

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2016) metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka – angka dan analisis menggunakan statistik.

#### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2016) variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan judul penelitian, maka identifikasi variabel dari penelitian ini yaitu:

1. Variabel terikat (Y) : Stres pada penderita vaginismus
2. Variabel bebas 1 ( $X_1$ ) : *Meaning of Life*
3. Variabel bebas 2 ( $X_2$ ) : Regulasi emosi

## C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

### 1. Definisi Operasional Stres

Taylor (1995) mengemukakan bahwa stres adalah pengalaman emosional yang negatif yang disertai dengan perubahan biokimia, fisiologi, kognisi, dan perilaku yang dapat diprediksi dan diarahkan untuk mengubah peristiwa yang membuat stres atau mengakomodasi efeknya. Aspek – aspek stres yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Taylor (1995), yaitu:

- 1) Aspek fisiologis: meningkatnya tekanan darah, detak jantung, denyut nadi dan sistem pernapasan.
- 2) Aspek kognitif: terganggunya proses kognitif individu, seperti ketidakmampuan untuk berkonsentrasi dan pikiran berulang.
- 3) Aspek emosi: menyangkut perubahan emosi yang dialami individu seperti takut, cemas, malu dan marah.
- 4) Aspek tingkah laku: dibedakan menjadi *fight* yaitu melawan situasi yang menekan dan *flight* yaitu menghindari situasi yang menekan.

### 2. Definisi Operasional *Meaning of Life*

Frankl (dalam Bastaman, 2007) mendefinisikan *meaning of life* sebagai hal - hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Aspek – aspek

*meaning of life* yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Frankl (2014), yaitu:

1) *Creative values* (nilai kreatif).

Nilai kreatif menyangkut apa yang individu beri terhadap kehidupan melalui kreativitasnya. Nilai kreatif adalah nilai yang didapatkan melalui kontribusi individu dalam hidup dan dapat juga terdiri dari kontribusi yang dilakukan oleh individu yang membuat individu tersebut merasa menjadi bagian dari hidup yang bermakna. Nilai kreatif diwujudkan dalam bentuk aktivitas yang kreatif dan produktif, melalui berbagai kegiatan seperti berkarya, bekerja yang menghasilkan, potensi dapat tersalurkan, interaksi sosial serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik – baiknya dengan penuh tanggung jawab.

2) *Experiential values* (nilai pengalaman).

Nilai pengalaman menyangkut apa yang kita ambil dari dunia dalam pengalaman. Nilai – nilai pengalaman diungkapkan dengan mencoba untuk mengalami sesuatu dan bertemu seseorang serta merasakan dan menghayati situasi kehidupan.

3) *Attitudinal values* (nilai bersikap).

Nilai bersikap berkaitan dengan sikap yang dimiliki oleh individu untuk bertahan dalam suatu kondisi yang tidak dapat dihindari. Nilai bersikap diungkapkan melalui penyikapan terhadap apa yang terjadi seperti ikhlas dan tawakal, bagaimana menerima nasib, keberanian dalam

menahan penderitaan, optimis, serta dapat mengambil hikmah dari setiap peristiwa.

### **3. Definisi Operasional Regulasi Emosi**

Menurut Thompson (1994) regulasi emosi terdiri dari proses ekstrinsik dan intrinsik yang bertanggung jawab untuk memantau, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosional untuk mencapai tujuan tertentu. Aspek – aspek regulasi emosi yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Thompson (1994), yaitu:

1) *Emotions monitoring* (pemantauan emosi).

Kemampuan individu untuk mengetahui dan menamakan emosi yang muncul akibat adanya rangsangan, dengan cara menyadari dan memahami keseluruhan proses yang terjadi di dalam diri, perasaan, pikiran dan latar belakang tindakan.

2) *Emotions evaluating* (mengevaluasi emosi).

Kemampuan individu untuk menginterpretasikan emosi negatif sehingga individu tersebut mampu menyikapi emosi yang muncul dengan perilaku yang tepat. Menurut Thompson (1994) individu yang mampu menilai emosi yang dirasakan dan mengetahui akibat yang muncul dari emosi negatif mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perubahan perilaku.

3) *Emotions modification* (modifikasi emosi).

Kemampuan individu untuk mengubah emosi ke arah yang lebih baik dengan mengubah pengaruh negatif yang masuk menjadi suatu dorongan atau motivasi bagi individu untuk melakukan perubahan ke arah yang positif dan kemudian diterapkan dalam perilaku atas respon yang dipilihnya.

#### **D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel**

##### **1. Populasi**

Sugiyono (2016) mendefinisikan populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dari penelitian ini adalah penderita vaginismus dari seluruh wilayah Indonesia yang tergabung dalam komunitas “*support vaginismus, respect vaginismus*” yang berjumlah 508 orang.

##### **2. Sampel**

Menurut Sugiyono (2016) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Bila populasi besar dan penelitian tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya keterbatasan dana, tenaga dan waktu maka penelitian dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi

itu. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penderita vaginismus dengan rentang usia pernikahan 0-10 tahun yang berjumlah 100 orang.

### **3. Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik pengambilan sampel merupakan teknik yang digunakan untuk mengambil sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive random sampling*. Menurut Sugiono (2016) *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Subyek yang menderita vaginismus dengan rentang usia pernikahan 0-10 tahun berjumlah 216 orang. Peneliti selanjutnya menggunakan *random sampling* dan menetapkan sejumlah 100 orang untuk digunakan sebagai sampel. Penetapan jumlah sampel tersebut disesuaikan dengan kemampuan peneliti berdasarkan pertimbangan waktu.
- 2) Subyek bersedia untuk diteliti.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Kuesioner**

Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Nazir (2014) mengemukakan bahwa kuesioner adalah pertanyaan – pertanyaan yang disusun dan dikirimkan untuk memperoleh respon dari responden yang akan diteliti. Menurut Sugiyono (2016) kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan kepada responden untuk dijawab, dapat berupa pertanyaan terbuka atau tertutup yang diberikan secara langsung kepada responden atau dikirim melalui pos atau internet.

### **2. Skala**

Menurut Sugiyono (2016) skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian. Variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel, kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item – item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.

Skala *likert* dalam penelitian ini menggunakan empat pilihan jawaban dengan pertimbangan untuk menghilangkan pilihan jawaban yang aman bagi subyek,

seperti ragu – ragu, netral, dsb. Skor yang diberikan pada subyek tergantung pada jawaban yang telah dipilih, setiap item diberikan nilai 1 sampai 4.

**Tabel 3.1**

**Skor Skala *Likert* untuk Stres, *Meaning of Life* dan Regulasi Emosi**

Jawaban	Aitem <i>Favorable</i>	Aitem <i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Adapun skala yang dibuat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1) Skala stres.

Skala stres yang disusun dalam penelitian ini mengacu pada aspek – aspek yang dikemukakan oleh Taylor (1995), meliputi aspek fisiologis, aspek kognitif, aspek emosi dan tingkah laku. Keempat aspek tersebut merupakan dasar untuk menyusun skala stres yang terdiri dari 37 butir pernyataan. *Blue Print* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.2**

***Blue Print* Skala Stres**

Aspek	Indikator	No Aitem		Jumlah Aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Fisiologis	Meningkatnya tekanan darah	10, 19	5	3
	Meningkatnya detak	4, 6, 21, 28, 32	15	6

	jantung			
	Sistem pernapasan	16, 23, 31	-	3
Kognitif	Ketidakmampuan untuk berkonsentrasi	12, 29	25	3
	Pikiran berulang	17, 22, 24, 33	11	5
Emosi	Merasa takut	13	18	2
	Merasa cemas	2, 20, 27, 30	3, 7	6
	Merasa malu	8, 35		2
	Marah	14, 26, 36		3
Tingkah laku	<i>Fight and Flight</i>	1, 9, 34, 37		4
Jumlah				37

## 2) Skala *Meaning of Life*

Skala *meaning of life* yang disusun dalam penelitian ini mengacu pada aspek – aspek yang dikemukakan oleh Frankl (2014), meliputi *creative values*, *experiential values* dan *attitudinal values*. Ketiga aspek tersebut merupakan dasar untuk menyusun skala *meaning of life* yang terdiri dari 45 butir pernyataan. *Blue Print* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.3**

### *Blue Print Skala Meaning of Life*

Aspek	Indikator	No Aitem		Jumlah Aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Creative values</i> (nilai)	Menghasilkan karya yang bermanfaat untuk orang	1, 3, 14, 18, 24, 32	20, 37	8

kreatif)	lain			
	Melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik – baiknya dengan penuh tanggung jawab	2, 13, 15, 23, 27	22	6
<i>Experiential values</i> (nilai pengalaman)	Mencoba untuk mengalami hal – hal baru	4, 16	25, 33	4
	Menghayati kehidupan	5, 7, 26, 28, 30, 34, 38, 41, 45	6	10
<i>Attitudinal values</i> (nilai bersikap)	Menyikapi peristiwa yang terjadi	8, 9, 17, 21, 29, 39, 42	19, 35	9
	Keberanian menahan penderitaan	11, 36, 44	10	4
	Mengambil hikmah dari setiap peristiwa	12, 40, 43	31	4
Jumlah				45

### 3) Skala Regulasi Emosi

Skala regulasi emosi yang disusun dalam penelitian ini mengacu pada aspek – aspek yang dikemukakan oleh Thompson (1994), meliputi *emotions monitoring*, *emotions evaluation* dan *emotions modification*. Ketiga aspek tersebut merupakan dasar untuk menyusun skala regulasi emosi yang terdiri dari 35 butir pertanyaan. *Blue Print* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.4**

***Blue Print* Skala Regulasi Emosi**

Aspek	Uraian	No Aitem		Jumlah Aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Emotions</i>	Mampu mengetahui dan	1, 5, 8, 10, 15,	21	9

<i>monitoring</i> (pemantauan emosi)	menamakan emosi yang muncul akibat adanya rangsangan, dengan cara menyadari dan memahami keseluruhan proses yang terjadi di dalam diri, perasaan, pikiran dan latar belakang tindakan.	18, 19, 27		
<i>Emotions evaluation</i> (mengevaluasi emosi)	Mampu menilai emosi yang dirasakan dan mengetahui akibat yang muncul dari emosi negatif	28, 31, 33, 34	3	5
<i>Emotions modification</i> (modifikasi emosi)	Melakukan perubahan emosi dari hal yang bersifat negatif menjadi sebuah dorongan ke hal – hal yang bersifat positif	2, 4, 11, 12, 13, 14, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 29, 30, 32, 35	6, 7, 9, 17, 20	21
Jumlah				35

## 2. Daya Diskriminasi Aitem dan Reliabilitas

### a. Daya Diskriminasi Aitem

Menurut Azwar (1999) daya diskriminasi aitem adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur. Untuk skala sikap, aitem yang berdaya beda tinggi adalah aitem yang mampu membedakan mana subyek yang bersikap positif dan mana subyek yang bersifat negatif.

Indeks daya diskriminasi aitem merupakan pula indikator keselarasan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan yang dikenal dengan istilah konsistensi aitem-total. Prinsip kerja yang dijadikan dasar

untuk melakukan seleksi aitem dalam hal ini adalah memilih aitem yang fungsi ukurnya selaras atau sesuai dengan fungsi ukur skala sebagaimana dikehendaki oleh penyusunnya. Dengan kata lain, dasarnya adalah memilih aitem yang mengukur hal yang sama dengan apa yang diukur oleh skala sebagai keseluruhan.

Menurut Azwar (1999) kriteria pemilihan aitem berdasar korelasi aitem-total, biasanya digunakan batasan  $r_{ix} \geq 0,30$ . Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya pembedanya dianggap memuaskan. Aitem yang memiliki harga  $r_{ix}$  kurang dari 0,30 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya diskriminasi rendah.

Pengujian daya diskriminasi aitem dilakukan dengan menguji keselarasan fungsi aitem dengan fungsi tes dengan melakukan komputasi koefisien korelasi antara distribusi skor pada setiap aitem dengan suatu kriteria yang relevan, yaitu distribusi skor skala itu sendiri yang akan menghasilkan koefisien korelasi aitem-total ( $r_{ix}$ ) yang umumnya dikenal dengan sebutan parameter daya beda aitem. Adapun pengujian yang dilakukan dengan menggunakan formula koefisien korelasi *product moment pearson*.

$$r_{ix} = \frac{\sum iX \sim (\sum i)(\sum X) / n}{\sqrt{\{\sum i^2 \sim (\sum i)^2 / n\} \{\sum X^2 \sim (\sum X)^2 / n\}}}$$

***Keterangan:***

$i$  = Skor aitem

$X$  = Skor skala

$n$  = Banyaknya subyek

## b. Reliabilitas

Menurut Azwar (1999) reliabilitas mengacu kepada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Pengukuran yang tidak reliabel akan menghasilkan skor yang tidak dapat dipercaya karena perbedaan skor yang terjadi diantara individu lebih ditentukan oleh faktor eror (kesalahan) daripada faktor perbedaan yang sesungguhnya. Pengukuran yang tidak reliabel tentu tidak akan konsisten pula dari waktu ke waktu. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya. Uji reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode *alpha cronbach*. Rumus koefisiensi reliabilitas *Alpha Cronbach* adalah sebagai berikut:

$$r = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma^2} \right)$$

### ***Keterangan:***

$r$  = Koefisien Reliabilitas yang dicari

$k$  = Jumlah butir pernyataan

$\sigma_i^2$  = Varians butir-butir pernyataan

$\sigma^2$  = Varians skor tes

## F. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini di analisis dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 16 for Windows*. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda. Menurut Nazir (2014) persamaan regresi berganda adalah sebagai berikut:

$$Y = a_0 + a_1X_1 + a_2X_2 + e$$

### G. Kerangka Kerja

