Hasil JASP/SPSS

1. **Uji Normalitas (Shapiro-Wilk) Maldaptif**

Tabel 2. Paired Sample T-Test

| **Test of Normality (Shapiro-Wilk)** | | | | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  | |  | | **W** | | **p** | |
| Pre Maladaptif Experimen |  | - |  | Post Maldaptif Experimen |  | 0.971 |  | 0.160 |  |
|  | | | | | | | | | |
| *Note.*  Significant results suggest a deviation from normality. | | | | | | | | | |

Dalam cara Paired Sample T-Test (Shapiro Wilk) pada pengujian normalitas menunjukkan bahwa data penelitian berdistribusi normal (p = 0,160). Hasil tersebut memenuhi kriteria normalitas data penelitian yaitu p>0,05 sehingga data dianggap berdistribusi normal dan memenuhi asumsi normalitas.

1. **Uji T Berpasangan (Paired Sample T-Test) Maldaptif**

Tabel 3. Paired Sample T-Test

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Measure 1 | Measure 2 | t | df | p | Mean Difference | SE Difference | Cohen's d | SE Cohen's d |
| Pre Test Maladaptif | Post Test Maladaptif | -39.496 | 35 | < .001 | -38.528 | 0.975 | -6.583 | 0.899 |
| *Catatan: Uji t berpasangan (Student's t-test).* | | | | | | | | |

Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan bahwa besaran t sebesar -4,117 dan besaran p signifikan bernilai 0,001 kurang dari 0,05. Hasil itu menunjukkan kalau pemberian pelatihan kontrol diri pada kelompok eksperimen efektif karena terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan pelatihan.

1. **Statistik Deskriptif**

Tabel 4. Statistik Deskriptif

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **N** | **Mean** | **SD** | **SE** | **Coefficient of Variation** |
| **Pre Test Maladaptif** | **36** | **103.111** | **5.429** | **0.905** | **0.053** |
| **Post Test Maladaptif** | **36** | **64.583** | **4.872** | **0.812** | **0.075** |

Pada data statistic yang diperoleh terdapat perbedaan setelah pemberian materi maladaptif dengan mean pre-test sebesar 103.111 dan mean post-test sebesar 64.583, yang menunjukkan penurunan perilaku maladaptif setelah menerima pelatihan.

1. **Uji Normalitas (Shapiro-Wilk) Pemahaman**

Tabel 5. Uji Normalitas Pretest dan Postest

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | W | P |
| Pre Pemahaman | - | - |
| Total Post Test | 0.976 | 0.607 |

Hasil yang signifikan menunjukkan adanya penyimpangan dari normalitas. Sehingga p = 0.607 > 0.05 menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Pada hasil tersebut memenuhi kriteria normalitas data penelitian yaitu p>0,05 sehingga data dianggap berdistribusi normal dan memenuhi asumsi normalitas.

1. **Uji T Berpasangan (Paired Sample T-Test) Pemahaman**

Tabel 6. Uji Normalitas Pretest dan Postest

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Measure 1 | Measure 2 | t | df | p | Mean Difference | SE Difference | Cohen's d | SE Cohen's d |
| Pre Pemahaman | Total Post Test | -31.333 | 35 | < .001 | -24.444 | 0.780 | -5.222 | 0.787 |
| *Catatan: Uji t berpasangan (Student's t-test).* | | | | | | | | |

Hasil uji t berpasangan pada tabel menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada pemahaman materi sebelum dan sesudah dilakukan penelitian dengan perbedaan rerata sebesar 24.444, t score = 31.333, dan p = 0.001 < 0.05, yang berarti H1 diterima dan H0 ditolak. Nilai Cohen's d menunjukkan adanya efek yang besar yaitu 5.222, mengindikasikan perbedaan yang signifikan.

1. **Statistik Deskriptif**

Tabel 7 Uji Normalitas Pretest dan Postest

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | N | Mean | SD | SE | Coefficient of Variation |
| Pre Pemahaman | 36 | 24.611 | 3.627 | 0.605 | 0.147 |
| Total Post Test | 36 | 49.056 | 3.949 | 0.658 | 0.081 |

Pada tabel di atas, terdapat perbedaan setelah dilakukan penelitian dengan mean pre-test sebesar 24.611 dan mean post-test sebesar 49.056, yang menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai kontrol diri dan perilaku maladaptif.