaskan, sangat mendukung pelaksanaan shalat dhuha, anak – anak yang terbiasa melaksanakan shalat dhuha sebagian besar menjadi anak – anak yang berprestasi baik di bidang pendidikan agama maupun pendidikan umum, selain itu juga menurut beliau shalat dhuha dilaksanakan selain bertujuan untuk melatih beribadah kepada siswa, diharapkan mereka juga bisa memotivasi dalam belajarnya serta dapat menambah keimanan dan

ketakwaan bagi anak. Walaupun tidak diprogramkan dari sekolah beliau merasa salut karena anak-anak memiliki kesadaran untuk melaksanakan shalat dhuha (wawancara Zainal Abidin, tanggal 9 Febuari 2015).

## **BAB V**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Hasil Penelitian**

Sebelum uji hipotesis data tentang Hubungan Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha Sebagai Coping Stress Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional (studi Kasus pada siswa kelas IX SMP Muhammadiyah 03 Bangsri)., maka dilakukan uji Pra syarat terlebih dahulu yang meliputi uji Normalitas dan uji Homogenita.

##### **a. Uji Normalitas dan Uji Homogenitas**

###### **1. Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah penyebaran skor Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha masing-masing kelompok normal atau tidak. Sebaran skor dikatakan normal jika hasil uji menunjukkan  $P > 0,05$ . Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov Smirnov Z*. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut

**Table 11****One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

	Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha	Coping Stress Siswa Menhadapi UN
N	36	36
Norma Mean	85.0556	158.3056
Std. Deviation		
Parameters <sup>a</sup>	14.53065	20.47273
Most Absolute	.110	.130
Extreme Positive	.110	.109
Differences Negative	-.106	-.130
Kolmogorov-Smirnov Z	.660	.780
Asymp. Sig. (2-tailed)	.777	.576

a. Test distribution is Normal.

Tabel di atas menunjukkan bahwa sebaran skor skor Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha dan Coping Stress Siswa Menhadapi UN pada seluruh kelompok memiliki sebaran normal, lebih jelasnya lihat rangkuman tabel berikut:

Table 12  
Rangkuman hasil uji normalitas

Variabel	Asymp.Sig (p)	Kriteria	Ket.
Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha	0,777	Normal	P>0,05
Coping Stress Siswa Menhadapi UN	0,576	Normal	P>0,05

Tabel di atas, diketahui bahwa probabilitas (p) varians kelompok nilainya lebih besar dari signifikansi 0,05. Ini berarti semua kelompok berdistribusi normal.

## 2. Uji homogenitas

Uji homogenitas untuk mengetahui apakah varians antar variabel yang dibandingkan dalam uji komparatif identik atau tidak. Dalam uji komparatif disyaratkan masing-masing variabel memiliki varians yang homogen, sehingga layak untuk dibandingkan Uji homogenitas dilakukan dengan uji leven (leven test).

Dengan ketentuan, jika nilai probabilitas levene test (Sig) > 0,05, maka varians sampel adalah identik atau homogen, dan apabila probabilitas (Sig) < 0,05, varians sampel adalah tidak indentik atau homogen. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel berikut

#### Test of Homogeneity of Variances

Y

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.895	8	15	137

#### ANOVA

Y

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	9087.250	20	454.363	1.305	.303
Within Groups	5221.500	15	348.100		
Total	14308.750	35			

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa Hubungan Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha Sebagai Coping Stress Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional memiliki nilai levene test 3,895 pada Signifikan (Sig.) 0,137, maka dapat dikatakan bahwa varians antar kelompok yang diperbandingkan adalah homogen. Hal tersebut karena nilai levene test ( $p$ )  $> 0,05$  atau  $0,137 > 0,05$ .

**b. Data Hasil Angket tentang Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha Sebagai Coping Stress Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional**

Intensitas melaksanakan shalat dhuha sebagai coping stress siswa dalam menghadapi Ujian Nasional merupakan hasil angket yang dibagikan dan dijawab oleh responden sebanyak 36. Angket tentang intensitas melaksanakan shalat dhuha terdiri dari 30 item dan angket

tentang coping stress menghadapi Ujian Nasional terdiri dari 56 item. Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, angket intensitas melaksanakan shalat dhuha yang valid sebanyak 28 soal dan angket tentang coping stress menghadapi Ujian Nasional. Adapun yang valid sebanyak 50 soal. Hasil Intensitas melaksanakan shalat dhuha sebagai coping stress siswa dalam menghadapi Ujian Nasional adalah sebagai berikut:

**Table 13**

**Hasil Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha Sebagai Coping Stress Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional**

<b>Responden</b>	<b>Variabel (X)</b>	<b>Responden</b>	<b>Variabel (Y)</b>
1	65	1	138
2	82	2	148
3	63	3	168
4	71	4	137
5	72	5	132
6	72	6	133
7	72	7	126
8	72	8	135
9	101	9	89
10	42	10	165

11	75	11	140
12	102	12	162
13	65	13	87
14	77	14	160
15	92	15	139
16	87	16	130
17	87	17	152
18	55	18	127
19	92	19	173
20	74	20	140
21	72	21	167
22	74	22	134
23	103	23	162
24	84	24	137
25	72	25	130
26	75	26	152
27	73	27	127
28	101	28	140
29	88	29	165
30	75	30	156
31	103	31	163
32	106	32	130
33	81	33	126
34	92	34	138
35	88	35	140
36	80	36	179
TOTAL	2885	TOTAL	5127

Tabel di atas dapat diketahui bahwa variabel

intensitas melaksanakan shalat dhuha skor tertinggi 106

dan terendah 42, sedangkan variabel coping stress menghadapi Ujian Nasional tertinggi 179 dan terendah adalah 87.

## **B. Pengujian Hipotesis**

### **a. Analisis Pendahuluan**

Analisis pendahuluan dilakukan untuk mengetahui tingkat Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha Sebagai Coping Stress Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional. Adapun langkah-langkah untuk melakukan analisis pendahuluan adalah sebagai berikut:

- 1) Membuat atau mencantumkan standar kualifikasi
- 2) Mentabulasikan data ke dalam tabel kualifikasi yang ada
- 3) Mengadakan perhitungan-perhitungan, sehingga ditemukan skor angka nilai tingkat kualifikasi masing-masing variabel yang diteliti

Untuk membuat standar kualifikasi, maka terlebih dulu dicari range atau jarak pengukuran dengan rumus sturges (Saerozy,2008:103) adalah :

- a) Mencari jumlah interval kelas dengan rumus

$$\begin{aligned}
 K &= 1 + 3,3 \log n \\
 &= 1 + 3,3 \log 36 \\
 &= 1 + 3,3(1.556) \\
 &= 1+5,135798 \\
 &= 6, 135798 \text{ Dibulatkan menjadi } 6
 \end{aligned}$$

- b) Mencari Range dengan menggunakan rumus:

$$R = H - L, \text{ Keterangan:}$$

$$R = \text{Range (Rentang data)}$$

$$H = \text{Angka tertinggi}$$

$$L = \text{Angka terendah}$$

Maka range untuk variabel intensitas melaksanakan shalat dhuha yaitu:

$$R = H - L$$

$$R = 106-42$$

$$= 64$$

c) Mencari Mean dengan menggunakan rumus:

$$X = \frac{\sum fx}{N}$$

$$= \frac{2885}{36}$$

$$= 80.1388$$

$$= 80.13$$

d) Menghitung distribusi frekuensi (distribusi prosentase)

intensitas melaksanakan shalat dhuha dengan cara menentukan interval nilai, dengan menggunakan rumus:

$$I = \frac{r}{k}$$

$$= \frac{64}{4}$$

$$= 16$$

Dengan demikian dapat diperoleh interval nilai sebagaimana dapat dilihat dalam tabel di bawah ini

**Table 14**  
**Distribusi Frekuensi (Distribusi Prosentase) Intensitas**  
**Melaksanakan Shalat Dhuha**

<b>No</b>	<b>Interval</b>	<b>F</b>	<b>Prosentase</b>	<b>Kualifikasi</b>
1.	90-106	9	25 %	Sangat Tinggi
2.	74-89	15	41,66 %	Tinggi
3.	58-73	10	27,78 %	Rendah
4.	42-57	2	5,56 %	Sangat Rendah
	Jumlah	N=36	$\sum P = 100$ %	

Berdasarkan data distribusi frekuensi (distribusi prosentase) intensitas melaksanakan shalat dhuha di atas dapat diketahui bahwa:

- a) Sebanyak 9 responden (25%) intensitas melaksanakan shalat dhuha termasuk dalam kategori sangat tinggi.
- b) Sebanyak 15 responden (41,66%) intensitas melaksanakan shalat dhuha termasuk dalam kategori tinggi.

- c) Sebanyak 7 responden (27,78%) intensitas melaksanakan shalat dhuha termasuk dalam kategori rendah.
- d) Sebanyak 1 responden (5,56%) intensitas melaksanakan shalat dhuha termasuk dalam kategori sangat rendah.

Selanjutnya menentukan range untuk variabel Coping Stress Siswa Menghadapi Ujian Nasional.

- a) Mencari jumlah interval kelas dengan rumus

$$K = 1 + 3,3 \log n$$

$$= 1 + 3,3 \log 38$$

$$= 1 + 3,3(1.57978)$$

$$= 1+5,2132$$

$$= 6,2132$$

Dibulatkan menjadi 6

- b) Mencari Range dengan menggunakan rumus:

$$R = H - L, \text{ Keterangan:}$$

R = Range (Rentang data)

H = Angka tertinggi

L = Angka terendah

Maka range untuk variabel intensitas melaksanakan shalat dhuha yaitu:

$$R = H - L$$

$$R = 179 - 87$$

$$= 92$$

c) Menentukan Mean dengan menggunakan rumus:

$$\begin{aligned} X &= \frac{\sum fx}{N} \\ &= \frac{5127}{36} \\ &= 142,4167 \\ &= 142,42 \end{aligned}$$

d) Menghitung distribusi frekuensi (distribusi prosentase) coping stress menghadapi UN dengan cara menentukan interval nilai, dengan menggunakan rumus:

$$I = \frac{r}{k}$$

$$= \frac{92}{4}$$

$$= 23$$

**Table 15**  
**Distribusi Frekuensi (Distribusi Prosentase)**  
**<Menghadapi UN**

No	Interval	F	Prosentase	Kualifikasi
1.	156-179	11	30,556 %	Sangat Tinggi
2.	133-155	15	41,667%	Tinggi
3.	110-132	8	22,22 %	Rendah
4.	87-109	2	5,556 %	Sangat Rendah
	Jumlah	N=36	$\sum P = 100$ %	

Berdasarkan data distribusi frekuensi (distribusi prosentase) intensitas melaksanakan shalat dhuha penyuluhan Islam di atas dapat diketahui bahwa:

- 1) Sebanyak 11 responden (30,556%) coping stress menghadapi UN termasuk dalam kategori sangat tinggi.

- 2) Sebanyak 15 responden (41,667%) termasuk dalam kategori tinggi.
- 3) Sebanyak 8 responden (22,22%) coping stress menghadapi UN termasuk dalam kategori rendah.
- 4) Sebanyak 8 responden (5,556%) coping stress menghadapi UN termasuk dalam kategori sangat rendah.

#### **b. Analisis Uji Hipotesis**

Setelah diadakan analisis pendahuluan seperti di atas, perlu adanya analisis uji hipotesis guna membuktikan diterima atau tidaknya hipotesis yang diajukan penulis. Untuk itu perlu dibuktikan dengan mencari nilai koefisien korelasi antara variabel Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha dan Coping Stress Siswa Menghadapi Ujian Nasional dengan menggunakan rumus "*Korelasi Product Moment*".

**Table 16****Correlations**

		coping stress sisw a dalam menghadapi UN	Intensitas Pelaksanaan Shalat Dhuha
Pearson Correlation	coping stress sisw a dalam menghadapi UN	1.000	.648
	Intensitas Pelaksanaan Shalat Dhuha	.648	1.000
Sig. (1-tailed)	coping stress sisw a dalam menghadapi UN	.	.000
	Intensitas Pelaksanaan Shalat Dhuha	.000	.
N	coping stress sisw a dalam menghadapi UN	36	36
	Intensitas Pelaksanaan Shalat Dhuha	36	36

Setelah diadakan pengujian hipotesis, maka hasil yang di peroleh kemudian dikonsultasikan dengan nilai pada tabel (rt), baik pada taraf signifikansi 5 % atau 1 %, dengan ketentuan jika  $r_{xy} > r_t$ , maka signifikan dan jika  $r_{xy} < r_t$ , maka non signifikan.

hasil pengujian hipotesis diperoleh  $r_{xy} = 0,648$

dengan demikian  $r_{xy} = 0,648 > r_{0,05} (50) = 0,329$  signifikan dan hipotesis di terima, sedangkan  $r_{xy} = 0,648 < r_{0,01} (50) = 0,424$  signifikan dan hipotesis diterima.

Setelah diadakan pengujian hipotesis, maka hasil diperoleh kemudian dikonsultasikan dengan nilai pada tabel (rt), baik pada taraf signifikansi 5 % dengan ketentuan jika  $r_{xy} > r_t$ , maka signifikan. Dari hasil pengujian hipotesis diperoleh  $r_{xy} = 0,648$  dengan demikian:  $r_{xy} = 0,648 > r_{0,05} (36) = 0,329$  signifikan dan hipotesis diterima.

### Hasil Ringkasan Analisis Uji Hipotesis

N	R <sub>xy</sub>	RT		Keterangan	Hipotesis
		5%	1%		

50	0,648	0,329	0,424	Signifikan	Di terima
----	-------	-------	-------	------------	-----------

Jadi, hubungan variabel X (Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha) dengan variabel Y (Coping Stress Siswa Menghadapi Ujian Nasional) adalah signifikan. Dengan kata lain bahwa semakin tinggi Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha maka semakin Coping Stress Siswa Menghadapi Ujian Nasional. Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima.

### **C. Pembahasan Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil analisis data di atas, bahwa intensitas melaksanakan shalat dhuha terhadap coping stress siswa menghadapi UN. Hal ini ditunjukkan oleh hasil rata-rata intensitas melaksanakan shalat dhuha di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara sebesar 80.13 pada interval 74-89 yang berarti rata-rata kualifikasi intensitas

melaksanakan shalat dhuha adalah “tinggi”. Sedangkan hasil rata-rata tentang coping stress siswa menghadapi UN 142,42 terletak pada interval 133-155 yang berarti rata-rata coping stress adalah “tinggi”.

Intensitas melaksanakan shalat dhuha merupakan faktor yang dapat digunakan sebagai prediktor coping stress siswa menghadapi Ujian Nasional. Semakin tinggi intensitas shalat dhuha maka semakin tinggi coping stress siswa menghadapi Ujian Nasional.

hasil pengujian hipotesis diperoleh  $r_{xy} = 0,648$  dengan demikian  $r_{xy} = 0,648 > r_{0,05} (50) = 0,329$  signifikan dan hipotesis di terima, sedangkan  $r_{xy} = 0,648 < r_{0,01} (50) = 0,424$  signifikan dan hipotesis diterima. Setelah diadakan pengujian hipotesis, maka hasil diperoleh kemudian dikonsultasikan dengan nilai pada tabel (rt), baik pada taraf signifikansi 5 % dengan ketentuan jika  $r_{xy} > r_t$ , maka

signifikan. Dari hasil pengujian hipotesis diperoleh  $r_{xy} = 0,648$  dengan demikian:  $r_{xy} = 0,648 > r_{t(36)} = 0,329$  signifikan dan hipotesis diterima.

Kedudukan iman dan takwa pada hakikatnya adalah sebagai pendorong yang dapat membangkitkan semangat optimis manusia dengan segala cuaca kehidupan, apabila nilai-nilainya dapat diaktualisasikan secara tepat, dan terarah pada kesadaran harkat pribadi sebagai muslim sejati. Karena, iman dan takwa dalam pribadi manusia mengandung tenaga rokhaniah. Berbekal iman dan takwa, manusia bisa terlepas dari segala penyakit mental dalam segala bentuknya, seperti perasaan putus asa, perasaan menderita, rasa terhukum oleh karena perbuatannya sendiri, rasa terasing dari masyarakat, serta perasaan negatif lainnya yang mendorong seseorang untuk melakukan perbuatan munkar seperti halnya kriminalitas.

Supaya persoalan yang sedang dialami dipandang sebagai cobaan yang mengandung hikmah. Maka diperlukan adanya kesadaran dan harapan-harapan untuk berkomunikasi dengan Tuhan (Allah) dan mendekatkan diri pada-Nya. Akhirnya timbul keyakinan bahwa hanya pertolongan-Nya yang senantiasa dianugerahkan kepada siapa saja yang dekat dengan-Nya.

Shalat dhuha merupakan salah satu kegiatan yang dapat menghentikan gambaran-gambaran negatif serta dapat meningkatkan motivasi belajar pada siswa. Pada dasarnya shalat dhuha tersebut dapat menenangkan jiwa seseorang. Internalisasi dari pemaknaan shalat dhuha dapat dijadikan terapi untuk siswa menghadapi UN. Individu cenderung bisa mengatur dirinya sendiri, mampu mendahulukan skala prioritas yang harus dicapai oleh individu tersebut dan

senantiasa melaksakan shalat dhuha untuk terapi stress ketika menghadapi UN.

Mahfani (2009: 132) menyatakan bahwa menumbuhkan motivasi belajar siswa dapat dilakukan dengan beberapa cara, salah satunya dengan melakukan shalat dhuha secara rutin. Pembiasaan shalat dhuha secara rutin ini akan memberikan efek psikologis dalam menumbuhkan motivasi. Bagi siswa khususnya mampu menumbuhkan motivasi belajar untuk menghadapi UN. Shalat dhuha disamping sebagai ibadah sunah juga bertujuan untuk mendorong motivasi siswa dalam belajar dan meraih prestasi. Selain itu shalat dhuha juga dapat menjadi sarana mempersiapkan mental untuk menghadapi segala tantangan dan rintangan yang mungkin datang menghadang dalam proses belajar siswa. Saat melaksanakan shalat dhuha, siswa bisa memohon kepada Allah SWT agar segala aktivitas yang dilakukannya memberikan

nilai manfaat serta mendapatkan kemudahan dan keberkahan dalam menuntut ilmu di sekolah. Do'a yang dipanjatkan inilah yang mampu memberikan kekuatan mental yang lebih baik bagi siswa dalam menghadapi proses studi yang sedang dijalani (Alim, 2008: 140). Secara psikologis, dampak dari shalat dhuha akan membuat pikiran menjadi jernih dan memberikan pengaruh yang positif dalam aktivitas di dalam proses belajar siswa di sekolah. Pikiran yang jernih dan hati yang tenang, dapat menumbuhkan kepercayaan diri pada siswa untuk mendapatkan nilai yang baik ketika UN. Melaksanakan shalat dhuha akan membuat pikiran menjadi jernih dan memberikan motivasi belajar siswa.

Hasil wawancara dari seorang siswa di SMP Muhammadiyah 03 bangsri jepara menyatakan bahwa aktifitas shalat dhuha yang dilaksanakan di sekolah memberikan efek positif bagi dirinya. Ia merasakan adanya semangat belajar

untuk menghadapi UN setelah selesai melaksanakan shalat dhuha (Leni Marsela, 24 Febuari 2015).

Manusia sering dihadapkan pada berbagai masalah yang sulit. Akibatnya stress dan mudah berkeluh kesah dalam menghadapinya. Membiasakan diri shalat dhuha, seseorang akan mampu menjadi pribadi tidak mudah putus asa karena adanya motivasi dalam diri untuk mencari jalan keluar atas masalahnya. Siswa melaksanakan rutintas shalat dhuha akan tumbuh keinginan yang tinggi untuk mengatasi persoalan persoalan di sekolah agar membiasakan diri mencapai kesuksesan dalam studi yang dijalani.

Tepatlah kiranya apabila dakwah lebih memfokuskan pada pembenahan jiwa dan iman, baik melalui mengajak shalat dhuha maupun aktivitas yang lainnya demi mempertebal keimanan dengan cara mendekatkan diri kepada Allah SWT, Sehingga terhindar dari tindakan kriminal, termasuk salah-

satunya mencegah dari kriminalitas seseorang dalam kehidupan masyarakat.

Kewajiban dakwah tidak hanya kewajiban Nabi dan Rasul-Nya atau para ulama saja, tetapi kewajiban dakwah ada pada setiap manusia baik laki-laki maupun perempuan. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Ali-Imran 104:

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ  
عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٠٤﴾

“dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar; merekalah orang-orang yang beruntung” (Departemen Agama RI, 2010: 63)

Ayat tersebut menunjukkan adanya seruan agar ada suatu golongan dari umat manusia untuk memberikan bimbingan kepada golongan lain yakni berupa ajaran Islam agar berbhakti kepada Allah SWT.

Beberapa teori di atas memberikan asumsi bahwa intensitas melaksanakan shalat dhuha sangat berpengaruh terhadap coping stress menghadapi UN di SMP Muhammadiyah 03 Bangsri Jepara. Ketakwaan dan keimanan seseorang yang ditanamkan melalui shalat dhuha maka perbuatan/ perilaku seseorang memungkinkan untuk selalu berfikir positif, sehingga kriminalitasnya menurun.

## Daftar Pustaka

- Anwar, Khoirul, *Pengaruh Implementasi Shalat Dhuha Terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa Ma Sunan Gunung Jati Gesing Kismantoro Wonogiri Tahun 2011*, Skripsi, Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang 2011
- Ahmad, Maulana, *Dasatnya Shalat Sunnah Shalat Tahajud, Shalat Hajat, Shalat Istikharah dan Shalat Dhuha*, Yogyakarta: pustaka marwa, 2010.
- Alim, Zezen, *Panduan Pintar Shalat Sunah*, Jakarta: Qultummedia, 2008.
- , *The Utimate of Power Sholat Dhuha*, Jakarta: Qultummedia, 2012.
- Al-Mahfani, M. Khalilurrahman, *Berkah Shalat Dhuha*, Jakarta: Wahyu Media, 2008.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006.

Agustiar, Yuli, *Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Dan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas Xii Sma Negeri "X" Jakarta Selatan*, Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta: 2010.

Azwar, Saifuddin, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998.

Basri, Mu'inudinillah, *Panduan Shalat Lengkap*, Surakarta: Indiva Pustaka, 2008.

Departemen Agama RI, *Al-Quran Tajwid dan Terjemah*, Bandung: Diponegoro, 2010.

Echols, John M dan Hasan Sadly, *Kamus Inggris Indonesia*, Jakarta: Gramedia, 1993.

Fikra, Rausyan, *Dibalik Shalat Sunnah*, Sidoarjo: Mashun, 2009.

Hadi, Sutrisno, *Metodologi Research Jilid 3*, Yogyakarta: Yayasan Fakultas Psikologi UGM, 1990.

Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010.

Nursalam, M. Nurs dan Ninuk Dian Kurniawati, *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Terinfeksi HIV/AIDS*, Jakarta: Penerbit Salemba Medika. 2008.

Putri, Prayascitta, *Hubungan Antara Coping Stress Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Belajar Remaja Yang Orangnya Bercerai*, SKRIPSI, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta, (tidak dipublikasikan), 2010.

Prihartini, Nanik, *Kepribadian Sehat Menurut Suryo Mentaram*, Jakarta, Rineka Cipta, 2000

Rahayu, Hartuti Puji, *Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Perilaku Coping Stres*, Psikologika, Vol II Nomor 4, 1997

Rasmun. *Keperawatan Kesehatan Mental Psikiatri Terintegrasi Dengan Keluarga*. Jakarta: C.V. Sagung Seto. 2001

Mariana, Rachmawati. *Hubungan Antara Optimisme Dengan Coping Stress Padamahasiswa Tingkat Akhir Yang Bekerja Part Time Dalam menghadapi SKRIPSI*, Program Studi Psikologi, Universitas Brawijaya Malang.

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, Alfabeta, Bandung: 2009.

Siswanto, *Keshatan Mental Konsep Cakupan Dan Perkembanganya*. Yogyakarta: C.V. Andy Offset. 2007

Sabil, Al Ma'ruf, *Dasyatnya Sholat Dhuha*, penerbit mizan anggota IKAPI, PT Mizan Bunaya: 2007.

Wijaya, Tony, *Analisis Data Penelitian Menggunakan SPSS*, Yogyakarta: Universitas Atmajaya, 2009

<http://www.suamerdeka.com>, diakses 29.10.2014

<http://nasional.kompas.com/read/2014/06/14/1304132/Ini.10.P>

rovinsi.Peserta.Lulus.Ujian.Nasional.Tertinggi,

diakses, 29. 10. 2014

wawancara dari guru Agama Islam, ibu Anggraini, 28. 10.

2014.

wawancara Ibu Nafisah, Bendahara Sekolah, tanggal 16

febuari 2015.

wawancara Bapak Arif Effendi, Staff Sekolah, tanggal 6

Febuari 2015.

wawancara Bapak Hendi Spto, Guru Agama, tanggal 8

Febuari 2015.

wawancara Ibu Dani, Guru Bk, tanggal 8 Febuari 2015.

wawancara Zainal Abidin, Kepala Sekolah, tanggal 9 Febuari

2015

# DAFTAR LAMPIRAN

## **Sekala Uji Coba**

Assalamualaikum Wr. Wb.

Salam sejahtera,

Saya adalah mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang, saat ini saya sedang melakukan sebuah penelitian mengenai Hubungan Intensitas Shalat Dhuha Terhadap Coping Stress Siswa Menghadapi Ujian Nasional. Penelitian ini merupakan tugas akhir saya untuk memperoleh gelar S. Sos.i Saya memohon kesediaan saudara untuk meluangkan waktu mengisi angket ini guna data penelitian yang dimaksud. Data yang diperoleh, termasuk identitas saudara akan kami jamin kerahasiannya dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian dan data akan diolah sebagai data kelompok, bukan data perorangan.

Semarang, 25 Maret 2015,  
Hormat Saya

Nur Yahya

## SKALA PENELITIAN

### *Identitas Diri*

1. Nama :  
.....
2. Umur :  
.....
3. Alamat :  
.....

### *Petunjuk Pengisian Skala:*

1. Pilihlah jawaban yang tersedia sesuai dengan keadaan Anda, beri tanda (X) pada pilihan yang disediakan, yaitu:  
SS : Bila Anda sangat sesuai dengan pernyataan  
S : Bila Anda sesuai dengan pernyataan  
TS : Bila Anda tidak sesuai dengan pernyataan  
STS : Bila Anda sangat tidak sesuai dengan pernyataan
2. Diharapkan dalam menjawab angket ini sesuai dengan kondisi ketika akan menghadapi UN, sebagai sumbangan berharga bagi penelitian ini.
3. Jawaban Anda sangat terjamin kerahasiaannya.
4. Atas partisipasinya dalam mengisi skala kami ucapkan banyak terima kasih.

### A. Skala I Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya menjadi bersemangat belajar untuk menghadapi UN				
2	Saya mengikuti rutin shalat dhuha karena takut dimarahi guru BK.				
3	Setelah shalat dhuha saya semakin stress menghadapi UN				
4	Lebih baik melaksanakan shalat dhuha dari pada bermain				
5	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya semakin cemas menghadapi UN				
6	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya masih ragu-ragu dengan kemampuan saya lulus UN				
7	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya mendapatkan ketenangan jiwa dalam menghadapi UN				
8	Melaksanakan shalat dhuha setiap hari				

	dapat meningkatkan prestasi siswa				
9	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya mempunyai keyakinan untuk lulus UN				
10	Dengan melaksanakan shalat dhuha secara rutin, Saya tidak merasa pusing menghadapi UN				
11	Melaksanakan shalat dhuha tidak mendapatkan manfaat lebih dari hasil belajar				
12	shalat shuha dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam menjawab soal-soal UN.				
13	Melaksanakan shalat dhuha dapat meningkatkan kosentrasi belajar untuk menghadapi UN				
14	Setelah melaksanakan shalat dhuha membangkitka keinginan saya untuk belajar rajin				
15	Melaksanakn setiap hari shalat dhuha, saya semakin tidak dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi				

16	Melaksanakan shalat dhuha tidak akan bisa membantu membangkitkan motivasi belajar				
17	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya masih tidak mempunyai keinginan belajar dengan rajin				
18	Dengan melaksanakan shalat dhuha secara rutin masalah yang dihadapi akan mudah diselesaikan				
19	Melaksanakan shalat dhuha tidak akan bisa meningkatkan konsentrasi belajar				
20	Melaksanakan shalat dhuha, membuat saya semakin semangat menghadapi UN				
21	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya masih mudah marah dalam menghadapi UN				
22	Melaksanakan shalat dhuha secara rutin dapat meningkatkan prestasi Siswa dalam menghadapi UN				
23	Melaksanakan shalat dhuha dapat meningkatkan kepercayaan diri akan				

	kemampuan saya menghadapi UN				
24	Melaksanakan setiap pagi shalat dhuha, membuat saya semakin malas belajar dalam menghadapi UN				
25	Setelah melaksanakan shalat dhuha Saya merasa mengantuk dan kurang bersemangat untuk belajar dengan baik				
26	Saya menyadari bahwa pelaksanaan shalat dhuha dapat membantu saya mengatasi stress dalam menghadapi UN				
27	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya mendapatkan beronsetrasi belajar dalam menghadapi UN				
28	Walaupun stress menghadapi UN, saya tetap mengikuti kegiatan shalat shuha.				
29	Setelah melaksanakan shalat dhuha, saya tetap pusing menghadapi UN				
30	Melaksanakan shalat dhuha membuat saya semakin takut mengikuti UN.				

## B. Skala II Coping Stress Siswa menghadapi UN

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya membeli buku-buku UN dan mempelajarinya				
2	Saya belajar dengan sungguh-sungguh untuk mendapatkan nilai UN yang baik.				
3	Saya selalu konsultasi pada guru BK untuk mengatasi stress				
4	Saya melakukan Shalat Dhuha untuk menenangkan stress saat menghadapi UN				
5	Saya berusaha mengontrol stress dengan cara berdzikir.				
6	Setelah melaksanakan latihan UN saya menjadi mudah marah.				
7	UN hanya akan membuat saya semakin stress				
8	Saya mengatasi stres menghadapi UN dengan merokok.				
9	Saya menganggap UN penting karena dapat meningkatkan prestasi Siswa.				

10	Saya menganggap UN itu bermanfaat karena dapat mengetahui hasil belajar selama Sekolah				
11	Saya berpikiran tenang saat menghadapi UN				
12	Stress menghadapi UN harus saya atasi agar nilai UN saya baik.				
13	Saya bersemangat menghadapi UN karena saya yakin bisa.				
14	Saya belajar kelompok bersama teman-teman untuk mempersiapkan UN.				
15	Saya tidak peduli dengan UN karena membuat semakin stress				
16	Saya tidak khawatir dengan UN karena saya dapat menyotek teman-teman yang pintar				
17	Saya tidak pernah berpikir untuk mencari bocoran UN.				
18	saya mengontrol stres akibat UN dengan meluangkan waktu untuk bersenang-senang.				

19	Saya beranggapan UN itu tidak ada				
20	Saya mencari kunci jawaban UN untuk mendapatkan nilai yang baik				
21	Saya melakukan diskusi dengan teman mengenai soal-soal UN.				
22	Saya berusaha rileks ketika akan menghadapi latihan UN.				
23	Saya mengikuti bimbingan belajar supaya siap menghadapi UN				
24	Saya menyalahkan pemerintah yang memutuskan untuk mengadakan UN				
25	Menurut saya pemerintah mengadakan UN hanya untuk mengukur kemampuan belajar Siswa				
26	Menurut saya adanya UN membuat saya semakin malas belajar				
27	Saya mengikuti bimbingan belajar berharap mendapatkan kunci jawaban UN				
28	Saya menganggap UN tidak bermanfaat.				
29	Saya masa bodoh dengan UN.				

30	Stress menghadapi UN harus saya atasi agar nilai UN saya baik				
31	Saya menganggap UN tidak perlu karena tidak dapat meningkatkan prestasi Siswa				
32	Saya tidak khawatir dengan UN karena saya tidak memikirkan UN.				
33	Selalu ada hikmah tentang adanya UN				
34	Saya mengatasi akibat UN dengan cara tidur				
35	Menurut saya adanya UN dapat menjadikan semangat untuk belajar				
36	Menurut saya adanya UN membuat waktu saya banyak terbuang.				
37	Setelah mempelajari mata pelajaran yang akan di UN-kan saya menjadi mudah marah.				
38	Saya berpikiran untuk mencari bocoran UN.				
39	Menurut saya dengan merokok tidak akan membuat stress saya akan UN hilang.				
40	Saya berdiskusi kepada teman-teman untuk				

	mencari kunci jawaban UN nanti.				
41	Saya merasa sensitif sewaktu mendengar obrolan mengenai ujian nasional.				
42	Saya meminum obat penenang agar tidak mudah stress menghadapi UN.				
43	Saya mengontrol stress sebelum UN dengan mendengarkan musik				
44	Ketika belajar, saya sulit berkonsentrasi karena selalu memikirkan Ujian Nasional.				
45	Saya merasa percaya diri dalam menghadapi UN				
46	Saya takut akan ketidakmampuan untuk menjawab soal UN				
47	Pelaksanaan pelatihan UN membuat saya semakin siap untuk menghadapi UN				
48	Saya cenderung sering melamun waktu saya sedang belajar untuk menghadapi UN				
49	Saya menghindari apabila teman-teman				

	memperbincangkan masalah tentang UN.				
50	Saya tidak merasa pusing memikirkan pelaksanaan UN				
51	Saya hanya dapat belajar dengan baik kalau sambil makan-makanan kecil				
52	Saya merasa kurang bersemangat ketika belajar soal-soal UN				
53	Saya merasa sulit tidur karena memikirkan UN				
54	Saya merasa lemas ketika mengingat bahwa UN tidak lama lagi.				
55	Saya merasa senang hati ketika menghadapi UN				
56	Jantungku berdetak tak beraturan ketika saya menghadapi UN				

## **Sekala Setelah Uji Coba**

Assalamualaikum Wr. Wb.

Salam sejahtera,

Saya adalah mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Walisongo Semarang, saat ini saya sedang melakukan sebuah penelitian mengenai Hubungan Intensitas Shalat Dhuha Terhadap Coping Stress Siswa Menghadapi Ujian Nasional. Penelitian ini merupakan tugas akhir saya untuk memperoleh gelar S. Sos.i Saya memohon kesediaan saudara untuk meluangkan waktu mengisi angket ini guna data penelitian yang dimaksud. Data yang diperoleh, termasuk identitas saudara akan kami jamin kerahasiannya dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian dan data akan diolah sebagai data kelompok, bukan data perorangan.

Semarang, 25 Maret 2015,  
Hormat Saya

Nur Yahya

## SKALA PENELITIAN

### *Identitas Diri*

Nama :  
Umur :  
Alamat :

### *Petunjuk Pengisian Skala:*

- Pilihlah jawaban yang tersedia sesuai dengan keadaan Anda, beri tanda (X) pada pilihan yang disediakan, yaitu:

SS : Bila Anda sangat sesuai dengan pernyataan

S : Bila Anda sesuai dengan pernyataan

TS : Bila Anda tidak sesuai dengan pernyataan

STS : Bila Anda sangat tidak sesuai dengan pernyataan

- Diharapkan dalam menjawab angket ini sesuai dengan kondisi ketika akan menghadapi UN, sebagai sumbangan berharga bagi penelitian ini.
- Jawaban Anda sangat terjamin kerahasiaannya.
- Atas partisipasinya dalam mengisi skala kami ucapkan banyak terima kasih.

### A. Skala I Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya menjadi bersemangat belajar untuk menghadapi UN				
2	Saya mengikuti rutin shalat dhuha karena takut dimarahi guru BK.				
3	Setelah shalat dhuha saya semakin stress menghadapi UN				
4	Lebih baik melaksanakan shalat dhuha dari pada bermain				
5	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya semakin cemas menghadapi UN				
6	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya masih ragu-ragu dengan kemampuan saya lulus UN				
7	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya mendapatkan ketenangan jiwa dalam menghadapi UN				
8	Melaksanakan shalat dhuha setiap hari dapat meningkatkan prestasi siswa				
9	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya mempunyai keyakinan untuk lulus UN				
10	Melaksanakan shalat dhuha tidak mendapatkan manfaat lebih dari hasil belajar				

11	shalat shuha dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam menjawab soal-soal UN.				
12	Melaksanakan shalat dhuha dapat meningkatkan kosentrasi belajar untuk menghadapi UN				
13	Setelah melaksanakan shalat dhuha membangkitka keinginan saya untuk belajar rajin				
14	Melaksanakn setiap hari shalat dhuha, saya semakin tidak dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi				
15	Melaksanakan shalat dhuha tidak akan bisa membantu membangkitkan motivasi belajar				
16	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya masih tidak mempunyai keinginan belajar dengan rajin				
17	Dengan melaksanakan shalat dhuha secara rutin masalah yang dihadapi akan mudah diselesaikan				
18	Melaksanakan shalat dhuha tidak akan bisa meningkatkan kosentrasi belajar				
19	Melaksanakan shalat dhuha, membuat saya semakin semangat menghadapi UN				
20	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya masih mudah marah dalam menghadapi				

	UN				
21	Melaksanakan shalat dhuha secara rutin dapat meningkatkan prestasi Siswa dalam menghadapi UN				
22	Melaksanakan shalat dhuha dapat meningkatkan kepercayaan diri akan kemampuan saya menghadapi UN				
23	Melaksanakan setiap pagi shalat dhuha, membuat saya semakin malas belajar dalam menghadapi UN				
24	Saya menyadari bahwa melaksanakan shalat dhuha dapat membantu saya mengatasi stress dalam menghadapi UN				
25	Setelah melaksanakan shalat dhuha saya mendapatkan beronsetrasi belajar dalam menghadapi UN				
26	Walaupun stress menghadapi UN, saya tetap mengikuti kegiatan shalat shuha.				
27	Setelah melaksanakan shalat dhuha, saya tetap pusing menghadapi UN				
28	Melaksanakan shalat dhuha membuat saya semakin takut mengikuti UN.				

## B. Skala II Coping Stress Siswa menghadapi UN

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya membeli buku-buku UN dan mempelajarinya				
2	Saya belajar dengan sungguh-sungguh untuk mendapatkan nilai UN yang baik.				
3	Saya selalu konsultasi pada guru BK untuk mengatasi stress				
4	Saya melakukan Shalat Dhuha untuk menenangkan stress saat menghadapi UN				
5	Saya berusaha mengontrol stress dengan cara berdzikir.				
6	Setelah melaksanakan latihan UN saya menjadi mudah marah.				
7	Saya mengatasi stres menghadapi UN dengan merokok.				
8	Saya menganggap UN penting karena dapat meningkatkan prestasi Siswa.				
9	Saya menganggap UN itu bermanfaat karena dapat mengetahui hasil belajar selama Sekolah				
10	Saya berpikiran tenang saat menghadapi UN				
11	Stress menghadapi UN harus saya atasi agar nilai UN saya baik.				
12	Saya bersemangat menghadapi UN karena				

	saya yakin bisa.				
13	Saya belajar kelompok bersama teman-teman untuk mempersiapkan UN.				
14	Saya tidak peduli dengan UN karena membuat semakin stress				
15	Saya tidak khawatir dengan UN karena saya dapat menyotek teman-teman yang pintar				
16	saya mengontrol stres akibat UN dengan meluangkan waktu untuk bersenang-senang.				
17	Saya beranggapan UN itu tidak ada				
18	Saya mencari kunci jawaban UN untuk mendapatkan nilai yang baik				
19	Saya melakukan diskusi dengan teman mengenai soal-soal UN.				
20	Saya berusaha rileks ketika akan menghadapi latihan UN.				
21	Saya mengikuti bimbingan belajar supaya siap menghadapi UN				
22	Saya menyalahkan pemerintah yang memutuskan untuk mengadakan UN				
23	Menurut saya pemerintah mengadakan UN hanya untuk mengukur kemampuan belajar Siswa				
24	Menurut saya adanya UN membuat saya semakin malas belajar				

25	Saya mengikuti bimbingan belajar berharap mendapatkan kunci jawaban UN				
26	Saya menganggap UN tidak bermanfaat.				
27	Saya masa bodoh dengan UN.				
28	Stress menghadapi UN harus saya atasi agar nilai UN saya baik				
29	Saya tidak khawatir dengan UN karena saya tidak memikirkan UN.				
30	Saya mengatasi akibat UN dengan cara tidur				
31	Menurut saya adanya UN dapat menjadikan semangat untuk belajar				
32	Menurut saya adanya UN membuat waktu saya banyak terbuang.				
33	Setelah mempelajari mata pelajaran yang akan di UN-kan saya menjadi mudah marah.				
34	Saya berpikiran untuk mencari bocoran UN.				
35	Menurut saya dengan merokok tidak akan membuat stress saya akan UN hilang.				
36	Saya berdiskusi kepada teman-teman untuk mencari kunci jawaban UN nanti.				
37	Saya meminum obat penenang agar tidak mudah stress menghadapi UN.				
38	Saya mengontrol stress sebelum UN dengan mendengarkan musik				

39	Ketika belajar, saya sulit berkonsentrasi karena selalu memikirkan Ujian Nasional.				
40	Saya merasa percaya diri dalam menghadapi UN				
41	Saya takut akan ketidakmampuan untuk menjawab soal UN				
42	Pelaksanaan pelatihan UN membuat saya semakin siap untuk menghadapi UN				
43	Saya cenderung sering melamun waktu saya sedang belajar untuk menghadapi UN				
44	Saya menghindari apabila teman-teman memperbincangkan masalah tentang UN.				
45	Saya tidak merasa pusing memikirkan pelaksanaan UN				
46	Saya hanya dapat belajar dengan baik kalau sambil makan-makanan kecil				
47	Saya merasa kurang bersemangat ketika belajar soal-soal UN				
48	Saya merasa sulit tidur karena memikirkan UN				
49	Saya merasa lemas ketika mengingat bahwa UN tidak lama lagi.				
50	Saya merasa senang hati ketika menghadapi UN				

## HASIL UJI DATA

### Dengan Program SPSS 22.0 dan 16.00 for Windows

#### 1. Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas angket Uji Coba Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha

##### Item-Total Statistics

		TOTAL
VAR00001	Pearson Correlation	.668**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00002	Pearson Correlation	.745**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00003	Pearson Correlation	.668**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00004	Pearson Correlation	.684**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00005	Pearson Correlation	.445**
	Sig. (2-tailed)	.007
	N	36
VAR00006	Pearson Correlation	.576**

	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00007	Pearson Correlation	.607**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00008	Pearson Correlation	.457**
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	36
VAR00009	Pearson Correlation	.556**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00010	Pearson Correlation	.663**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00011	Pearson Correlation	.787**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00012	Pearson Correlation	.347*
	Sig. (2-tailed)	.038
	N	36
VAR00013	Pearson Correlation	.637**
	Sig. (2-tailed)	.000

	N	36
VAR00014	Pearson Correlation	.384*
	Sig. (2-tailed)	.021
	N	36
VAR00015	Pearson Correlation	.717**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00016	Pearson Correlation	.757**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00017	Pearson Correlation	.702**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00018	Pearson Correlation	.678**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00019	Pearson Correlation	.536**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00020	Pearson Correlation	.753**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36

VAR00021	Pearson Correlation	.778**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00022	Pearson Correlation	.596**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00023	Pearson Correlation	.692**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00024	Pearson Correlation	.721**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00025	Pearson Correlation	.520**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00026	Pearson Correlation	.684**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00027	Pearson Correlation	.386*
	Sig. (2-tailed)	.020
	N	36
VAR00028	Pearson Correlation	.595**

	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
TOTAL	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	36

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel perbandingan  $r_{tabel}$  dengan  $r_{hitung}$ , maka :

Soa l	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Perbandinga n	Keputusa n	Kesimpula n
Soa 1 1	0.678	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soa 1 2	0.722	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soa 1 3	0.661	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soa 1 4	0.689	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soa 1 5	0.446	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soa 1 6	0.560	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soa 1 7	0.605	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid

Soa 1 8	0.430	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 9	0.551	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 10	0.145	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho ditolak	Tidak Valid
Soa 1 11	0.652	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 12	0.780	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 13	0.362	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 14	0.655	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 15	0.340	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 16	0.691	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 17	0.753	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 18	0.703	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 19	0.670	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 20	0.558	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 21	0.761	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 22	0.796	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa	0.610	0.329	r_hitung>	Ho	Valid

1 23			r_tabel	diterima	
Soa 1 24	0.682	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 25	0.046	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho ditolak	Tidak Valid
Soa 1 26	0.734	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 27	0.522	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 28	0.710	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 29	0.380	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 30	0.588	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid

### Item-item soal yang sudah diurutkan

#### Item-Total Statistics

##### Correlations

		TOTAL
VAR00001	Pearson Correlation	.668**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00002	Pearson Correlation	.745**
	Sig. (2-tailed)	.000

	N	36
VAR00003	Pearson Correlation	.668**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00004	Pearson Correlation	.684**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00005	Pearson Correlation	.445**
	Sig. (2-tailed)	.007
	N	36
VAR00006	Pearson Correlation	.576**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00007	Pearson Correlation	.607**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00008	Pearson Correlation	.457**
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	36
VAR00009	Pearson Correlation	.556**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36

VAR00010	Pearson Correlation	.663**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00011	Pearson Correlation	.787**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00012	Pearson Correlation	.347*
	Sig. (2-tailed)	.038
	N	36
VAR00013	Pearson Correlation	.637**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00014	Pearson Correlation	.384*
	Sig. (2-tailed)	.021
	N	36
VAR00015	Pearson Correlation	.717**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00016	Pearson Correlation	.757**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00017	Pearson Correlation	.702**

	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00018	Pearson Correlation	.678**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00019	Pearson Correlation	.536**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00020	Pearson Correlation	.753**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00021	Pearson Correlation	.778**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00022	Pearson Correlation	.596**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00023	Pearson Correlation	.692**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00024	Pearson Correlation	.721**
	Sig. (2-tailed)	.000

	N	36
VAR00025	Pearson Correlation	.520**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00026	Pearson Correlation	.684**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00027	Pearson Correlation	.386*
	Sig. (2-tailed)	.020
	N	36
VAR00028	Pearson Correlation	.595**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
TOTAL	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	36

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel perbandingan  $r_{\text{tabel}}$  dengan  $r_{\text{hitung}}$ , maka :

Soa	$r_{\text{hitun}}$	$r_{\text{tabe}}$	Perbandinga	Keputusa	Kesimpula
l	g	l	n	n	n

Soa 1 1	0.668	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 2	0.745	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 3	0.668	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 4	0.684	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 5	0.445	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 6	0.576	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 7	0.607	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 8	0.457	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 9	0.556	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 10	0.663	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 11	0.787	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 12	0.347	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 13	0.637	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 14	0.384	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 1 15	0.717	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa	0.757	0.329	r_hitung>	Ho	Valid

l 16			r_tabel	diterima	
Soa l 17	0.702	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 18	0.678	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 19	0.536	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 20	0.753	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 21	0.778	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 22	0.596	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 23	0.692	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 24	0.721	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 25	0.520	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 26	0.684	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 27	0.386	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 28	0.595	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid

Dalam analisis reliabilitas SPSS.16, hasilnya dapat dilihat pada kolom *Cronbach's Alpha* pada hasil output SPSS. Seperti dibawah ini :

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.753	28

Berdasarkan perbandingan alpha dengan  $r_{tabel}$ ,  $H_0$  diterima jika  $\alpha > r_{tabel}$ ,  $H_0$  ditolak jika  $\alpha < r_{tabel}$ . Karena nilai  $\alpha$  (0,753)  $>$   $r_{tabel}$  (0,361) maka angket ini dikatakan reliabel.

**2. Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Angket Uji Coba Coping Stress Menghadapi Ujian Nasional**

**Item-Total Statistics**

		TOTAL
VAR00001	Pearson Correlation	.653(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00002	Pearson Correlation	.432(**)
	Sig. (2-tailed)	.009
	N	36
VAR00003	Pearson Correlation	.437(**)
	Sig. (2-tailed)	.008

	N	36
VAR00004	Pearson Correlation	.414(*)
	Sig. (2-tailed)	.012
	N	36
VAR00005	Pearson Correlation	.542(**)
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00006	Pearson Correlation	.444(**)
	Sig. (2-tailed)	.007
	N	36
VAR00007	Pearson Correlation	.287
	Sig. (2-tailed)	.090
	N	36
VAR00008	Pearson Correlation	.707(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00009	Pearson Correlation	.532(**)
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00010	Pearson Correlation	.530(**)
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00011	Pearson Correlation	.554(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00012	Pearson Correlation	.649(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00013	Pearson Correlation	.574(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00014	Pearson Correlation	.399(*)

	Sig. (2-tailed)	.016
	N	36
VAR00015	Pearson Correlation	.583(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00016	Pearson Correlation	.457(**)
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	36
VAR00017	Pearson Correlation	.212
	Sig. (2-tailed)	.215
	N	36
VAR00018	Pearson Correlation	.583(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00019	Pearson Correlation	.612(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00020	Pearson Correlation	.573(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00021	Pearson Correlation	.334(*)
	Sig. (2-tailed)	.047
	N	36
VAR00022	Pearson Correlation	.422(*)
	Sig. (2-tailed)	.010
	N	36
VAR00023	Pearson Correlation	.585(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00024	Pearson Correlation	.591(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36

VAR00025	Pearson Correlation	.662(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00026	Pearson Correlation	.407(*)
	Sig. (2-tailed)	.014
	N	36
VAR00027	Pearson Correlation	.391(*)
	Sig. (2-tailed)	.018
	N	36
VAR00028	Pearson Correlation	.454(**)
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	36
VAR00029	Pearson Correlation	.469(**)
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	36
VAR00030	Pearson Correlation	.399(*)
	Sig. (2-tailed)	.016
	N	36
VAR00031	Pearson Correlation	.058
	Sig. (2-tailed)	.739
	N	36
VAR00032	Pearson Correlation	.492(**)
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	36
VAR00033	Pearson Correlation	-.234
	Sig. (2-tailed)	.170
	N	36
VAR00034	Pearson Correlation	.418(*)
	Sig. (2-tailed)	.011
	N	36
VAR00035	Pearson Correlation	.476(**)
	Sig. (2-tailed)	.003

	N	36
VAR00036	Pearson Correlation	.426(**)
	Sig. (2-tailed)	.010
	N	36
VAR00037	Pearson Correlation	.518(**)
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00038	Pearson Correlation	.468(**)
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	36
VAR00039	Pearson Correlation	.468(**)
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	36
VAR00040	Pearson Correlation	.426(**)
	Sig. (2-tailed)	.010
	N	36
VAR00041	Pearson Correlation	.187
	Sig. (2-tailed)	.274
	N	36
VAR00042	Pearson Correlation	.562(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00043	Pearson Correlation	.444(**)
	Sig. (2-tailed)	.007
	N	36
VAR00044	Pearson Correlation	.721(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00045	Pearson Correlation	.519(**)
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00046	Pearson Correlation	.335(*)

	Sig. (2-tailed)	.046
	N	36
VAR00047	Pearson Correlation	.438(**)
	Sig. (2-tailed)	.007
	N	36
VAR00048	Pearson Correlation	.481(**)
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	36
VAR00049	Pearson Correlation	.381(*)
	Sig. (2-tailed)	.022
	N	36
VAR00050	Pearson Correlation	.435(**)
	Sig. (2-tailed)	.008
	N	36
VAR00051	Pearson Correlation	.348(*)
	Sig. (2-tailed)	.038
	N	36
VAR00052	Pearson Correlation	.614(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00053	Pearson Correlation	.659(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00054	Pearson Correlation	.590(**)
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00055	Pearson Correlation	.522(**)
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00056	Pearson Correlation	-.115
	Sig. (2-tailed)	.502
	N	36

TOTAL	Pearson Correlation	1
	N	36

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel perbandingan  $r_{\text{tabel}}$  dengan  $r_{\text{hitung}}$ , maka :

Soal	$r_{\text{hitung}}$	$r_{\text{tabel}}$	Perbandingan	Keputusan	Kesimpulan
Soal 1	0.653	0.329	$r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$	Ho diterima	Valid
Soal 2	0.432	0.329	$r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$	Ho diterima	Valid
Soal 3	0.437	0.329	$r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$	Ho diterima	Valid
Soal 4	0.414	0.329	$r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$	Ho diterima	Valid
Soal 5	0.542	0.329	$r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$	Ho diterima	Valid
Soal 6	0.444	0.329	$r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$	Ho diterima	Valid
Soal 7	0.287	0.329	$r_{\text{hitung}} < r_{\text{tabel}}$	Ho ditolak	Tidak Valid
Soal 8	0.707	0.329	$r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$	Ho diterima	Valid
Soal 9	0.532	0.329	$r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$	Ho diterima	Valid
Soal 10	0.530	0.329	$r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$	Ho diterima	Valid

Soal 11	0.554	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 12	0.649	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 13	0.574	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho ditolak	Valid
Soal 14	0.399	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho ditolak	Valid
Soal 15	0.583	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 16	0.457	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho ditolak	Valid
Soal 17	0.212	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho diterima	Tidak Valid
Soal 18	0.583	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 19	0.612	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho ditolak	Valid
Soal 20	0.573	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 21	0.334	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 22	0.422	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 23	0.585	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 24	0.591	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 25	0.662	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal	0.407	0.329	r_hitung>	Ho	Valid

26			r_tabel	diterima	
Soal 27	0.391	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 28	0.454	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 29	0.469	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 30	0.399	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 31	0.058	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho ditolak	Tidak Valid
Soal 32	0.492	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 33	-0.234	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho ditolak	Tidak Valid
Soal 34	0.418	0.329	r_hitung>r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 35	0.476	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 36	0.426	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 37	0.518	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 38	0.468	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 39	0.468	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 40	0.426	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 41	0.187	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho diterima	Tidak Valid

Soal 42	0.562	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 43	0.444	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 44	0.721	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 45	0.519	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 46	0.335	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 47	0.438	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 48	0.481	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 49	0.381	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 50	0.435	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 51	0.348	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 52	0.614	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal5 3	0.659	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal5 4	0.590	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal5 5	0.522	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal5 6	-0.115	0.329	r_hitung< r_tabel	Ho ditolak	Tidak Valid

**Item-item soal yang sudah diurutkan**  
**Item-Total Statistics**

		TOTAL
VAR00001	Pearson Correlation	.678**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00002	Pearson Correlation	.463**
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	36
VAR00003	Pearson Correlation	.446**
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	36
VAR00004	Pearson Correlation	.472**
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	36
VAR00005	Pearson Correlation	.541**
	Sig. (2-tailed)	.001

	N	36
VAR00006	Pearson Correlation	.455**
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	36
VAR00007	Pearson Correlation	.705**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00008	Pearson Correlation	.518**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00009	Pearson Correlation	.577**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00010	Pearson Correlation	.577**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00011	Pearson Correlation	.653**

	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00012	Pearson Correlation	.616**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00013	Pearson Correlation	.435**
	Sig. (2-tailed)	.008
	N	36
VAR00014	Pearson Correlation	.580**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00015	Pearson Correlation	.488**
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	36
VAR00016	Pearson Correlation	.553**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36

VAR00017	Pearson Correlation	.631**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00018	Pearson Correlation	.581**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00019	Pearson Correlation	.362*
	Sig. (2-tailed)	.030
	N	36
VAR00020	Pearson Correlation	.402*
	Sig. (2-tailed)	.015
	N	36
VAR00021	Pearson Correlation	.570**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00022	Pearson Correlation	.550**
	Sig. (2-tailed)	.001

	N	36
VAR00023	Pearson Correlation	.652**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00024	Pearson Correlation	.374*
	Sig. (2-tailed)	.025
	N	36
VAR00025	Pearson Correlation	.374*
	Sig. (2-tailed)	.024
	N	36
VAR00026	Pearson Correlation	.474**
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	36
VAR00027	Pearson Correlation	.424**
	Sig. (2-tailed)	.010
	N	36
VAR00028	Pearson Correlation	.433**

	Sig. (2-tailed)	.008
	N	36
VAR00029	Pearson Correlation	.500**
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	36
VAR00030	Pearson Correlation	.443**
	Sig. (2-tailed)	.007
	N	36
VAR00031	Pearson Correlation	.487**
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	36
VAR00032	Pearson Correlation	.406*
	Sig. (2-tailed)	.014
	N	36
VAR00033	Pearson Correlation	.492**
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	36

VAR00034	Pearson Correlation	.470**
	Sig. (2-tailed)	.004
	N	36
VAR00035	Pearson Correlation	.488**
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	36
VAR00036	Pearson Correlation	.442**
	Sig. (2-tailed)	.007
	N	36
VAR00037	Pearson Correlation	.523**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00038	Pearson Correlation	.431**
	Sig. (2-tailed)	.009
	N	36
VAR00039	Pearson Correlation	.721**
	Sig. (2-tailed)	.000

	N	36
VAR00040	Pearson Correlation	.524**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00041	Pearson Correlation	.367*
	Sig. (2-tailed)	.027
	N	36
VAR00042	Pearson Correlation	.413*
	Sig. (2-tailed)	.012
	N	36
VAR00043	Pearson Correlation	.538**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36
VAR00044	Pearson Correlation	.405*
	Sig. (2-tailed)	.014
	N	36
VAR00045	Pearson Correlation	.422*

	Sig. (2-tailed)	.010
	N	36
VAR00046	Pearson Correlation	.347*
	Sig. (2-tailed)	.038
	N	36
VAR00047	Pearson Correlation	.605**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00048	Pearson Correlation	.656**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00049	Pearson Correlation	.565**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	36
VAR00050	Pearson Correlation	.518**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	36

TOTAL	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	36

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel perbandingan  $r_{tabel}$  dengan  $r_{hitung}$ , maka :

Soal	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Perbandingan	Keputusan	Kesimpulan
Soal 11	0.678	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soal 12	0.463	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soal 13	0.446	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soal 14	0.472	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soal 15	0.541	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soal 16	0.455	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soal 17	0.705	0.329	$r_{hitung} > r_{tabel}$	Ho diterima	Valid
Soal	0.518	0.329	$r_{hitung} >$	Ho	Valid

18			r_tabel	diterima	
Soal 19	0.577	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 110	0.577	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 111	0.653	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 112	0.616	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 113	0.435	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 114	0.580	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 115	0.488	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 116	0.553	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 117	0.631	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 118	0.581	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 119	0.362	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 120	0.402	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soal 121	0.570	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid

Soa l 22	0.550	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 23	0.652	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 24	0.374	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 25	0.374	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 26	0.474	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 27	0.424	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 28	0.433	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 29	0.500	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 30	0.443	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 31	0.487	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 32	0.406	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 33	0.492	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 34	0.470	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa	0.488	0.329	r_hitung>	Ho	Valid

l 35			r_tabel	diterima	
Soa l 36	0.442	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 37	0.523	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 38	0.431	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 39	0.721	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 40	0.524	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 41	0.367	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 42	0.413	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 43	0.538	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 44	0.405	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 45	0.422	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 46	0.347	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 47	0.605	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa l 48	0.656	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid

Soa 149	0.565	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid
Soa 150	0.518	0.329	r_hitung> r_tabel	Ho diterima	Valid

Analisi uji Reliabilitas dengan SPSS.16

Dalam analisis reliabilitas SPSS.16, hasilnya dapat dilihat pada kolom *Cronbach's Alpha* pada hasil output SPSS. Seperti dibawah ini :

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.745	50

Berdasarkan perbandingan alpha dengan r\_tabel, Ho diterima jika  $\alpha > r_{\text{tabel}}$ , Ho ditolak jika  $\alpha < r_{\text{tabel}}$ . Karena nilai alpha (0,745) > r\_tabel (0,334) maka angket ini dikatakan reliabel.

### 3. Uji Normalitas dan Uji Homogenitas

#### a. Uji N

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

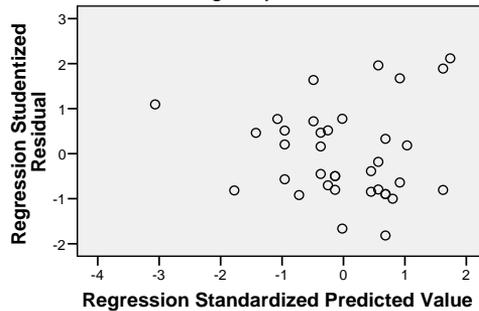
	Intensitas Melaksanakan Shalat Dhuha	Coping Stress Siswa Menhadapi UN
N	36	36
Normal Mean	85.0556	158.3056
Parameters <sup>a</sup> Std. Deviation	14.53065	20.47273
Most Absolute	.110	.130
Extreme Positive	.110	.109
Differences Negative	-.106	-.130
Kolmogorov-Smirnov Z	.660	.780
Asymp. Sig. (2-tailed)	.777	.576

a. Test distribution is Normal.

## Homogenitas

### Scatterplot

Dependent Variable: coping stress siswa dalam menghadapi UN



### c. Uji Hipotesis

Correlations

		coping stress siswa dalam menghadapi UN	Intensitas Pelaksanaan Shalat Dhuha
Pearson Correlation	coping stress siswa dalam menghadapi UN	1.000	.648
	Intensitas Pelaksanaan Shalat Dhuha	.648	1.000
Sig. (1-tailed)	coping stress siswa dalam menghadapi UN	.	.000
	Intensitas Pelaksanaan Shalat Dhuha	.000	.
N	coping stress siswa dalam menghadapi UN	36	36
	Intensitas Pelaksanaan Shalat Dhuha	36	36



KEMENTERIAN AGAMA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO  
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN  
KEPADA MASYARAKAT (LP2M)

Jl. Walisongo No. 3-5 Semarang 50185 telp/fax. (024) 7615923 email: lppm.walisongo@yahoo.com

# PIAGAM

Nomor : In.06.0/L1/PP.06/351/2014

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Institut Agama  
Islam Negeri (IAIN) Walisongo Semarang, menerangkan bahwa:

Nama : **NUR YAHYA**

NIM : 101111081

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Telah melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Angkatan ke-62 tahun 2014  
di Kabupaten Semarang dengan nilai :

85

4,0 / A

Semarang, 10 Juni 2014

A.n. Rektor,



**Dr. H. Spolihan, M. Ag.**

000604 199403 1 004



# KESATUAN AKSI MAHASISWA MUSLIM INDONESIA (KAMMI) DAERAH SEMARANG

THE ACTION GROUP OF INDOONESIAN MOSLEM STUDENTS  
Jl. Ngesrep Timur III No. 20 Semarang Telp. 024 70376960

## Bismillahirrahmanirrahim

Sertifikat

No. 017/PH/PAN-DM/6KD1/KAMMI/IX/010

Diberikan kepada :

NUR YAHYA

Atas Partisipasinya Sebagai :  
**PESERTA**

dalam Pelatihan Kepemimpinan Pemuda Islam

Dauroh Marhalah I (DM I) Angkatan 2010

Ketua KAMMI

PENGURUS DAERAH SEMARANG

**KAMMI**  
Kesatuan Aksi Mahasiswa Muslim Indonesia

Atiq Eka Atmaja, A.Md

Ketua Panitia  
Dauroh Marhalah I

Widayat

\*Kamu adalah umat terbaik yang dilahirkan untuk manusia, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang mungkar, dan beriman kepada Allah.\* (Q.S. Ali Imron 110)



# Orientasi Pengenalan Akademik dan Kemahasiswaan (OPAK) 2010

**BADAN EKSEKUTIF MAHASISWA (BEM)**

**FAKULTAS DAKWAH IAIN WALISONGO SEMARANG**



Sekretariat : Gedung P.K.M. Fakultas IAIN Walisongo Semarang Jl. Prof. Dr. Hamka, Km.2 Ngaliyan Semarang Sp. 085641089020

## **SERTIFIKAT**

Nomor : In. 06. 1/Pan-OPAK/BEM-F/08/2010

Penghargaan yang setinggi-tingginya diberikan kepada :

**Nur Yaliya**

Atas partisipasinya dalam acara Orientasi Pengenalan Akademik dan Kemahasiswaan (OPAK) 2010 Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang pada hari Rabu dan Kamis, 25-26 Agustus 2010, bertempat di Laboratorium Dakwah (Lab.Da) Fakultas Dakwah sebagai :

**PESERTA**

Semarang, 26 Agustus 2010

Panitia Pelaksana OPAK-2010

Fak. Dakwah IAIN Walisongo Semarang

**PELAKSANA OPAK**  
**FAKULTAS DAKWAH IAIN WALISONGO SEMARANG**

*[Signature]*

**Usfiyatul Marfu'ah**  
Ketua

**Hasan Asf'ari Syaikhoh**  
Sekretaris

Mengetahui,  
Mengetahui,  
Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM)  
Fak. Dakwah IAIN Walisongo





# Sertifikat

Diberikan Kepada:

**Nur Yahya**

Sebagai Panitia Bhakti Sosial (Bhaksos) 2011  
di Kelurahan Ngadirgo, kec. Mijen-Semarang, 23 s/d 27 Februari 2011  
yang diselenggarakan oleh KAMMI Komisariat IAIN Walisongo Semarang

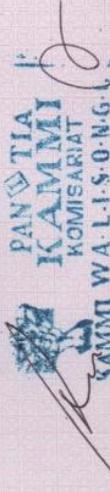
Semarang, 28 Februari 2011

Mengetahui,  
Pengurus, KAMMI Komisariat IAIN Walisongo



Ka.KAMMI. Komsat

Panitia Pelaksana  
Bhakti Sosial (Bhaksos) 2011



M. Romdhon  
Ketua

Nunung Dwi S.  
Sekretaris

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Nur Yahya  
NIM : 101111081  
Fakultas : Dakwah Dan Komunikasi  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Tempat, Tanggal Lahir : Jepara, 2 Juli 1990  
Agama : Islam  
Alamat : Desa Wedelan, RT 03 RW 01 Kec.  
Bangsri-Kab. Jepara  
Pendidikan :  
- SD N 2 Wedelan Lulus Tahun 2003  
- MTS Hasim Asyari Bangsri Lulus Tahun 2006  
- SMK N 2 Jepara Lulus Tahun 2009  
- Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang Lulus Tahun 2015

Demikian daftar riwayat hidup ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 3 Juli 2015

Nur Yahya  
101111081