

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Tempat Penelitian**

Komunitas “*support vaginismus, respect vaginismus*” adalah komunitas yang diprakarsai oleh dr. Robbi Asri Wicaksono, SpOG untuk para pasiennya yang menderita vaginismus. Komunitas ini didirikan oleh dr. Robbi pada tanggal 29 Oktober 2016, kemudian mulai tahun 2017 diketuai oleh ex vaginismus yaitu Tasha Karissa. Komunitas ini dibentuk sebagai wadah untuk saling menyemangati sesama penderita vaginismus dan berbagi informasi. Komunitas ini belum memiliki tempat resmi dalam menjalankan kegiatan atau perkumpulan, sehingga jika ada perkumpulan para penderita menyepakati untuk berkumpul di suatu tempat, seperti di RSIA Limijati atau cafe di daerah Bandung.

Penelitian ini dilaksanakan di berbagai tempat, utamanya di RSIA Limijati Bandung. RSIA Limijati merupakan rumah sakit ibu dan anak tipe B milik swasta yang terletak di Jl. RE. Martadinata No.33-39, Citarum, Bandung. RSIA Limijati berdiri pada 23 Januari 1971. Peneliti juga melakukan penelitian dengan datang secara langsung ke rumah subyek, tempat kerja, janji bertemu di terminal dan alun – alun kota bagi subyek yang berdomisili di Surabaya dan sekitarnya

## 2. Gambaran Umum Subyek

Populasi yang menjadi sasaran dalam penelitian ini adalah penderita vaginismus dari seluruh wilayah di Indonesia yang tergabung dalam komunitas “*support vaginismus and respect vaginismus*”. Subyek yang tergabung dalam komunitas tersebut merupakan pasien dari dr. Robbi di RSIA Limijati Bandung. Populasi penderita vaginismus saat ini berjumlah 508 penderita dengan rincian sebagai berikut:

**Tabel 4.1**

### **Distribusi Frekuensi Penderita Vaginismus**

No.	Usia Pernikahan	Frekuensi
1.	0-10 tahun	216
2.	11-20 tahun	25
3.	20-30 tahun	18
4.	30-40 tahun	12
5	Proses penyembuhan	237
Total		508

Data penelitian ini diambil dengan menggunakan subyek yang memiliki kekhususan yaitu pada rentang usia pernikahan 0-10 tahun yang berjumlah 216 penderita, namun karena keterbatasan waktu peneliti kemudian peneliti mengambil 100 penderita pada rentang usia pernikahan tersebut untuk digunakan sebagai sampel.

## 3. Gambaran Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 1 Agustus 2019 sampai tanggal 7 Agustus 2019. Data penelitian dikumpulkan dengan cara membagikan

kuesioner secara langsung kepada penderita vaginismus. Peneliti memberikan kuesioner kepada penderita vaginismus untuk diisi saat penderita sedang berada di ruang tunggu ruangan dr. Robbi untuk menunggu giliran konsultasi dan memeriksakan diri, ini dilakukan oleh peneliti pada tanggal 1 Agustus sampai 3 Agustus 2019 mulai pukul 08.00-15.00 sesuai rekomendasi dari dr. Robbi. Selanjutnya peneliti mengambil data pada subyek yang berdomisili di wilayah Surabaya dan sekitarnya pada tanggal 5 Agustus sampai 7 Agustus 2019. Peneliti membagikan kuesioner kepada subyek secara langsung dengan mendatangi subyek di rumahnya, tempat kerja dan membuat janji untuk bertemu di suatu tempat seperti terminal dan alun – alun kota pada subyek yang berdomisili di wilayah Surabaya dan sekitarnya.

## **B. Hasil Analisis Statistik**

### **1. Uji Daya Diskriminasi Aitem dan Uji Reliabilitas.**

#### **a. Uji Daya Diskriminasi Aitem**

Uji daya diskriminasi aitem dilakukan untuk membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur. Aitem yang berdaya beda tinggi adalah aitem yang mampu membedakan mana subyek yang bersikap positif dan mana subyek yang bersifat negatif. Uji daya diskriminasi aitem dilakukan dengan menggunakan SPSS Statistik 16 *for Windows*. Uji daya diskriminasi aitem dalam penelitian ini menggunakan kriteria sebagai berikut:

- 1) Jika  $r$  hitung memiliki minimal 0,30 maka aitem dinyatakan valid (Sugiyono, 2016).
- 2) Jika  $r$  hitung memiliki nilai di bawah 0,30 maka aitem dinyatakan gugur (Sugiyono, 2016)
- 3) Nilai  $r$  hitung dapat dilihat dari kolom *corrected item total correlation*.

Apabila aitem memenuhi kriteria di atas maka aitem dinyatakan valid untuk dilakukan uji hipotesis.

Aitem skala stres pada penderita vaginismus memiliki jumlah 37 aitem atau pernyataan. Hasil uji validitas yang dilakukan pada skala stres dengan dua kali putaran menghasilkan 31 aitem valid dan 6 item gugur dari 37 aitem. Adapun rincian aitem tersebut dapat diperiksa pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 4.2**

**Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Stres**

Aspek	Indikator	No Aitem	
		Valid	Tidak Valid
Fisiologis	Meningkatnya tekanan darah	5,10,19	-
	Meningkatnya detak jantung	4,6,15,28,32	21
	Sistem pernapasan	16,31	23
Kognitif	Ketidakmampuan untuk berkonsentrasi	12,25,29	-
	Pikiran berulang	11,17,24,33	22

Emosi	Merasa takut	13,18	-
	Merasa cemas	3,4,7,30	2,27
	Merasa malu	8,35	-
	Marah	14,26,36	-
Tingkah laku	<i>Fight and Flight</i>	1,9,37	34
Jumlah		31	6

Aitem skala *meaning of life* pada penderita vaginismus memiliki jumlah 45 aitem atau pernyataan. Hasil uji validitas yang dilakukan pada skala *meaning of life* dengan dua kali putaran menghasilkan 41 aitem valid dan 4 aitem gugur dari 45 item. Adapun rincian aitem tersebut dapat diperiksa pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 4.3**

**Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala *Meaning of Life***

Aspek	Indikator	No Aitem	
		Valid	Tidak Valid
<i>Creative values</i> (nilai kreatif)	Menghasilkan karya yang bermanfaat untuk orang lain	1,3,14,20,24,32,37	18
	Melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik – baiknya dengan penuh tanggung jawab	2,13,15,22,23,27	-
<i>Experiential values</i> (nilai pengalaman)	Mencoba untuk mengalami hal – hal baru	4,16,25,33	-
	Menghayati kehidupan	5,6,7,26,28,30,41	34,38,45

)			
<i>Attitudinal values</i> (nilai bersikap)	Menyikapi peristiwa yang terjadi	8,9,17,19,21,29,35,39,42	-
	Keberanian menahan penderitaan	10,11,36,44	-
	Mengambil hikmah dari setiap peristiwa	12,31,40,43	-
Jumlah		41	4

Aitem skala regulasi emosi pada penderita vaginismus memiliki jumlah 35 aitem atau pernyataan. Hasil uji validitas yang dilakukan pada skala regulasi emosi dengan dua kali putaran menghasilkan 27 aitem valid dan 8 aitem gugur dari 35 aitem. Adapun rincian aitem tersebut dapat diperiksa pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 4.4**

**Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Regulasi Emosi**

Aspek	Uraian	No Aitem	
		Valid	Tidak Valid
<i>Emotions monitoring</i> (pemantauan emosi)	Mampu 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	1,5,8,10,15,18,21,27	19

	tindakan.		
<i>Emotions evaluation</i> (mengevaluasi emosi)	Mampu menilai emosi yang dirasakan dan mengetahui akibat yang muncul dari emosi negatif	3,28,33,34	31
<i>Emotions modification</i> (modifikasi emosi)	Melakukan perubahan emosi dari hal yang bersifat negatif menjadi sebuah dorongan ke hal – hal yang bersifat positif	2,4,6,7,9,11,12,13,14,20,22,24,30,32,35	17,23,25,26,29,32
Jumlah		27	8

#### b. Uji Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan indeks yang digunakan untuk menunjukkan relatif konsistensinya sebuah alat ukur. Menurut Sugiyono (2016) alat ukur yang reliabel apabila digunakan untuk mengukur obyek yang sama berulang kali akan menghasilkan data yang relatif sama. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan rumus *alpha cronbach*. Peneliti menggunakan bantuan SPSS Statistik 16 untuk menguji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini. Sebuah instrumen dikatakan reliabel apabila nilai *cronbach alpha* mendekati 1.

##### 1. Skala Stres

**Tabel 4.5**

#### **Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres**

##### **Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.883	31

Hasil uji reliabilitas pada skala stres diperoleh koefisien *reliability cronbach alpha* 0,883. Hasil ini menunjukkan reliabilitas yang mendekati angka 1 sehingga aitem pada skala stres dapat dinyatakan reliabel.

## 2. Skala *Meaning of Life*

**Tabel 4.6**

**Hasil Uji Reliabilitas Skala *Meaning of Life***

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.981	41

Hasil uji reliabilitas pada skala *meaning of life* diperoleh koefisien *reliability cronbach alpha* 0,981. Hasil ini menunjukkan reliabilitas yang mendekati angka 1 sehingga aitem pada skala *meaning of life* dapat dinyatakan reliabel.

## 3. Skala Regulasi Emosi

**Tabel 4.7**

**Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Emosi**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items



### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.908	27

Hasil uji reliabilitas pada skala regulasi emosi diperoleh koefisien *reliability cronbach alpha* 0,908. Hasil ini menunjukkan reliabilitas yang mendekati angka 1 sehingga aitem pada skala regulasi emosi dapat dinyatakan reliabel.

## 2. Hasil Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas dilakukan untuk menguji data yang akan dianalisis apakah sebaran datanya berdistribusi normal. Peneliti menggunakan pendekatan *Shapiro-Wilk* untuk mendeteksi kenormalan distribusi data. Pada uji *Shapiro-Wilk* normalitas data dapat dilihat dengan cara membandingkan nilai signifikansi *Shapiro-Wilk* pada hasil statistik dengan nilai signifikansi ( $p$ ). Pada penelitian ini peneliti menggunakan nilai signifikansi 0,01.

**Tabel 4.8**

### Hasil Uji Normalitas Skala Stres

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.

STRES	.081	100	.113	.982	100	.218
-------	------	-----	------	------	-----	------

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel 4.8 uji normalitas dengan menggunakan *Shapiro-Wilk* dihasilkan nilai sig 0,218 > 0,01 pada skala stres, dapat disimpulkan bahwa skala stres memiliki sebaran data yang berdistribusi normal.

**Tabel 4.9**

**Hasil Uji Normalitas Skala *Meaning of Life***

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
MEANING	.172	100	.129	.937	100	.138

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel 4.9 uji normalitas dengan menggunakan *Shapiro-Wilk* dihasilkan nilai sig 0,138 > 0,01 pada skala *meaning of life*, dapat disimpulkan bahwa skala *meaning of life* memiliki sebaran data yang berdistribusi normal.

**Tabel 4.10**

**Hasil Uji Normalitas Skala Regulasi Emosi**

### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
REGULASI	.053	100	.200	.992	100	.849

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel 4.10 uji normalitas dengan menggunakan *Shapiro-Wilk* dihasilkan nilai sig 0,849 > 0,01 pada skala regulasi emosi, dapat disimpulkan bahwa skala regulasi emosi memiliki sebaran data yang berdistribusi normal.

### b. Uji Linieritas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan linear atau tidak secara signifikan. Pengujian linearitas dilakukan dengan menggunakan SPSS 16 *for Windows* menggunakan *test of linearity* dengan taraf signifikansi 0,01. Jika signifikansi lebih besar dari 0,01 maka terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y).

**Tabel 4.11**

**Hasil Uji Linearitas Skala *Meaning of Life* (X<sub>1</sub>) dan stres (Y)**

### ANOVA Table

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.

STRES * MEANING	Between Groups	(Combined) Linearity	5040.990 392.726	58 1	86.914 392.726	.642 2.899	.941 .096
		Deviation from Linearity	4648.264	57	81.548	.602	.962
	Within Groups		5554.850	41	135.484		
	Total		10595.840	99			

Hasil uji linearitas pada tabel 4.11 variabel *meaning of life* dan stres diperoleh nilai  $p = 0,962$ , dimana dalam penelitian ini menggunakan taraf signifikansi 0,01. Hasil uji linearitas pada *meaning of life* dan stres adalah  $p > 0,01$  sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan linear.

**Tabel 4.12**

**Hasil Uji Linearitas Skala Regulasi Emosi( $X_2$ ) dan Stres (Y)**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
STRES * REGULASI	Between Groups	(Combined) Linearity	6062.980 1788.098	36 1	168.416 1788.098	2.341 24.852	.002 .000
		Deviation from Linearity	4274.883	35	122.140	1.698	.034
	Within Groups		4532.860	63	71.950		
	Total		10595.840	99			

Hasil uji linearitas pada tabel 4.12 variabel regulasi emosi dan stres diperoleh nilai  $p = 0,034$ , dimana dalam penelitian ini menggunakan taraf signifikansi 0,01.

Hasil uji linearitas pada regulasi emosi dan stres adalah  $p > 0,01$  sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan linear.

### 3. Hasil Analisis Data

Hasil analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda. Analisis regresi berganda digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel bebas secara serentak atau bersama – sama terhadap variabel terikat.

**Tabel 4.13**

**Hasil Uji Regresi Berganda**

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1803.382	2	901.691	9.948	.000 <sup>a</sup>
	Residual	8792.458	97	90.644		
	Total	10595.840	99			

a. Predictors: (Constant), REGULASI, MEANING

b. Dependent Variable: STRES

Berdasarkan tabel output anova, diperoleh f hitung sebesar 9.948 disertai nilai signifikansi sebesar 0,000 sehingga pengujian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan serentak atau bersama antara  $X_1$  dan  $X_2$  dengan Y karena signifikansi

yang menyertainya lebih kecil dari 0,01 ( $0,000 < 0,01$ ). Artinya  $H_a$  diterima atau terdapat hubungan secara serentak atau bersama – sama antara  $X_1$  dan  $X_2$  dengan  $Y$ .

**Tabel 4.14**

**Koefisien Determinasi**

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.413 <sup>a</sup>	.170	.153	9.52071

a. Predictors: (Constant), REGULASI, MEANING

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai koefisien determinasi atau R Square adalah sebesar 0,170. Nilai R Square 0,170 ini berasal dari pengkuadratan nilai koefisien korelasi atau R, yaitu  $0,413 \times 0,413 = 0,170$ . Besarnya angka koefisien determinasi adalah 0,170 atau sama dengan 17%. Angka tersebut mengandung arti bahwa variabel *meaning of life* ( $X_1$ ) dan variabel regulasi emosi ( $X_2$ ) secara simultan atau bersama – sama berpengaruh terhadap variabel stres ( $Y$ ) sebesar 17%. Sisanya ( $100\% - 17\% = 83\%$ ) dipengaruhi oleh variabel lain di luar persamaan regresi ini atau variabel yang tidak diteliti.

**Tabel 4.15**

**Koefisien Persamaan Garis Regresi**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	Sig.
-------	-----------------------------	---------------------------	---	------

		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	64.746	8.865		7.303	.000
	MEANIN G	.015	.035	.041	.411	.682
	REGULAS I	-.400	.101	-.395	-3.945	.000

a. Dependent Variable: STRES

Berdasarkan tabel di atas, nilai signifikansi t pada *meaning of life* ( $X_1$ ) adalah 0,682, karena nilai  $t > 0,01$  maka artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara variabel *meaning of life* terhadap variabel stres. Nilai signifikansi t pada regulasi emosi ( $X_2$ ) adalah 0,000, karena nilai  $t < 0,01$  maka artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel regulasi emosi dengan variabel stres. Koefisien regresi variabel regulasi emosi ( $X_2$ ) adalah -0,400 yang berarti bahwa setiap penambahan satu nilai regulasi emosi maka akan mengurangi nilai stres pada penderita vaginismus sebesar 0,400.

Persamaan regresi berdasarkan hasil di atas adalah sebagai berikut :

$$Y = 64.746 + 0,015X_1 + (-0,400X_2)$$

### C. Hasil Kategorisasi Jenjang

Peneliti membuat kategori jenjang berdasarkan hasil yang telah diperoleh dari penelitian. Pembuatan kategorisasi jenjang bertujuan untuk mengelompokkan individu ke dalam dengan jenjang yang sama berdasarkan kontinum sesuai atribut

yang diukur. Peneliti menggunakan norma lima kategorisasi sesuai dengan yang dinyatakan Azwar (2012), yaitu:

**Tabel 4.16**

**Kategori Jenjang**

<b>Kategorisasi</b>	<b>Rumus</b>
Sangat Rendah	$X \leq (\text{mean} - 1,5.SD)$
Rendah	$(\text{mean} - 1,5.SD) \leq X \leq (\text{mean} - 0,5.SD)$
Sedang	$(\text{mean} - 0,5.SD) \leq X \leq (\text{mean} + 0,5.SD)$
Tinggi	$(\text{mean} + 0,5.SD) \leq X \leq (\text{mean} + 1,5.SD)$
Sangat Tinggi	$X \geq (\text{mean} + 1,5.SD)$

Berikut adalah kategorisasi jenjang masing-masing variabel

**1. Stres pada penderita vaginismus**

Jumlah aitem valid : 31

Nilai Skala : 1 2 3 4

Skor minimum : 31

Skor maksimum : 124

Luas sebaran : 93

Mean :  $\frac{\text{Skor maksimum} - \text{skor minimum}}{2} = 46,5$

SD :  $\frac{\text{Luas sebaran}}{5} = 18,6$

**Tabel 4.17**

**Kategorisasi Stres Pada Penderita Vaginismus**

<b>Pedoman</b>	<b>Skor</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>N</b>
$X \leq (\text{mean} - 1,5.SD)$	$X \leq 18,6$	Sangat Rendah	-



$(\text{mean} - 1,5.\text{SD}) \leq X \leq (\text{mean} - 0,5.\text{SD})$	$18,6 \leq X \leq 37,2$	Rendah	-
$(\text{mean} - 0,5.\text{SD}) \leq X \leq (\text{mean} + 0,5.\text{SD})$	$37,2 \leq X \leq 55,8$	Sedang	2
$(\text{mean} + 0,5.\text{SD}) \leq X \leq (\text{mean} + 1,5.\text{SD})$	$55,8 \leq X \leq 74,4$	Tinggi	-
$X \geq (\text{mean} + 1,5.\text{SD})$	$X \geq 74,4$	Sangat Tinggi	98

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa tidak terdapat subyek berada di kategori sangat rendah dan kategori rendah, 2 subyek berada di kategori sedang, tidak terdapat subyek yang berada di kategori tinggi dan sebanyak 98 subyek berada di kategori sangat tinggi.

## 2. *Meaning of Life*

Jumlah aitem valid : 41

Nilai Skala : 1 2 3 4

Skor minimum : 41

Skor maksimum : 164

Luas sebaran : 123

Mean :  $\frac{\text{Skor maksimum} - \text{skor minimum}}{2} = 61,5$

SD :  $\frac{\text{Luas sebaran}}{5} = 24,6$

**Tabel 4.18**

### **Kategorisasi *Meaning of Life***

<b>Pedoman</b>	<b>Skor</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>N</b>
$X \leq (\text{mean} - 1,5.\text{SD})$	$X \leq 24,6$	Sangat Rendah	-
$(\text{mean} - 1,5.\text{SD}) \leq X \leq (\text{mean} - 0,5.\text{SD})$	$24,6 \leq X \leq 49,2$	Rendah	-

$(\text{mean} - 0,5.\text{SD}) \leq X \leq (\text{mean} + 0,5.\text{SD})$	$49,2 \leq X \leq 73,8$	Sedang	6
$(\text{mean} + 0,5.\text{SD}) \leq X \leq (\text{mean} + 1,5.\text{SD})$	$73,8 \leq X \leq 98,4$	Tinggi	29
$X \geq (\text{mean} + 1,5.\text{SD})$	$X \geq 98,4$	Sangat Tinggi	65

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa tidak terdapat subyek yang berada di kategori sangat rendah dan kategori rendah, 6 subyek berada di kategori sedang, 29 subyek berada di kategori tinggi dan sebanyak 65 subyek berada di kategori sangat tinggi.

## 2. Regulasi Emosi

Jumlah aitem valid : 27

Nilai Skala : 1 2 3 4

Skor minimum : 27

Skor maksimum : 108

Luas sebaran : 81

Mean :  $\frac{\text{Skor maksimum} - \text{skor minimum}}{2} = 40,5$

SD :  $\frac{\text{Luas sebaran}}{5} = 16,2$

**Tabel 4.19**

### Kategorisasi Regulasi Emosi

Pedoman	Skor	Kategorisasi	N
$X \leq (\text{mean} - 1,5.\text{SD})$	$X \leq 16,2$	Sangat Rendah	-
$(\text{mean} - 1,5.\text{SD}) \leq X \leq (\text{mean} - 0,5.\text{SD})$	$16,2 \leq X \leq 32,4$	Rendah	-
$(\text{mean} - 0,5.\text{SD}) \leq X \leq (\text{mean} + 0,5.\text{SD})$	$32,4 \leq X \leq 48,6$	Sedang	-
$(\text{mean} + 0,5.\text{SD}) \leq X \leq (\text{mean} + 1,5.\text{SD})$	$48,6 \leq X \leq 64,8$	Tinggi	59
$X \geq (\text{mean} + 1,5.\text{SD})$	$X \geq 64,8$	Sangat Tinggi	41

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa tidak terdapat subyek yang berada di kategori sangat rendah, rendah, dan sedang, 59 subyek berada dikategori tinggi dan sebanyak 41 subyek berada di kategori sangat tinggi.

#### **D. Pembahasan**

Ketiga variabel yaitu variabel Y (stres),  $X_1$  (*meaning of life*) dan  $X_2$  (regulasi emosi) didapati bahwa memiliki validitas yang cukup untuk dijadikan penelitian.

Berdasarkan hasil uji f, pengujian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan serentak atau bersama antara  $X_1$  dan  $X_2$  dengan Y karena f hitung sebesar 9.948 dengan signifikansi 0,000, yang berarti  $p < 0,01$ . Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima atau terdapat hubungan secara bersama – sama antara *meaning of life* dan regulasi emosi dengan stres. Hasil ini sejalan dengan pendapat Visotsky, et al (dalam Taylor, 1995), hubungan *meaning of life* dengan stres dapat diasumsikan bahwa ketika penderita mengalami stres, *meaning of life* akan menjadi sumber daya internal untuk mengatasi stres, sedangkan menurut Lazarus dan Folkman (dalam Gyurak, dkk, 2011) regulasi emosi dapat digunakan untuk mengurangi tuntutan eksternal dan internal yang spesifik serta berat atau melebihi sumber daya individu yang dinilai sebagai stres.

Berdasarkan hasil uji parsial diketahui bahwa *meaning of life* tidak berpengaruh signifikan terhadap stres. Diasumsikan dalam hasil penelitian ini bahwa *meaning of life* kurang efektif dalam menurunkan stres pada subyek yang

menderita vaginismus. Diduga hal ini disebabkan karena kondisi subyek yang mungkin lelah karena mengisi kuesioner *meaning of life* yang jumlah pernyataannya banyak sehingga membuat jenuh, selain itu menurut Bastaman (2007) *meaning of life* bersifat unik dan personal. Artinya sesuatu yang dianggap berarti oleh seseorang belum tentu berarti bagi orang lain, bahkan sesuatu yang dianggap penting dan berarti bagi seseorang pada saat ini, belum tentu sama pentingnya di waktu yang lain.

Berdasarkan hasil uji t parsial, diketahui bahwa regulasi emosi berpengaruh signifikan terhadap stres. Koefisien regresi variabel regulasi emosi ( $X_2$ ) adalah -0,400 yang berarti bahwa setiap penambahan satu nilai regulasi emosi maka akan mengurangi nilai stres pada penderita vaginismus sebesar 0,400. Hasil ini sejalan dengan pendapat Lazarus dan Folkman (dalam Gyurak, dkk, 2011) bahwa regulasi emosi dapat digunakan untuk mengurangi stres.

Regulasi emosi yang baik dapat membantu penderita vaginismus dalam menciptakan emosi - emosi positif yang bisa memberikan pengaruh positif pada pemecahan masalah yang sedang dihadapi. Menurut Thompson (1994) individu yang mempunyai regulasi emosi yang baik dapat mengetahui apa yang dirasakan, dipikirkan dan apa yang menjadi latar belakang dalam melakukan suatu tindakan serta mampu untuk mengevaluasi dan memodifikasi emosi – emosi yang dialami. Kondisi yang demikian akan membuat individu bertindak secara rasional bukan secara emosional, sehingga akan memungkinkan individu terhindar dari stres yang berkepanjangan.



