

LAMPIRAN-LAMPIRAN

LAMPIRAN I

LEMBAR PERMOHOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Nama : Fatimah ishak

Nim : 20130310202

Akan melaksanakan penelitian dengan judul **“Pengaruh Mendengarkan Al-Qur’an Surat Ar-Rahman dan Terjemahnya terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Siswi Kelas 1 MTs Muallima’at yang Mengalami Cemas Perpisahan”**. Penelitian ini tidak menimbulkan akibat yang merugikan bagi semua responden. Kerahasiaan semua responden akan dijaga dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila saudara menyetujui maka saya mohon kesediannya untuk menjawab semua pertanyaan yang saya berikan dan bersedia mengisi kuesioner.

Atas perhatian dan ketersediaan saudara sebagai responden, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

(Fatimah ishak)

LAMPIRAN II
LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama:

Usia:

Dengan ini menyatakan bersedia ikut berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang akan dilakukan oleh mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dengan judul **“Pengaruh Mendengarkan Al-Qur’an Surat Ar-Rahman dan Terjemahnya terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Siswi Kelas 1 MTs Muallima’at yang Mengalami Cemas Perpisahan”**.

Untuk itu saya menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian ini dengan suka rela tanpa adanya paksaan dan memeberikan jawaban yang sebenar-benarnya. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sejujur-jujurnya tanpa paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 2 Agustus 2016

Responden

()

LAMPIRAN III

Kisi-kisi PSQI

Komponen	No item	Penilaian	
		Jawaban	skor
Kualitas Tidur secara subyektif	9	Sangat baik	0
		Cukup baik	1
		Buruk	2
		Sangat buruk	3
Durasi Tidur (lamanya waktu tidur)	4	>7 jam	0
		6-7 jam	1
		5-6 jam	2
		<5 jam	3
Skor Latensi Tidur	2+5a	0	0
		1-2	1
		3-4	2
		5-6	3
Latensi Tidur (waktu yang diperlukan untuk memulai tidur)	2	≤ 15 menit	0
		16-30 menit	1
		31-60 menit	2
		>60 menit	3
Efisiensi tidur Rumus: $\frac{\text{jumlah lama tidur}}{\text{jumlah lamanya ditempat tidur}} \times 100$	1+3	>85 %	0
		75-84 %	1
		65-74 %	2
		<65 %	3
Gangguan tidur pada malam hari	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5j	0	0
		1-9	1
		10-18	2
		19-27	3
Disfungsi tidur siang hari	7+8	0	0
		1-2	1
		3-4	2
		5-6	3
Penggunaan obat tidur	6	0	0
		<1	1
		1-2	2
		>3	3

Sumber: Curcio *et al.* (2012)

LAMPIRAN IV
Kuesioner Penelitian

PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX (PSQI)

PETUNJUK

Pertanyaan berikut ini berkaitan dengan kebiasaan tidur yang biasa anda lakukan selama seminggu lalu. Jawaban dari anda akan mengindikasikan tanggapan yang paling akurat pada mayoritas sehari-hari atau malam-malam yang anda lalui seminggu lalu. Mohon anda menjawab semua pertanyaan.

A. Jawablah pertanyaan berikut ini pada titik-titik yang disediakan!

Selama sebulan yang lalu,

1. Kapan (jam berapa) biasanya anda tidur pada malam hari?
2. Berapa lama (dalam menit) anda perlukan untuk dapat tertidur tiap malam?
3. Kapan (jam berapa) biasanya anda bangun di pagi hari?
4. Berapa jam lama tidur anda yang sebenarnya tiap malam? (hal ini berbeda dengan jumlah jam yang anda habiskan ditempat tidur)

B. Berikan tanda (√) pada salah satu jawaban yang bapak/ibu anggap paling sesuai!

No	Pertanyaan	Tidak pernah	1x seminggu	2x seminggu	≥3x seminggu
5	Selama seminggu yang lalu, seberapa sering anda mengalami a. Tidak dapat				

	tidur dimalam hari dalam waktu 30 menit				
	b. Bangun tengah malam atau dini hari				
	c. Harus bangun dimalam hari untuk ke kamar mandi d. Tidak dapat bernapas dengan nyaman saat tidur dimalam hari				
	e. Batuk atau mendengkur keras saat tidur dimalam hari				
	f. Merasa keinginan atau menggigil demam saat tidur di malam hari				
	g. Merasa terlalu kepanasan saat tidur dimalam hari				
	h. Mengalami mimpi buruk saat tidur dimalam				

	hari				
	i. Merasa kesakitan saat tidur di malam hari (misal: kram, pegal, nyeri)				
	j. Hal lain yang membuat tidur anda terganggu di malam hari, tolong jelaskan: Berapa sering anda mengalami kesulitan tidur karena alasan tersebut?				
6	Selama seminggu yang lalu, seberapa sering anda mengonsumsi obat yang bisa menyebabkan rasa kantuk? (diresepkan oleh dokter atau obat bebas)				
7	Selama seminggu yang lalu, seberapa sering anda mengalami kesulitan untuk				

	tetap terjaga/segar/tidak merasa mengantuk ketika makan atau melakukan aktivitas lain?				
--	--	--	--	--	--

No	Pertanyaan	Tidak antusias	Kecil	Sedang	Besar
8	Seberapa antusias anda ingin menyelesaikan masalah yang anda hadapi				

No	Pertanyaan	Sangat baik	Baik	Kurang	Sangat kurang
9	Pre-intervensi: bagaimana kualitas tidur anda selama 1 bulan yang lalu				
	Post-intervensi: bagaimana kualitas tidur anda selama 1 minggu yang lalu				

LAMPIRAN V

Uji Normalitas

Explore

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Intervensi Pre	,192	35	,002	,945	35	,079
Intervensi Post	,163	35	,019	,953	35	,139
Kontrol Pre	,162	35	,021	,899	35	,004
Kontrol Post	,142	35	,072	,946	35	,083

a. Lilliefors Significance Correction

LAMPIRAN VI**PAIRED SAMPLE T-Test****Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Intervensi Pre	10,1429	35	2,47509	,41837
	Intervensi Post	9,6286	35	2,71256	,45851

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Intervensi Pre & Intervensi Post	35	,543	,001

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Intervensi Pre - Intervensi Post	,51429	2,48964	,42083	-,34094	1,36951	1,222	34	,230

LAMPIRAN VII

Descriptive-Test

Descriptive Statistics

	Mean	N	Std. Deviation
Kontrol Pre	9,1429	35	1,83340
Kontrol Post	8,7429	35	2,34324

NPar Tests

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kontrol Post - Kontrol Pre Negative Ranks	18 ^a	19,06	343,00
Positive Ranks	14 ^b	13,21	185,00
Ties	3 ^c		
Total	35		

- a. Kontrol Post < Kontrol Pre
- b. Kontrol Post > Kontrol Pre
- c. Kontrol Post = Kontrol Pre

Test Statistics^b

	Kontrol Post - Kontrol Pre
Z	-1,505 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	,132

- a. Based on positive ranks.
- b. Wilcoxon Signed Ranks Test

LAMPIRAN VIII

Mann-Whitney Test

Explore

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Perubahan	,130	70	,005	,975	70	,174

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptive-Test

Descriptive Statistics

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation
Perubahan	Kontrol	35	-,4000	1,89737
	Intervensi	35	-,5143	2,48964

NPar Tests

Mann-Whitney Test

Ranks

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Perubahan	Kontrol	35	35,73	1250,50
	Intervensi	35	35,27	1234,50
	Total	70		

Test Statistics^a

	Perubahan
Mann-Whitney U	604,500
Wilcoxon W	1234,500
Z	-,095
Asymp. Sig. (2-tailed)	,924

a. Grouping Variable: Kelompok

LAMPIRAN IX

Uji reliabilitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	24.6
	Excluded ^a	107	75.4
	Total	142	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.791	17

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
l1t1	15.89	52.281	.198	.790
l1t2	15.71	47.151	.617	.767
DT	14.71	52.445	.027	.808
ET	13.69	49.339	.252	.790
ggt1	15.17	43.852	.551	.765
ggt2	15.80	50.871	.270	.787
ggt3	15.91	47.963	.635	.769
ggt4	15.71	50.916	.218	.790

ggt5	15.40	46.247	.481	.772
ggt6	15.23	47.476	.356	.783
ggt7	15.80	48.282	.552	.772
ggt8	15.46	45.550	.548	.767
ggt9	14.71	43.916	.575	.763
POT	15.57	48.370	.408	.779
dsh1	14.31	45.634	.473	.773
dsh2	13.71	54.445	-.098	.806
KTS	15.03	47.970	.467	.775