

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Profil Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 1 Baleendah

Berdasarkan hasil wawancara bersama pak Anwar selaku wakasek humas, penulis mendapatkan informasi mengenai sejarah sekolah SMAN 1 Baleendah. Pada awalnya, sekolah ini bernama SMPPN (Sekolah Menengah Pembangunan Persiapan Negeri) 37 Bandung melalui Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI nomor: 0274/O/1975 pada tahun 1975. Sekolah ini terletak di Bandung selatan, sekitar 11 km ke arah selatan dari pusat kota Bandung atau sekitar 1,5 km dari Tugu Pahlawan Nasional Mohamad Toha (Pahlawan Nasional dari Bandung Selatan).

Namun, di tahun 1985 sekolah yang awalnya diberi nama SMPPN (Sekolah Menengah Pembangunan Persiapan Negeri) 37 Bandung ini berganti nama menjadi Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) Baleendah, hal ini berdasarkan Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI nomor: 0353/O/1985. Saat ini, SMA Negeri 1 Baleendah berlokasi di Jl. RAA Wiranatakusumah nomor 30, Baleendah, Kabupaten Bandung, dengan kode pos 40375. Kontak yang tersedia adalah telepon (022) 5940283, faksimili (022) 5940720, e-mail sman1be@sman1baleendah.sch.id, dan situs web www.sman1baleendah.sch.id. Sekolah ini berlokasi di tempat yang cukup strategis, dimana di sekitar lingkungannya terdapat beberapa sekolah lain seperti di antaranya SMA Karya Pembangunan, SMPN 1 Baleendah dan Universitas Bale Bandung sehingga dapat dijangkau oleh semua pihak masyarakat.

Pada tahun 2007, berdasarkan Surat Keputusan Dirjen Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah Departemen Pendidikan Nasional nomor: 697/C4/MN/2007, tanggal 18 Juli 2007, SMA Negeri 1 Baleendah menjadi satu-satunya SMA di

Kabupaten Bandung yang dipercayai untuk mengembangkan program rintisan Sekolah Bertaraf Internasional (R-SMA-BI).

Sejak didirikan, SMA Negeri 1 Baleendah telah merintis, mendirikan, dan membina beberapa sekolah baru yang kemudian menjadi sekolah negeri mandiri. Sekolah-sekolah yang pendiriannya dirintis oleh SMA Negeri 1 Baleendah antara lain; SMA Negeri Buah Batu (tahun 1980 – 1981) yang kemudian menjadi SMA Negeri 25 Kota Bandung, SMA Negeri Banjaran (tahun 1985 – 1986), SMA Negeri Ciparay (tahun 1986 – 1987), SMA Negeri Dayeuhkolot (tahun 2004 – 2007) dan SMA Negeri Bojongsoang (tahun 2004 – 2007).

Setelah beroperasi selama kurang lebih 49 tahun, sejak didirikan pada tahun 1975 hingga sekarang tahun 2024, SMA Negeri 1 Baleendah telah mengalami beberapa pergantian kepemimpinan. Adapun periode-periode kepemimpinan tersebut adalah; pada periode pertama dipimpin oleh Drs. Amaruloh (1975 – 1976), periode kedua dipimpin oleh Drs. Sap'an Sumarja Putra (1976 – 1984), periode ketiga dipimpin oleh Drs. Husnu Wangsaatmadja (1984 – 1986), periode keempat dipimpin oleh Drs. Rukawi Fachruddin (1986 – 1988), periode kelima dipimpin oleh Rd. Saleh, BA (1988 – 1991), periode keenam dipimpin oleh Drs. M.U. Gurbadi (1991 – 1994), periode ketujuh dipimpin oleh Drs. H. Sobir Komara (1994 – 1999), periode kedelapan dipimpin oleh Dra. Hj. Ratna Ratmanah (1999 – 2002), periode kesembilan dipimpin oleh Dr. H. Dadi Permadi, M.Ed (April – Juli 2002), periode kesepuluh dipimpin oleh Drs. H.E. Shohib Al Kosim, M.M.Pd. (2002 – 2005), periode kesebelas dipimpin oleh Drs. H. Tjahra Sumpena, M.M.Pd. (2005 – 2009), periode kedua belas dipimpin oleh Drs. H. Aa Sudaya, M.Pd (2009 – 2016), periode ketiga belas dipimpin oleh Drs. H. Alan Suherlan, M.Pd. (2016 – 2018), periode keempat belas dipimpin oleh Drs. Dayat Hidayat, M.M.Pd (2018 – 2020) dan terakhir periode kelima belas saat ini dipimpin oleh H.Dudi Rohdiana, S.Pd.M.M (2024).

2. Visi Misi SMA Negeri 1 Baleendah

a. Visi SMA Negeri 1 Baleendah

Bersih, berbudaya, bersaing, berwawasan global berlandaskan akhlaul karimah.

b. Misi SMA Negeri 1 Baleendah

1. Meningkatkan dan memelihara kebersihan, keindahan, kenyamanan, kesehatan, kerindangan dan kekeluargaan, melalui pendidikan dan latihan karakter.
2. Penanaman nilai-nilai luhur budaya daerah dan nasional, pembinaan karakter, dan budi pekerti bangsa melalui revitalisasi budaya sunda dan implementasinya dalam pendidikan
3. Mengembangkan Standar Nasional Pendidikan (SNP), yang mempunyai keunggulan tertentu dalam bidang pendidikan sehingga memiliki daya saing di forum nasional.
4. Meningkatkan prestasi akademik dan non akademik melalui kegiatan peningkatan mutu pembelajaran, relevansi dan daya saing pendidikan.
5. Meningkatkan kreativitas peserta didik melalui kegiatan pengembangan potensi diri.
6. Meningkatkan keterampilan dan Apresiasi peserta didik di bidang Ilmu Pengetahuan, Teknologi, Sosial, Budaya dan Seni melalui “Constructivism Learning” dan interaksi global.
7. Meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani melalui bimbingan dan kegiatan olah raga dan keagamaan.
8. Meningkatkan jiwa kewirausahaan melalui Pembinaan Kewirausahaan dan Kegiatan Pengembangan Wawasan Khusus.
9. Meningkatkan dan mengembangkan efisiensi pembelajaran baik secara lokal, nasional, dan Internasional.
10. Meningkatkan layanan informasi pendidikan berbasis Teknologi Informasi dan Komunikasi.

11. Meningkatkan kecerdasan, kreativitas, keterampilan, produktivitas, dan kemandirian siswa berdasarkan keimanan dan ketaqwaan melalui peningkatan mutu, relevansi dan daya saing pendidikan.
12. Menumbuh kembangkan keimanan, ketaqwaan, kecerdasan, melalui bimbingan dan kegiatan keagamaan, serta pembinaan karakter.

3. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berikut ini adalah data responden yang terbagi berdasarkan jenis kelamin dari total 83 responden:

Tabel 4. 1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Frekuensi | Presentase |
|---------------|-----------|------------|
| Laki-laki | 25 orang | 30% |
| Perempuan | 58 orang | 70% |
| Total | 83 orang | 100% |

Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa dari total 83 responden dalam penelitian ini, terdapat 25 orang atau 30% adalah responden laki-laki, sementara 58 orang atau 70% adalah responden perempuan. Dapat disimpulkan bahwa responden perempuan mendominasi dalam penelitian ini.

4. Gambaran Responden Berdasarkan Usia

Dalam penelitian ini, kategori usia responden berada dalam rentang usia 16-17 tahun, yang merupakan usia remaja pertengahan. Berikut adalah

Tabel 4. 2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia

persentase
responden

berdasarkan usia:

| Usia | Frekuensi | Presentase |
|----------|-----------|------------|
| 16 Tahun | 51 orang | 61% |
| 17 Tahun | 32 orang | 39% |

| | | |
|-------|----------|------|
| Total | 83 orang | 100% |
|-------|----------|------|

Dari tabel 4.1 dapat diketahui bahwa jumlah siswa di SMA Negeri 1 Baleendah yang menjadi responden dalam penelitian ini adalah sebanyak 83 orang. Dari jumlah tersebut, distribusi usia adalah di sekolah tersebut yaitu 51 orang atau 61% berusia 16 tahun, dan 32 orang atau 39% berusia 17 tahun.

B. Deskripsi Data Variabel

Statistik deskriptif digunakan untuk mengevaluasi data dengan menggambarkan atau mengilustrasikan data yang telah dikumpulkan sebagaimana adanya, tanpa tujuan membuat kesimpulan umum. Analisis data deskriptif ini bertujuan memberikan gambaran tentang nilai minimum (Min), maksimum (Max), rata-rata (Mean), dan standar deviasi dari masing-masing variabel, yaitu variabel *Qana'ah* (X) dan variabel Gaya Hidup (Y). Hasil uji deskriptif penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

1. Deskripsi Data Variabel *Qana'ah*

Tabel 4. 3 Hasil Uji Deskriptif Variabel *Qana'ah*

| Statistics | | |
|----------------|---------|---------|
| QANA AH | | |
| N | Valid | 83 |
| | Missing | 0 |
| Mean | | 72.8313 |
| Median | | 72.0000 |
| Std. Deviation | | 7.31824 |
| Variance | | 53.557 |
| Range | | 36.00 |
| Minimum | | 52.00 |
| Maximum | | 88.00 |

Deskripsi tersebut menggambarkan data mengenai variabel *Qana'ah* (x), yang termasuk di dalamnya adalah:

- Tabel statistik tersebut menunjukkan bahwa jumlah data valid (N) adalah 83 responden, dan tidak ada data yang hilang, ditandai dengan kata "missing".
- Data tersebut mengindikasikan bahwa rata-rata (*mean*) dari semua jawaban responden adalah 72.8313.
- Standar deviasi yang tercantum dalam tabel adalah 7.31824, menunjukkan bahwa jika nilai standar deviasi lebih kecil dari nilai rata-rata (*mean*), dapat disimpulkan variasi data yang terjadi rendah, dan penyebaran nilai cenderung merata.
- Rentang atau selisih antara nilai minimum dan maksimum adalah 36.
- Nilai minimum dari variabel x adalah 52, sementara nilai maksimumnya adalah 88.

Dari data tersebut, akan diperoleh informasi mengenai kategori variabel *Qana'ah* menggunakan rumus sebagai berikut:

Tabel 4. 4 Rumus Kategori Variabel *Qana'ah*

| Kategori | Rumus | Perhitungan | Hasil Kriteria |
|----------|---|---|---------------------|
| Rendah | $X < (\text{Mean}-\text{ISD})$ | $X < (72,8313-7,31824)$ | $X < 65,51$ |
| Sedang | $(\text{Mean}-\text{ISD}) < X < (\text{Mean}+\text{ISD})$ | $(72,8313-7,31824) < X < (72,8313+7,31824)$ | $65,51 < X < 80,14$ |
| Tinggi | $X > \text{Mean}+\text{ISD}$ | $X > (72,8313+7,31824)$ | $X > 80,14$ |

Pembagian kategori dilakukan dengan tujuan untuk mengungkapkan jawaban terhadap rumusan masalah dan hipotesis yang diajukan, sehingga dapat mencapai tujuan dari penelitian. Untuk mendapatkan pembagian kategori tersebut, digunakan program SPSS 26.0.

Tabel 4. 5 Kategori Tingkat *Qana'ah*

| |
|--------------------------------|
| Kategori <i>Qana'ah</i> |
|--------------------------------|

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Rendah | 7 | 8.4 | 8.4 | 8.4 |
| | Sedang | 61 | 73.5 | 73.5 | 81.9 |
| | Tinggi | 15 | 18.1 | 18.1 | 100.0 |
| | Total | 83 | 100.0 | 100.0 | |

Dari tabel tersebut menunjukkan bahwa jumlah siswa yang menunjukkan perilaku *Qana'ah* dalam kategori rendah, mencapai tujuh siswa dengan persentase sebesar 8,4%, sementara 61 siswa masuk dalam kategori sedang, mencapai persentase sebesar 73,5%, dan 15 siswa termasuk dalam kategori tinggi, dengan persentase sebesar 18,1%. Dengan rata-rata yang diperoleh sebesar 72,8, berada dalam interval $65,51 < X < 80,14$ menandakan bahwa kategori *qana'ah* yang dimiliki oleh siswa kelas 11 SMA Negeri 1 Baleendah berada pada tingkat sedang.

2. Deskripsi Data Variabel Gaya Hidup

Tabel 4. 6 Hasil Uji Deskriptif Variabel Gaya Hidup

| Statistics | | |
|----------------|---------|---------|
| GAYA_HIDUP | | |
| N | Valid | 83 |
| | Missing | 0 |
| Mean | | 63.0120 |
| Median | | 61.0000 |
| Std. Deviation | | 6.81550 |
| Variance | | 46.451 |
| Range | | 33.00 |
| Minimum | | 50.00 |
| Maximum | | 83.00 |

Deskripsi tersebut menggambarkan data mengenai variabel gaya hidup (y), yang termasuk di dalamnya adalah:

- a. Tabel statistik tersebut menunjukkan bahwa jumlah data valid (N) adalah 83 responden, dan tidak ada data yang hilang, ditandai dengan kata "missing".
- b. Data tersebut mengindikasikan bahwa rata-rata (mean) dari semua jawaban responden adalah 63.0120.
- c. Standar deviasi yang tercantum dalam tabel adalah 6.81550, menunjukkan bahwa jika nilai standar deviasi lebih kecil dari nilai rata-rata (mean), dapat disimpulkan variasi data yang terjadi rendah, dan penyebaran nilai cenderung merata.
- d. Rentang atau selisih antara nilai minimum dan maksimum adalah 33.
- e. Nilai minimum dari variabel x adalah 50, sementara nilai maksimumnya adalah 83.

Dari data tersebut, akan diperoleh informasi mengenai kategori variabel gaya hidup menggunakan rumus sebagai berikut:

Tabel 4. 7 Rumus Kategori Variabel Gaya Hidup

| Kategori | Rumus | Perhitungan | Hasil Kriteria |
|----------|---|---|---------------------|
| Rendah | $X < (\text{Mean}-\text{ISD})$ | $X < (63.0120 - 6.81550)$ | $X < 56,19$ |
| Sedang | $(\text{Mean}-\text{ISD}) < X < (\text{Mean}+\text{ISD})$ | $(63.0120 - 6.81550) < X < (63.0120 + 6.81550)$ | $56,19 < X < 69,82$ |
| Tinggi | $X > \text{Mean}+\text{ISD}$ | $X > (63.0120 + 6.81550)$ | $X > 69,82$ |

Pembagian kategori dilakukan dengan tujuan untuk mengungkapkan jawaban terhadap rumusan masalah dan hipotesis yang diajukan, sehingga dapat mencapai tujuan dari penelitian. Untuk mendapatkan pembagian kategori tersebut, digunakan program SPSS 26.0.

Tabel 4. 8 Kategori Tingkat Gaya Hidup

| |
|----------------------------|
| Kategori Gaya Hidup |
|----------------------------|

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Rendah | 11 | 13.3 | 13.3 | 13.3 |
| | Sedang | 51 | 61.4 | 61.4 | 74.7 |
| | Tinggi | 21 | 25.3 | 25.3 | 100.0 |
| | Total | 83 | 100.0 | 100.0 | |

Dari tabel tersebut menunjukkan bahwa jumlah siswa yang menunjukkan perilaku Gaya Hidup berada dalam kategori rendah, mencapai 11 siswa dengan persentase sebesar 13,3%., sementara 51 siswa masuk dalam kategori sedang, mencapai persentase sebesar 61,4%, dan 21 siswa termasuk dalam kategori tinggi, dengan persentase sebesar 25,3%. Dengan rata-rata yang diperoleh sebesar 63,01, berada dalam interval $56,19 < X < 69,82$, menandakan bahwa kategori Gaya Hidup yang dimiliki oleh siswa SMA Negeri 1 Baleendah berada pada tingkat sedang, tidak terlalu rendah maupun tinggi.

C. Pengujian Hipotesis Penelitian

1) Uji Validitas

Uji validitas adalah teknik untuk menilai seberapa baik instrumen penelitian dapat secara tepat dan akurat mengukur data yang dikumpulkan dari responden untuk penelitian. Ketika suatu alat ukur atau alat penelitian dapat secara akurat menjalankan fungsi pengukurannya, maka dianggap memiliki tingkat validitas yang tinggi (Saifuddin, 1997, hal. 92).

Uji validitas dalam penelitian ini dievaluasi setelah skoring dilakukan pada hasil jawaban yang diisi oleh siswa kelas 11 SMA Negeri 1 Baleendah. Selanjutnya, data penelitian akan diproses menggunakan alat bantuan SPSS (*Statistics Package for Social Science*) versi 26.

Peneliti mempergunakan batasan untuk menilai apakah item yang diuji valid atau tidak dengan membandingkan hasil rhitung dan rtabel. Langkah selanjutnya untuk memperkuat signifikansi adalah dengan menggunakan

perbandingan nilai r hitung dan rtabel sebagai dasar pengambilan keputusan dalam uji validasi.

a. Jika nilai r hitung $>$ r tabel dan nilai sig $<$ 0,05, kuesioner dinyatakan valid.

b. Jika nilai r hitung $<$ r tabel dan sig $>$ 0,05, kuesioner dinyatakan tidak valid.

Untuk menguji validitas, langkah pertama adalah memasukkan seluruh data penelitian ke dalam *Microsoft Excel*, kemudian menyiapkan program aplikasi SPSS versi 26.0. Selanjutnya, variabel ditetapkan dan data penelitian dimasukkan ke dalam tampilan data. Setelah itu, data statistik diolah menggunakan fitur *analyze -correlate – bivariate* kemudian disimpan sebagai output. Setelah dilakukan pengolahan, hasil uji validitas instrumen menunjukkan hal berikut:

Tabel 4. 9 Hasil Uji Validitas Variabel Qana’ah

| Item | Rtabel | Rhitung | Sig | Keterangan |
|------|--------|---------|-------|------------|
| 1 | 0,220 | 0,514 | 0,000 | Valid |
| 2 | 0,220 | 0,411 | 0,000 | Valid |
| 3 | 0,220 | 0,458 | 0,000 | Valid |
| 4 | 0,220 | 0,434 | 0,004 | Valid |
| 5 | 0,220 | 0,488 | 0,000 | Valid |
| 6 | 0,220 | 0,389 | 0,001 | Valid |
| 7 | 0,220 | 0,483 | 0,000 | Valid |
| 8 | 0,220 | 0,392 | 0,001 | Valid |
| 9 | 0,220 | 0,329 | 0,000 | Valid |
| 10 | 0,220 | 0,521 | 0,000 | Valid |
| 11 | 0,220 | 0,330 | 0,000 | Valid |
| 12 | 0,220 | 0,564 | 0,003 | Valid |
| 13 | 0,220 | 0,693 | 0,000 | Valid |

| | | | | |
|----|-------|-------|-------|-------|
| 14 | 0,220 | 0,506 | 0,000 | Valid |
| 15 | 0,220 | 0,506 | 0,000 | Valid |
| 16 | 0,220 | 0,251 | 0,004 | Valid |
| 17 | 0,220 | 0,550 | 0,000 | Valid |
| 18 | 0,220 | 0,465 | 0,000 | Valid |
| 19 | 0,220 | 0,390 | 0,001 | Valid |
| 20 | 0,220 | 0,295 | 0,003 | Valid |
| 21 | 0,220 | 0,266 | 0,002 | Valid |
| 22 | 0,220 | 0,257 | 0,000 | Valid |

Berdasarkan tabel 4.9 hasil uji instrument *Qana'ah* (X) dengan jumlah item sebanyak 22 yang menggunakan sampel 83 responden menunjukkan hasil yang valid. Karena berdasarkan hasilnya nilai rhitung lebih besar dari rtabel dengan tingkat signiftikasi 0,05 (5%) adalah 0,220. Dengan demikian, berdasarkan kriteria pengujian validitas, semua instrumen yang terkait dengan variabel *Qana'ah* (X) dapat dianggap valid untuk digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 4. 10 Hasil Uji Validitas Variabel Gaya Hidup

| Item | Rtabel | Rhitung | Sig | Keterangan |
|------|--------|---------|-------|------------|
| 1 | 0,220 | 0,517 | 0,000 | Valid |
| 2 | 0,220 | 0,359 | 0,002 | Valid |
| 3 | 0,220 | 0,402 | 0,001 | Valid |
| 4 | 0,220 | 0,400 | 0,001 | Valid |
| 5 | 0,220 | 0,600 | 0,000 | Valid |
| 6 | 0,220 | 0,446 | 0,000 | Valid |
| 7 | 0,220 | 0,411 | 0,000 | Valid |
| 8 | 0,220 | 0,282 | 0,001 | Valid |

| | | | | |
|----|-------|-------|-------|-------|
| 9 | 0,220 | 0,494 | 0,000 | Valid |
| 10 | 0,220 | 0,455 | 0,000 | Valid |
| 11 | 0,220 | 0,597 | 0,000 | Valid |
| 12 | 0,220 | 0,462 | 0,000 | Valid |
| 13 | 0,220 | 0,367 | 0,002 | Valid |
| 14 | 0,220 | 0,306 | 0,000 | Valid |
| 15 | 0,220 | 0,427 | 0,000 | Valid |
| 16 | 0,220 | 0,431 | 0,000 | Valid |
| 17 | 0,220 | 0,552 | 0,000 | Valid |
| 18 | 0,220 | 0,484 | 0,000 | Valid |
| 19 | 0,220 | 0,362 | 0,002 | Valid |
| 20 | 0,220 | 0,327 | 0,005 | Valid |

Berdasarkan tabel 4.10 hasil uji instrumen Gaya Hidup dengan jumlah item sebanyak 20 yang menggunakan sampel 83 responden menunjukkan hasil yang valid. Karena berdasarkan hasilnya nilai r hitung lebih besar dari rtabel dengan tingkat signifikansi 0,05 (5%) adalah 0,220. Dengan demikian, berdasarkan kriteria pengujian validitas, semua instrumen yang terkait dengan variabel Gaya Hidup (Y) dapat dianggap valid untuk digunakan dalam penelitian ini.

2) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah prosedur yang digunakan untuk mengevaluasi tingkat kepercayaan hasil pengukuran. Hal tersebut dilakukan dengan menguji stabilitas dan konsistensi instrument penelitian dari waktu ke waktu ketika instrument tersebut digunakan secara berulang pada subjek yang sama (Saifuddin, 1997: 94).

Untuk mengevaluasi keandalan suatu instrument, digunakan alat bantuan SPSS (Statistics Package for Social Science) versi 26.0 dengan uji reliabilitas Alpha Cronbach dengan dasar sebagai berikut.

1. Jika nilai Alpha Cronbach $>$ r kritis 0,60 maka kuesioner tersebut dinyatakan reliabel.
2. Jika nilai Alpha Cronbach $<$ r kritis 0,60 maka kuesioner tersebut dinyatakan tidak reliabel.

Tabel 4. 11 Hasil Uji Relibialitas Variabel *Qana'ah*

| Reliability Statistics | |
|-------------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| .747 | 22 |

Pada tabel 4.11 dapat dilihat variabel *Qana'ah* (X) memiliki nilai koefisien reliabilitas (Cronbach's Alpha) sebesar 0,747 lebih besar dari 0,06 sehingga dapat disimpulkan bahwa angket yang digunakan dapat mengukur variabel tersebut dan dinyatakan reliabel dimana mampu menghasilkan jawaban-jawaban yang konsisten.

Tabel 4. 12 Hasil Uji Relibialitas Variabel Gaya Hidup

| Reliability Statistics | |
|-------------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| .754 | 20 |

Pada tabel 4.12 dapat dilihat variabel Gaya Hidup (Y) memiliki nilai koefisien reliabilitas (Cronbach's Alpha) sebesar 0,754 lebih besar dari 0,06 sehingga dapat disimpulkan bahwa angket yang digunakan dapat mengukur variabel tersebut dan dinyatakan reliabel dimana mampu menghasilkan jawaban-jawaban yang konsisten.

3) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dalam penelitian dengan maksud untuk menentukan apakah variabel yang digunakan memiliki distribusi normal atau tidak. Jika distribusi data bersifat normal, maka penelitian tersebut dapat dikategorikan sebagai normal. Uji ini dilakukan menggunakan program SPSS versi 26. dengan metode Kolmogorov-Smirnov Test. Jika nilai Asymp. Sig. lebih besar dari 0,05, maka data dianggap normal. Sebaliknya, jika nilai Asymp. Sig. kurang dari 0,05, maka data dianggap tidak normal. Berikut adalah hasilnya.

Tabel 4. 13 Hasil Uji Normalitas

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | |
|--|----------------|-------------------------|
| | | Unstandardized Residual |
| N | | 83 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | .0000000 |
| | Std. Deviation | 6.9742390 |
| | | 6 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .086 |
| | Positive | .086 |
| | Negative | -.061 |
| Test Statistic | | .086 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 ^{c,d} |
| a. Test distribution is Normal. | | |
| b. Calculated from data. | | |
| c. Lilliefors Significance Correction. | | |
| d. This is a lower bound of the true significance. | | |

Dari hasil perhitungan menggunakan program SPSS versi 26 dengan sampel penelitian yang terdiri dari 83 responden, distribusi data dinyatakan normal karena nilai Asymp. Sig lebih besar dari 0,05, yakni $0,200 > 0,05$. Dengan demikian, data dari variabel *Qana'ah* (X) dan variabel Gaya Hidup (Y) yang digunakan telah memenuhi persyaratan uji normalitas.

4) Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk menentukan apakah ada hubungan yang signifikan antara dua variabel, uji linearitas digunakan. Selanjutnya, fungsi variabel independen (x) dalam kaitannya dengan variabel terikat (y) juga diungkapkan oleh uji ini. Hasil uji linearitas dikatakan linear nilai sig. *Deviation from Linearity* > 0,05, maka terdapat hubungan linier antara kedua variabel. Namun, jika nilai sig. *Deviation from Linearity* < 0,05, maka tidak terdapat hubungan linier antara kedua variabel. Uji linearitas dilakukan menggunakan program SPSS versi 26, berikut hasilnya:

Tabel 4. 14 Hasil Uji Linearitas

| ANOVA Table | | | Sum of Squares | Df | Mean Square | F | Sig. |
|---------------------|----------------|--------------------------|----------------|----|-------------|-------|------|
| gaya hidup * qanaah | Between Groups | (Combined) | 1405.691 | 28 | 50.203 | 1.047 | .438 |
| | | Linearity | 14.946 | 1 | 14.946 | .312 | .580 |
| | | Deviation from Linearity | 1390.745 | 27 | 51.509 | 1.074 | .409 |
| | Within Groups | | 2014.056 | 42 | 47.954 | | |
| | Total | | 3419.746 | 82 | | | |

Dari tabel tersebut, terlihat bahwa nilai signifikansi (sig) *Deviation From Linearity* adalah 0,409, yang melebihi nilai sig. 0,05. Oleh karena itu, dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel *Qana'ah* (X) dan Gaya Hidup (Y) dalam penelitian ini.

5) Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi yang mengindikasikan angka untuk menilai seberapa besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen dalam bentuk persentase atau proporsi. Rentang nilai koefisien determinasi adalah antara 0 hingga 1. Ini menyiratkan bahwa jika nilai $r^2 = 0$, maka dapat diinterpretasikan bahwa tidak ada pengaruh antara variabel X dan variabel Y. Semakin mendekati angka satu, nilai r^2 menunjukkan pengaruh yang semakin kuat dari variabel X terhadap variabel Y. Sementara itu, jika adjusted r^2 semakin kecil dan mendekati nol, ini mengindikasikan bahwa pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen semakin minim. Berikut merupakan hasil analisis koefisien determinasi melalui SPSS 26:

Tabel 4. 15 Hasil Uji Koefisien Determinasi

| Model Summary^b | | | | |
|-----------------------------------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
| 1 | .720 ^a | .518 | .511 | 6.990 |
| a. Predictors: (Constant), qanaah | | | | |
| b. Dependent Variable: gaya hidup | | | | |

Dalam tabel tersebut, didapatkan nilai R Square (r^2) sebesar 0,518, yang setara dengan 51,8%. Ini bermakna bahwa pengaruh variabel independen (*Qana'ah*) terhadap variabel dependen (Gaya Hidup) adalah sebesar 51,8%, sedangkan sisanya, yaitu 48,2%, dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

6) Uji Regresi Linear Sederhana

Tujuan dari analisis regresi linear sederhana adalah untuk mengukur hubungan fungsional di antara dua variabel, yaitu variabel independen (X) dan

variabel dependen (Y). Berikut merupakan hasil analisis regresi linier melalui SPSS 26:

Tabel 4. 16 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

| ANOVA ^a | | | | | | |
|-----------------------------------|------------|----------------|----|-------------|--------|-------------------|
| Model | | Sum of Squares | Df | Mean Square | F | Sig. |
| 1 | Regression | 3574.210 | 1 | 3574.210 | 73.146 | .000 ^b |
| | Residual | 3322.776 | 81 | 48.864 | | |
| | Total | 6896.986 | 82 | | | |
| a. Dependent Variable: gaya hidup | | | | | | |
| b. Predictors: (Constant), qanaah | | | | | | |

Tabel tersebut menunjukkan apakah ada pengaruh yang signifikan dari variabel independen (*qana'ah*) terhadap variabel dependen (gaya hidup). Nilai F hitung yang diperoleh adalah 73,146, dengan tingkat signifikansi 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. Oleh karena itu, model regresi ini dapat digunakan untuk memprediksi variabel dengan signifikansi, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *Qana'ah* (X) terhadap variabel Gaya Hidup (Y).

D. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

1. Tingkat *Qana'ah* pada siswa kelas 11 SMA Negeri 1 Baleendah

Qana'ah merupakan contoh yang kuat dalam menghadapi kehidupan, mendorong individu untuk mengambil hidup dengan serius dan sungguh-sungguh dalam mencari rezeki. *Qana'ah* mengajarkan untuk tidak takut atau ragu, tetapi tetap mempertahankan keyakinan, bergantung kepada Tuhan dengan harapan bantuan-Nya, dan tidak merasa kesal jika ada hal-hal yang tidak sesuai dengan keinginan atau yang tidak dapat dicapai (Hamka, 2015).

Menurut Muhammad bin Ali At-Tirmidzi, *qana'ah* adalah kepuasan batin seseorang terhadap rezeki yang dimilikinya, merasa cukup dengan apa yang dimiliki, dan tidak menginginkan apa yang bukan miliknya. Dengan kata lain, seseorang yang memiliki sikap *qana'ah* tidak rakus dan selalu menerima dengan ikhlas segala sesuatu yang telah Allah SWT berikan (Fadhullah, 1995: 57). Berdasarkan pendapat tersebut, seseorang dapat dikatakan memiliki sikap *qana'ah* ketika ia menerima, mensyukuri, dan merasa cukup dengan rezeki yang Allah berikan tanpa mengurangi usaha dalam mendapatkannya. Dalam keadaan ini, individu menyadari bahwa apa yang dimilikinya adalah apa yang ia butuhkan, bukan sekadar apa yang diinginkan, karena Allah mengetahui kebutuhan hamba-Nya lebih dari keinginannya. Oleh karena itu, ia tidak menginginkan apa yang dimiliki orang lain, sehingga terhindar dari penyakit hati seperti iri dan dengki.

Berdasarkan hasil penelitian dari 83 responden siswa SMA Negeri 1 Baleendah, sebagian besar memiliki tingkat *qana'ah* yang beragam. Dalam kategori rendah, terdapat 6 orang (8,5%), sedangkan dalam kategori sedang, terdapat 54 orang (76,1%). Sementara itu, dalam kategori tinggi, terdapat 11 orang (15,5%). Berdasarkan metode pengukuran menggunakan aspek *qana'ah*, data tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar responden dalam

penelitian ini memiliki tingkat *qana'ah* yang sedang, sedangkan hanya sebagian kecil yang memiliki tingkat *qana'ah* rendah atau tinggi.

Di SMA Negeri 1 Baleendah , siswa sudah menjalankan sikap *qana'ah* terlihat pada hasil penelitian yang paling dominan berada pada tingkat sedang atau sebesar 37%. Sikap *qana'ah* di sekolah ini pun di dukung oleh visi sekolah yakni berwawasan global berlandaskan akhlaqul karimah, dan juga salah satu misi sekolah yaitu menumbuh kembangkan keimanan, ketaqwaan, kecerdasan, melalui bimbingan dan kegiatan keagamaan, serta pembinaan karakter. Melalui wawancara dengan wakasek humas dapat diketahui bahwa di SMA Negeri 1 Baleendah siswa dilatih untuk menerapkan kegiatan positif seperti melalui program membaca al-Qur'an dan mendengarkan murottal setiap hari sebelum kegiatan belajar dimulai, salat berjamaah di mesjid sekolah, mendengarkan ceramah tentang keagamaan , doa bersama, tausiyah, melafalkan asmaul husna bersama setiap pagi di hari Jum'at. Pembinaan karakter siswa sangat diperlukan guna memberikan arah dan membentuk cara pandang siswa terkait kehidupannya sehingga dalam situasi apapun siswa akan memiliki sikap *qana'ah*.

Hasil penelitian ini senada dengan pendapat Rusmin (2020: 48) yang menjelaskan bahwa: Pembentukan akhlak dipengaruhi oleh faktor internal, yakni sifat bawaan anak, dan faktor eksternal, seperti pendidikan dan pembinaan yang dirancang secara khusus. Pola pembinaan pada dasarnya diciptakan untuk membangun hubungan sehari-hari dengan anak-anak asuh. Pola ini disertai dengan tindakan dari lembaga atau pengasuh untuk membentuk karakter anak. Pola pembinaan adalah metode atau teknik yang digunakan oleh lembaga atau pengasuh dalam mendidik dan membimbing anak-anak asuh agar nantinya menjadi individu yang berguna.

Penelitian ini didukung oleh beberapa studi lain beserta teorinya. Responden dalam penelitian ini umumnya berada pada usia remaja pertengahan, yaitu 16 hingga 17 tahun, di mana mereka sedang dalam proses pencarian jati diri dan berusaha mempercayai nilai-nilai religius yang mereka anut. Hal ini relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Reiza Julitasari, penelitian yang dilakukan kepada 155 orang siswa SMA Plus Negeri 2 Banyuwangi III, menghasilkan 14,8% kategori tinggi, 69,7% kategori sedang dan 15,5% kategori rendah.

Pada dasarnya, qana'ah adalah sikap ridho dengan ketentuan Allah. Artinya, seseorang merasa cukup dan puas dengan apa yang Allah berikan sehingga membuatnya selalu mensyukuri nikmat yang ada. Dari hasil penelitian tersebut, peneliti bisa melihat bahwa karakteristik qana'ah telah termanifestasikan dalam berbagai aspek kehidupan responden.

2. Tingkat Gaya Hidup pada siswa Kelas 11 SMA Negeri 1 Baleendah

Berdasarkan hasil penelitian dari 83 responden siswa SMA Negeri 1 Baleendah, sebagian besar memiliki tingkat gaya hidup yang beragam. Dalam kategori rendah, terdapat 11 orang (13,3%), sedangkan dalam kategori sedang, terdapat 51 orang (61,4%). Sementara itu, dalam kategori tinggi, terdapat 21 orang (25,3%). Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Agnes Lestari Nurvitria yang meneliti mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling Angkatan 2013 FIP UNY dengan kategori tinggi sebanyak 5%, kategori sedang 76% dan kategori rendah 19%.

Dengan demikian, dari penelitian ini menunjukkan bahwa siswa kelas 11 SMA Negeri 1 Baleendah yang menjadi subjek penelitian cenderung melakukan gaya hidup pada kategori sedang. Artinya mereka terlibat dalam aktivitas yang cukup beragam dan seimbang. Ini bisa termasuk hobi, berbelanja dan kegiatan sosial. Mereka juga memiliki minat yang lebih luas dan beragam,

mereka mungkin tertarik pada mode, makanan, dan rekreasi, tetapi tidak terlalu terobsesi dengan hal-hal ini.

Kecenderungan sebagian besar siswa SMA Negeri 1 Baleendah yang memiliki tingkat gaya hidup dalam kategori sedang tidak terlepas dari fase perubahan yang sedang dialami dalam usianya sebagai remaja. Pada fase ini siswa SMA mengalami perubahan bukan saja dari segi fisik tapi juga dari segi emosi, sikap, minat dan peran, serta nilai yang pada akhirnya mendorong terhadap perubahan gaya hidup.

Remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Menurut Hurlock yang dikutip Ismalandari, dkk (2021: 52) menyatakan bahwa selama masa remaja, banyak perubahan terjadi, baik secara fisik maupun psikologis, seiring dengan tugas perkembangan yang harus diselesaikan oleh remaja. Perubahan ini dapat dipengaruhi oleh tren dan mode, sehingga pilihan konsumsi remaja sangat dipengaruhi oleh aktivitas yang mereka lakukan, lingkungan teman-teman mereka, dan penampilan generasi mereka saat ini.

Menurut Monks dalam Ismalandari, dkk (2021: 53) dalam mengemukakan bahwa remaja yang berusia sekitar 15-18 tahun memiliki karakteristik psikologis yang labil, mudah terpengaruh, bingung tentang identitas diri, dan mulai terlibat dalam lingkungan sosial yang lebih luas. Pada tahap ini, remaja mudah terpengaruh oleh pandangan-pandangan visual yang mereka lihat sehari-hari, yang kemudian diinternalisasi ke dalam pikiran mereka. Pandangan-pandangan visual ini sering kali mengarahkan pikiran remaja ke idealitas semu yang berfokus pada kesenangan semata, yaitu hedonisme.

Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa ahli diantaranya adalah menurut Sutisna gaya hidup adalah cara individu menghabiskan waktu (aktivitas), menganggap pentingnya hal-hal di lingkungannya (ketertarikan), dan pandangan mereka tentang diri sendiri dan dunia sekitarnya (pendapat). Menurut Ujang Sumarwan, gaya hidup adalah pola kehidupan yang dapat diukur lebih mudah daripada sikap. Gaya hidup mencakup bagaimana

seseorang menghabiskan waktu dan uang mereka. Konsep ini mengacu pada pola hidup seseorang yang tercermin dalam psikografinya, yang merupakan metode untuk mengukur gaya hidup dengan mengembangkan klasifikasi menggunakan dimensi *AIO*. *AIO* ini mencakup Aktivitas (pekerjaan, hobi, berbelanja, olahraga, kegiatan sosial), Ketertarikan (makanan, mode, keluarga, rekreasi), dan Pendapat (pemahaman tentang diri sendiri, isu-isu sosial, bisnis, produk).

Awalnya peneliti menduga bahwa gaya hidup pada siswa Kelas 11 SMAN 1 Baleendah adalah tinggi secara keseluruhan, karena fenomena yang terjadi pada observasi awal menunjukkan bahwa gaya hidup pada siswa Kelas 11 SMAN 1 Baleendah tergolong tinggi, akan tetapi setelah dilakukan penelitian ternyata diketahui bahwa gaya hidup pada siswa Kelas 11 SMAN 1 Baleendah tergolong sedang. Hal ini disebabkan karena pada observasi awal subjek yang diambil hanya sebagian kecil dari jumlah siswa. Sehingga hasil observasi awal yang didapat hanya gambaran gaya hidup dari sebagian kecil jumlah siswa.

3. Pengaruh *Qana'ah* terhadap Gaya Hidup Remaja pada Siswa Kelas 11 SMA Negeri 1 Baleendah

Untuk hasil uji dari sikap *qana'ah* apakah berpengaruh terhadap gaya hidup remaja pada siswa kelas 11 SMA Negeri 1 Baleendah yakni diuraikan sebagai berikut:

Uji normalitas yang berdasarkan tabel hasil uji normalitas yang telah diteliti, diketahui bahwa nilai signifikansi dari *qana'ah* dan gaya hidup adalah sebesar *Asymp. Sig* lebih besar dari 0,05, yakni $0,200 > 0,05$. Dengan demikian, data dari variabel *Qana'ah* (X) dan variabel Gaya Hidup (Y) yang digunakan telah memenuhi persyaratan uji normalitas.

Pada uji linearitas diketahui bahwa nilai signifikansi (*sig*) *Deviation From Linearity* adalah 0,409, yang melebihi nilai *sig*. 0,05. Oleh karena itu, dapat

dinyatakan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel *Qana'ah* (X) dan Gaya Hidup (Y) dalam penelitian ini.

Untuk uji regresi linier sederhana, diketahui bahwa nilai F hitung yang diperoleh adalah , dengan tingkat signifikansi 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. Oleh karena itu, model regresi ini dapat digunakan untuk memprediksi variabel dengan signifikansi, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *Qana'ah* (X) terhadap variabel Gaya Hidup (Y).

Pada uji koefisien determinasi juga menunjukkan bahwa *qana'ah* hanya memiliki kontribusi sebesar 51,8% pada subjek penelitian sedangkan 48,2% dipengaruhi oleh faktor lain, oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa *qana'ah* bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi gaya hidup remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pandangan sejumlah ahli, termasuk Kotler yang dikutip oleh Yuliyasinta dan Triana (2017:346). Mereka menyatakan bahwa "Gaya hidup dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup sikap, pengalaman dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, motif, serta persepsi. Sementara itu, faktor eksternal meliputi kelompok referensi, keluarga, kelas sosial, dan kebudayaan."

Selanjutnya Feist (2008) menjelaskan bahwa faktor lain yang mempengaruhi gaya hidup adalah "*It is the product of the interaction of heredity, environment, and a person's creative power*". Artinya: "bahwa gaya hidup merupakan produk atau hasil interaksi dari faktor keturunan, lingkungan dan kekuatan kreatif individu".

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa sikap *qana'ah* dengan gaya hidup memiliki hubungan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa apabila sikap *qana'ah* remaja tinggi, maka akan semakin rendah tingkat gaya hidup remaja, begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat sikap *qana'ah* remaja, maka semakin tinggi tingkat gaya hidup remaja. Pemahaman yang mendalam tentang *qana'ah* dapat mempengaruhi nilai dan prioritas hidup remaja. Remaja yang memahami *qana'ah* akan lebih menghargai kebahagiaan yang bersumber

dari spiritualitas dan hubungan sosial, daripada mengejar kebahagiaan yang bersifat materialistis. Hal ini dapat mengarahkan mereka untuk fokus pada hal-hal yang lebih esensial, seperti pendidikan, pengembangan diri, dan berbakti kepada orang tua, dibandingkan dengan mengejar popularitas atau status sosial.

