

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif, dengan bentuk kuantitatif korelasi. Penelitian kuantitatif adalah model penelitian yang sudah lama di gunakan oleh para peneliti. Menurut Sugiyono penelitian kuantitatif dinamakan metode tradisional, karena metode ini sudah cukup lama digunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode untuk penelitian. Metode ini sebagai metode ilmiah (*scientific*) karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, objektif, terukur rasional dan sistematis. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data peneliti berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.<sup>1</sup> Sedangkan Penelitian korelasi adalah penelitian untuk mengetahui dua variabel atau lebih dengan mengukur koefisien atau signifikansi dengan menggunakan statistik.

#### B. Lokasi Penelitian

Lokasi dalam penelitian ini bertempat di Jl. Pramuka No.28 RT.20, Sungai Lulut, kec. Banjarmasin Timur., kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan 70653.

---

<sup>1</sup> Sandu Siyoto dan Muhammad Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015),19.

### C. Subjek dan Objek Penelitian

Menurut Sugiono ia menyebutkan bahwasanya karakteristik kepribadian dan nilai-nilai manusia ialah subjek. Sedangkan objek merupakan variabel tertentu yang dimana dapat diukur, dapat dilakukan untuk menyelidiki dan menarik kesimpulan.<sup>2</sup>

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja awal terkhusus perempuan di MAN 2 Kota Banjarmasin. Sedangkan objek dari penelitian, ialah :

1. Variabel Independen (X) : Nyeri Haid (*Dismenore*)
2. Variabel Dependen (Y) : Kestabilan Emosi

### D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono, Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>3</sup> Populasi dalam penelitian yaitu :

- a. Remaja usia 17 tahun
- b. Berjenis kelamin perempuan
- c. Sudah mengalami menstruasi
- d. Mengalami nyeri haid.<sup>4</sup>
- e. Kelas XII

---

<sup>2</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Peneti Alfabeta, 2018).

<sup>3</sup> Dianka Wahyuningtias, Trias Septyoari Putranto dkk, “ *Uji Kesukaan Hasil Jadi Kue Brownis Menggunakan Tepung Terigu Dan Tepung Gandum Utuh* “, (Binus Business Review, Vol. 5 No. 1, 2014). 60

<sup>4</sup> Dwi Anna Khoerunisya, “*Hubungan Regulasi Emosi Denganrasa Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja*”, (Universitas Negeri Semarang, 2015). 47

Alasan memilih kelas XII, karena pada saat ingin melakukan penelitian di sana sekolah sudah memasuki ulangan tengah semester, jadi kemungkinan siswi perempuan kemungkinan pikiran siswi terganggu, maka dari peristiwa tersebut apakah siswi mampu pada saat nyeri haid dapat menstabilkan emosinya dengan baik atau tidak, jika siswi mampu menstabilkan emosinya dengan baik maka nyeri haid yang di rasa akan berkurang, maka sebaliknya jika siswi tidak bisa menstabilkan emosinya dengan baik maka nyeri haid yang dirasa maka semakin parah, bahkan bisa mengakibatkan terganggunya fokus belajar siswi pada saat menghadapi ulangan tengah semester.

Untuk individu di luar kriteria tersebut maka tidak dapat dijadikan anggota populasi yang akan dikenakan penelitian.

## 2. Sampel

Menurut Sugiyono yaitu “Sampel adalah jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Sedangkan Suharsini Arikunto berpendapat bahwa “Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, dimana dalam hal ini peneliti tidak sekedar meneliti orang-orang yang tersedia (dijumpai), melainkan peneliti menggunakan pertimbangan untuk memilih sampel yang menurut keyakinannya, berdasar pengetahuan yang mereka peroleh sebelumnya, akan memberikan data yang peneliti butuhkan.<sup>5</sup> Peneliti menggunakan *purposive sampling* dengan

---

<sup>5</sup> Purwanto, Edy. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif*. (Semarang : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang). 100

pertimbangan bahwa peneliti telah menentukan kriteria subjek yang akan diteliti.<sup>6</sup>

## **E. Data dan Sumber Data**

### **1. Data Primer**

Data Primer didapat peneliti melalui subjek penelitian secara langsung.<sup>7</sup> Data primer dalam penelitian ini didapat melalui perhitungan dan pengolahan data dari wawancara kepada siswa MAN 2 Kota Banjarmasin secara offline.

### **2. Data Sekunder**

Data sekunder didapat melalui pihak lain yang bertujuan untuk komersial maupun non-komersial. Data sekunder adalah data yang didapatkan dari bahan-bahan bacaan ilmiah seperti buku (*e-book*), jurnal, skripsi dan referensi lainnya yang berhubungan dengan penelitian ini.

## **F. Teknik Pengumpulan Data**

Penelitian kuantitatif menurut Sugiyono ialah beberapa teknik dalam pengumpulan data yaitu berupa wawancara, angket, dokumentasi dan observasi. Angket merupakan data utama dari pengumpulan data yaitu dengan cara yang dimana di dalamnya memuat pernyataan atau pertanyaan tertulis yang dimana ditunjukkan kepada subjek penelitian untuk dijawab. Untuk mencapai keefektifan angket hasil dari jawaban yang diisi oleh

---

<sup>6</sup> Dwi Anna Khoerunisya, “*Hubungan Regulasi Emosi Dengan Rasa Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja*”

<sup>7</sup> Suliyanto, “*Metode Penelitian Kuantitatif*”. 2017

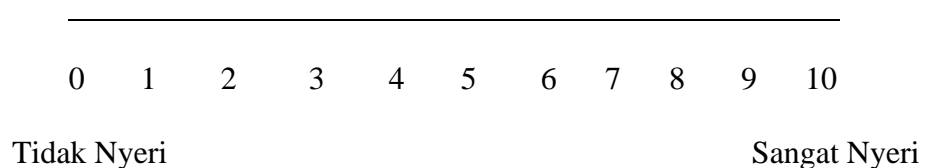
subjek penelitian haruslah menggambarkan kondisi psikologis subjek penelitian. Kusioner/angket sangatlah sesuai digunakan sebagai teknik pengumpulan data yang dapat mencakup responden yang banyak dalam wilayah yang besar.<sup>8</sup> Peneliti menggunakan wawancara sebagai data awal yang dimana bagian dari studi pendahuluan lalu menggunakan angket/kusioner yang dimana akan disebarakan kepada subjek penelitian dan didokumentasikan.

### G. Desain Pengukuran

Metode pengumpulan data merupakan proses yang sangat penting dalam penelitian. Peneliti memilih skala psikologi sebagai metode pengumpulan data karena skala psikologi memiliki karakteristik khusus yang membedakannya dari berbagai bentuk alat pengumpulan data yang lain seperti angket dan lain sebagainya.

Skala yang digunakan untuk pengambilan data adalah skala nyeri haid (*Dismenore*) dan skala regulasi emosi. Skala nyeri haid dibuat berdasarkan gejala-gejala yang muncul pada saat mengalami nyeri haid, pengukuran skala nyeri haid menggunakan teori *numerical rating scale* (NRS), berikut skala penilaian dengan *numerical rating scale* (NRS) :

**Gambar 3.1 Skala Penilaian Nyeri**



<sup>8</sup> Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Peneti Alfabeta, 2018).

Subjek diminta untuk menjawab dari indikator-indikator nyeri haid yang telah dibuat dengan cara melingkari angka yang sesuai dengan tingkatan yang subjek alami, dengan begitu dapat diketahui tingkatan nyeri haid yang dialami subjek.

Sedangkan pada skala regulasi emosi, Subjek menjawab dengan cara memilih salah satu dari empat alternatif jawaban tersebut yang sesuai dengan keadaan dirinya. Skoring akan bergerak dari empat sampai satu untuk pernyataan yang *favorable*, sedangkan untuk pernyataan yang *unfavorable* skoring akan bergerak dari angka satu sampai empat. Untuk lebih jelasnya mengenai distribusi skor dan blue print skala regulasi emosi dapat diperiksa dalam tabel berikut:

**Tabel 3.1 Skoring Skala Kestabilan Emosi**

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

#### 1. Skala Kestabilan Emosi

Kestabilan emosi menurut Schneider adalah keadaan emosi seseorang yang diperlihatkan dengan sikap yang sesuai dengan harapan sosial, tidak berlebihan dalam mengekspresikan emosi. Tingkat kestabilan emosi diukur dengan menggunakan skala kestabilan emosi

yang meliputi adekuasi emosi, kematangan emosi, dan kontrol emosi. Hasil skor yang diperoleh akan menunjukkan tingkat kestabilan emosi seseorang, dimana semakin tinggi hasil skor yang diperoleh individu maka emosi individu tersebut dapat dikatakan semakin stabil. Pada penelitian ini, peneliti menyusun skala stabilitas emosi menggunakan aspek menurut Schneider.<sup>9</sup>

**Tabel 3.2 *Blueprint* dan tabulasi butir skala *Kestabilan emosi***

**Uji Coba**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1	Adekuasi emosi	1. Mampu menyesuaikan / menstabilkan emosi negatif.	1,21	12,27	4
		2. Mampu mengubah emosi negatif menjadi emosi positif.	11,23	2,25	4
		3. Mampu mengungkapkan emosi dengan baik.	3,24	14,22	4
2	Kematangan emosi	1. Mampu menerima peristiwa yang menimbulkan emosi negatif.	7,33	18,35	4
		2. Tetap dapat berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.	16,38	8,34	4
		3. Mampu memotivasi diri untuk menghilangkan emosi negatif.	9,36	20,39	4
		4. Berpikir positif terhadap apa yang dialami.	19,40	10,37	4
3	Kontrol emosi	1. Mampu menghindari keadaan yang menimbulkan emosi negatif.	4,26	15,31	4
		2. Fokus terhadap hal-	13,28	5,30	4

<sup>9</sup> Santrock JW. (2003). *Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga

		hal yang menyenangkan.			
		3. Menghindarkan orang lain/situasi/objek yang dapat mengurangi emosi negatif.	6,29	17,32	4
Jumlah			20	20	40

## 2. Skala Nyeri Haid (*Dismenore*).

Skala nyeri haid bertujuan untuk mengungkap nyeri haid yang dirasakan pada remaja saat menstruasi yang disusun berdasarkan Aspek-aspek nyeri haid yaitu Aspek sensoris diskriminatif, Aspek afektif motivasional, Aspek kognitif evaluatif dan Aspek temporal, Pada penelitian ini, peneliti menyusun skala nyeri haid menggunakan aspek menurut Melzack.

**Tabel 3.3 *Blueprint* dan tabulasi butir skala Nyeri Haid**

### Uji coba

No	Indikator	Jumlah
1	Nyeri kram	1
2	Nyeri tekanan pada tubuh	1
3	Nyeri seperti di tusuk	1
4	Kesenangan menyelesaikan tugas	1
5	Perasaan takut	1
6	Cemas	1
7	Kepedulian sosial	1
8	Mood swing	1
9	Penilaian terhadap diri sendiri	1
10	Penilaian dari orang lain	1
11	Kepercayaan diri	1
12	Sakit sekitaran kepala	1
13	Sendi tubuh	1
14	Sakit tenggorokkan	1
15	Sakit daerah payudara	1
Jumlah		15



## H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Teknik Pengolahan Data

Teknik pengolahan hasil penelitian data bergantung pada tujuan terlaksananya kegiatan penelitian tersebut. Data yang digunakan menggunakan data interval yang didapat dari hasil jawaban responden menggunakan skala likert dengan interval skor 1-4. Pada penelitian kuantitatif terdapat tiga teknik pengolahan data. Teknik pengolahan data tersebut diantaranya melakukan pengeditan data, skoring serta tabulasi data hingga akan diperoleh data yang lengkap dari setiap objek pada variabel yang diteliti.<sup>10</sup>

### 2. Teknik Analisis Data

Setelah peneliti memperoleh seluruh data baik dari responden maupun data lainnya, tahapan selanjutnya peneliti mulai mengklasifikasi data penelitian menyesuaikan dengan variabel yang diangkat kemudian melakukan penggabungan data, tabulasi data dan melakukan skoring pada setiap variabel. Setelah skoring menentukan uji yang akan digunakan pada penelitian sehingga memperoleh hasil penelitian berdasarkan dari rumusan masalah yang sudah ditetapkan. Tahapan terakhir melakukan uji hipotesis yang telah ditetapkan.

Uji hipotesis statistik pastinya merupakan sebuah penelitian yang menggunakan sampel. Uji asumsi pada penelitian kali ini

---

<sup>10</sup> Nur Aedi, "Bahan Belajar Mandiri Penelitian Pendidikan: Instrumen Penelitian & Pengumpulan Data," 2014.

menggunakan beberapa diantaranya uji normalitas, dan uji linearitas dan terakhir uji hipotesis.

Pada tahapan analisis data penelitian, menggunakan bantuan aplikasi *SPSS For Windows Ver, 22*. Terdapat tiga tahapan uji instrumen pada penelitian ini yaitu uji validitas dan uji reliabilitas. Lalu dilakukan analisis data deskriptif. Tahapan selanjutnya ialah uji asumsi yang dimana terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Tahap terakhir ialah uji hipotesis yang dimana terdiri dari uji regresi linier sederhana serta perhitungan aspek pembentuk utama dari variabel-variabel penelitian.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Arikunto, Suharsini. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* Edisi Revisi VI. Jakarta: Rineka Cipta 2006. 271

## **BAB IV**

### **HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Objek Penelitian**

##### **1. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Lokasi penelitian bertempat di Sekolah MAN2 Kota Banjarmasin. Sampel dilakukan secara bersamaan di kelas XII MIPA 1 sampai 5 terkhusus pada siswi perempuan yang di kumpulkan sebanyak 104 orang. Penelitian dilakukan pada tanggal 7 desember 2023 pada jam 10.00 – 11.00 WITA. Penelitian di lakukan dengan responden rata-rata 104 siswi, di mana setiap ruangan terdapat 18 sampai 26 jumlah siswi perempuan.

##### **2. Gambaran Umum MAN 2 Kota Banjarmasin**

MAN 2 Kota Banjarmasin adalah lembaga pendidikan agama Islam di bawah naungan Kementerian Agama (Kemenag) Republik Indonesia, mendapatkan mandat untuk mengemban amanah sebagai sekolah umum yang berciri khas agama Islam sebagai madrasah model di Kalimantan Selatan dan sebagai madrasah yang mengembangkan kemampuan akademik, non akademik, dan akhlak al-karimah.

Secara historis, madrasah ini cikal bakalnya berawal dari Pendidikan Guru Agama Negeri (PGAN) 4 tahun Banjarmasin yang didirikan oleh pemerintah pada tahun 1951, dengan menumpang di berbagai tempat di berbagai tempat berbeda, seperti SMP

Muhammadiyah, STN/SMEP Nagasari, STN Teluk Dalam, dan SP IAIN.

Tahun 1957, PGAN 4 tahun ditingkatkan menjadi PGAN 6 tahun dan lokasinya dipusatkan di Komplek Pelajar Mulawarman Banjarmasin. Selanjutnya, tahun 1978, berdasarkan KMA No. 16/17 tahun 1978, PGAN kelas I, II, dan III beralih menjadi MTsN dan PGAN kelas IV, V, dan VI beralih menjadi PGAN. Karena lokasi di komplek Mulawarman terlalu sempit dan tidak memungkinkan untuk dikembangkan, maka sejak tahun 1987 direlokasi dari komplek Mulawarman ke Jl. Tembus Terminal (Jl. Pramuka Km. 6) di lokasi sekarang ini.

Perkembangan selanjutnya pada tahun 1990, berdasarkan KMA No. 64 tahun 1990 tanggal 25 April 1990, PGAN beralih fungsi menjadi Madrasah Aliyah Negeri (MAN). Dan dengan SK No. 42 Tahun 1992 tanggal 27 Januari 1992, PGAN resmi dialihkan menjadi MAN terhitung dari tanggal 1 Juli 1992.

Berdasarkan surat Dirjen Binbaga Islam No. E.IV/PP.00/A2/445/94 tanggal 1 Maret 1994, MAN 2 Banjarmasin ditunjuk sebagai MAN Model Kalimantan Selatan. Kemudian sebagai realisasi program peningkatan kualitas Madrasah Aliyah melalui proyek Development of Madrasah Aliyah's Project (DPAM) dengan SK Dirjen Binbagais Depag Nomor E.IV/PP.006/Kep/17-A/1998 tanggal 20 Februari 1998,

MAN 2 Banjarmasin resmi beralih menjadi MAN 2 Model Banjarmasin.

Terkait registrasi madrasah, mengacu Keputusan Kepala Kantor Kementerian Agama Provinsi Kalimantan Selatan Nomor 137 Tahun 2011 tanggal 23 Maret 2011, MAN 2 Model Banjarmasin mendapatkan piagam registrasi dengan Nomor Statistik Madrasah (NSM) 131163710039.

Tercatat pada tanggal 22 November 2012, oleh Badan Akreditasi Sekolah/Madrasah Provinsi Kalimantan Selatan, MAN 2 Model Banjarmasin ditetapkan sebagai madrasah terakreditasi dengan peringkat A (Amat Baik) dengan sertifikat akreditasi nomor: 033/BAP-SM/PROP-15/LL/XI/2012. Tepatnya Juli 2020, MAN 2 Model Banjarmasin berubah nama menjadi MAN 2 Kota Banjarmasin.

Hingga kini, madrasah yang berada di Jl. Pramuka Komplek Semanda, No. 28 RT. 20 Banjarmasin Timur ini secara berkesinambungan terus berpacu dalam meningkatkan kualitas pelayanan dan mutu pendidikan, sehingga saat ini telah menjadi salah satu sekolah favorit dan unggulan di Provinsi Kalimantan Selatan.

Secara kualitatif, hal ini dibuktikan dengan indikator terus meningkatnya kepercayaan masyarakat yang bergabung untuk memasukkan putra-putrinya dan turut berpartisipasi untuk mendukung pelaksanaan pendidikan di MAN 2 Kota Banjarmasin. Sedangkan, secara kuantitatif ditunjukkan dengan aneka prestasi yang berhasil

diraih peserta didik MAN 2 Kota Banjarmasin, baik di bidang akademik maupun non akademik dari tahun ke tahun.

Program unggul MAN 2 Kota Banjarmasin :

- a. Peminatan Akademik
  - 1) Peminatan MIPA
  - 2) Peminatan IPS
  - 3) Peminatan Keagamaan
- b. Program Keterampilan
  - 1) Teknik dan Bisnis Islam
  - 2) Teknik Elektronik dan Komunikasi
  - 3) Operator Komputer
  - 4) Tata Busana
  - 5) Tata Boga
  - 6) Agribisnis dan Perikanan Air Tawar
- c. Pengembangan Diri
  - 1) Kegiatan Ekstrakurikuler
  - 2) Pelayanan Konseling
  - 3) Program Tahfidz/Tahsin Al-Qur'an
  - 4) Program Adiwiyata (Lingkungan Hidup)
  - 5) Program Madrasah Riset
  - 6) Edupreneurship

### **3. Identitas MAN 2 Kota Banjarmasin**

Nama Madrasah	: MAN 2 Kota Banjarmasin
Nomor Statistik	: 131163710002
Status Madrasah	: Negeri
Alamat	: Jalan Pramuka No. 28 RT. 20
Desa/Kelurahan	: Sungai Lulut
Kecamatan	: Banjarmasin Timur
Kab/Kota	: Kota Banjarmasin
Provinsi	: Kalimantan Selatan
Kode Pos	: 70238
Nomor Telepon	: (0511) 3258164 - 3270855
Fax	: (0511) 3258164
No. SK Akreditasi	: 239/KEP/BAP-SM/XI/KU/2017
Tanggal Akreditasi	: 25 November 2017
Status Akreditasi	: A (Unggul)
Nama Kepala Sekolah	: Abdul Hadi, M. PKim

### **4. Visi Misi dan Nilai yang di kembangkan MAN 2 Kota Banjarmasin**

#### **a. Visi**

Terwujudkan peserta didik yang islami, berkualitas, terampil, berbudaya lingkungan dan berdaya tinggi.

#### **b. Misi**

- 1) Menyelenggarakan pendidikan terpadu antara dunia dan akhirat.
  - 2) Menyelenggarakan pendidikan yang berorientasi mutu, berilmu, terampil, cerdas dan mandiri, sehingga mampu bersaing di dunia Internasional.
  - 3) Menyelenggarakan pendidikan yang hasilnya memberikan kepuasan kepada masyarakat.
  - 4) Mengembangkan implementasi madrasah sehat dan berbudaya lingkungan.
  - 5) Menyelenggarakan pendidikan dengan Manajemen Berbasis Madrasah (MBM) yang dapat dipertanggungjawabkan kepada publik.
- c. Nilai yang di kembangkan
- 1) Akidah Islam, akhlak karimah, dan nilai ilmiah.
  - 2) Kekeluargaan dan kebersamaan.
  - 3) Mandiri, hebat, dan bertanggung jawab.
  - 4) Berbudaya lingkungan.
  - 5) Sederhana dan kreatif.

## **B. Hasil Uji Instrumen**

Uji validitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala nyeri haid dan kestabilan emosi dari 22 orang siswi perempuan MAN 2 Kota Banjarmasin secara bersamaan. Sebelum membagikan kuesioner kepada responden peneliti telah meminta



*Professional judgment* dosen Tarbiyah dan keguruan untuk memberikan penelitian dan mengoreksi skala penelitian yang telah dibuat peneliti.

*Professional judgment* tersebut ialah Mitahul Aula Sa'adah, M. Psi.

### 1. Uji Validitas

Uji Validitas dipergunakan untuk menguji alat ukur ataupun instrumen penelitian yang dimana tujuannya untuk melihat apakah item-item yang digunakan valid atau tidak. Validitas merupakan sebuah ukuran yang dapat menilai kebenaran dalam alat tes atau alat ukur. Tentunya tes dinyatakan valid dan dapat digunakan apabila alat ukur dinyatakan benar.<sup>1</sup>

Peneliti melakukan *tryout* instrumen kepada 22 siswi perempuan MAN 2 Kota Banjarmasin secara bersamaan, dengan menggunakan rumus *Correlation Product Moment* yang dibantu *IBM SPSS Statisticv Ver 22*. Valid atau tidaknya suatu item jika nilai  $r$  hitung lebih besar dari pada  $r$  tabel maka item instrumen dinyatakan valid dan dapat digunakan dalam penelitian, jika  $r$  hitung lebih kecil dari  $r$  tabel maka item tersebut dinyatakan gugur dan tidak bisa dipakai. Untuk menentukan valid tidaknya suatu item perlu menggunakan rumus  $df = N - 2$  dan *Probabilitas* 0,05. Jumlah sampel *tryout* ada 22 maka nilai  $df = 22 - 2 = 20$ ,  $r$  tabel pada  $df$  20 dengan *Probabilitas* 0,05 taraf kebenaran 5% ialah 0,444

---

<sup>1</sup> Andrew Fernando Pakpahan dan dkk, *Metode Penelitian Ilmiah*, Cetakan 1 (Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021).

### a. Skala Kestabilan Emosi

Teori Kestabilan emosi yang telah dipaparkan peneliti di bab II, memiliki 3 aspek yang dimana terbagi menjadi beberapa item pada skala kestabilan emosi. Item yang diujikan sejumlah 40 item kemudian diujikan validitasnya. Terdapat 14 item diantaranya (3, 4, 6, 8, 11, 12, 16, 23, 25, 28, 29, 36, 37, 40) dinyatakan gugur. Sedangkan item yang akan disebar kepada responden penelitian berjumlah 26 item.

**Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Skala Kestabilan Emosi**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1	Adekuasi emosi	1. Mampu menyesuaikan / menstabilkan emosi negatif.	1,21	27	3
		2. Mampu mengubah emosi negatif menjadi emosi positif.		2	1
		3. Mampu mengungkapkan emosi dengan baik.	24	14,22	3
2	Kematangan emosi	1. Mampu menerima peristiwa yang menimbulkan emosi negatif.	7,33	18,35	4
		2. Tetap dapat berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.	38	34	2
		3. Mampu memotivasi diri untuk menghilangkan emosi negatif.	9	20,39	3

		4. Berpikir positif terhadap apa yang dialami.	19	10	2
3	Kontrol emosi	1. Mampu menghindari keadaan yang menimbulkan emosi negatif.	26	15,31	3
		2. Fokus terhadap hal-hal yang menyenangkan.	13	5,33	3
		3. Menghindarkan orang lain/situasi/objek yang dapat mengurangi emosi negatif.		17,32	2
Jumlah			10	16	26

#### b. Skala Nyeri Haid (*Dismenore*)

Teori nyeri haid yang telah dipaparkan peneliti di bab II, memiliki 4 aspek yang dimana terbagi menjadi beberapa item pada skala nyeri haid. Item yang diujikan sejumlah 15 item kemudian diujikan validitasnya. Terdapat 4 item diantaranya (3, 7, 10, 11) dinyatakan gugur. Sedangkan item yang akan disebar kepada responden penelitian berjumlah 11 item.

**Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Nyeri Haid (*Dismenore*)**

No	Indikator	Keterangan
1	Nyeri kram	Valid
2	Nyeri tekanan pada tubuh	Valid
3	Nyeri seperti di tusuk	Tidak Valid
4	Kesenangan menyelesaikan tugas	Valid
5	Perasaan Takut	Valid
6	Cemas	Valid
7	Kepedulian sosial	Tidak Valid
8	<i>Mood swing</i>	Valid
9	Penilaian terhadap diri sendiri	Valid

10	Penilaian dari orang lain	Tidak Valid
11	Kepercayaan diri	Tidak Valid
12	Sakit sekitaran kepada	Valid
13	Sendi tubuh	Valid
14	Sakit Tenggorokkan	Valid
15	Sakit daerah payudara	Valid
Jumlah valid		11

## 2. Uji Reliabilitas

Penguji reliabilitas tujuannya untuk mengetahui apakah dapat dipakai atau tidaknya suatu instrument penelitian dan haruslah memiliki nilai yang relative seimbang, sehingga dapat dikatakan sebagai alat ukur yang baik dan dapat disajikan. Uji reliabilitas dapat diperhatikan pada tabel *Reliabilitas Statistics*, yaitu pada kolom *Cronbach' Alpha*, yang dimana nilai tersebut berasal dari butir item secara keseluruhan, semakin nilainya mendekati angka satu maka alat ukur dinyatakan memiliki reliable yang tinggi. Sekarang dalam teorinya menggunakan *Cronbach' Alpha* < 0,6 maka instrumen penelitian yang digunakan kurang baik tapi sebelumnya jika nilai *Cronbach Alpha* > 0,6 maka instrument penelitian dapat dinyatakan baik dan bisa dipakai.<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Duwi Priyanto, *SPSS : Panduan Mudah Oleh Data Bagi Mahasiswi & Umum* (Yogyakarta: Penerbit Andi Offset, 2018)

**Tabel 4.3 Tabel Reliabilitas Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) dan Kestabilan Emosi**

No	Variabel	<i>Cronbach Alpha</i>	Sig.	Ket
1	Nyeri Haid (X)	0,804	> 0,6	<i>Reliabel</i>
2	Kestabilan Emosi (Y)	0,710	> 0,6	<i>Reliabel</i>

Sumber: Hasil Analisis Statistik Melalui Program Komputer SPSS 22

Berdasarkan pengertian yang dipaparkan pada teori diatas mengenai uji reliabilitas, *Cronbach'' Alpha* haruslah > 0,6 agar instrument penelitian dapat disebut instrument yang baik. Dari hasil SPSS diatas *Cronbach'' Alpha* untuk dua skala penelitian nyeri haid dan kestabilan emosi berada diposisi > 0,6 dengan kata lain insrtumen penelitian dinyatakan baik.

### C. Hasil Analisis Data dan Insterpretasi

#### 1. Gambaran Responden Penelitian

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan peneliti yang dimana data primer yaitu dengan menyebarkan kuesioner yang ditujukan kepada siswi perempuan kelas XII MIPA 1,2,3,4 dan 5 MAN 2 Kota Banjarmasin, jumlah item yang disebar pada kuesioner berjumlah 37 item yakni 26 item kestabilan emosi dan 11 item nyeri haid. Jumlah siswi perempuan 120 siswi perempuan.

Data siswi perempuan menunjukkan berdasarkan kelompok usia, dari usia 16 tahun berjumlah 5 orang, usia 17 tahun berjumlah 42 tahun, usia 18 tahun berjumlah 11 orang.

## 2. Analisis Data Deskriptif Hasil Penelitian

Analisis data deskriptif, untuk menjelaskan secara deskriptif atau menggunakan data yang telah dikumpulkan oleh penelitian dengan keadaan sebenarnya tanpa menarik kesimpulan yang berlaku secara universal.<sup>3</sup> Data yang didapat akan diujikan untuk melihat perbedaan, pengaruh ataupun korelasi antar variabel. Dalam langkah ini analisis ini diperuntukkan untuk mengkategorisasikan dan mengetahui intensitas antar variabel yang dimana mencari mean dan standar deviasi terlebih dahulu. Peneliti menggunakan *software IBM SPSS vers 22* dilanjutkan dengan menggunakan rumus Saifuddin Azwar.<sup>4</sup>

Dalam perhitungan ini penulis menggunakan kalkulasi yang dikembangkan oleh Saifuddin Azwar. Untuk data standar deviasi diperoleh dari  $(\text{skor max} - \text{skor min})/6$ . Skor maksimum diperoleh dari  $(\text{jumlah aitem} \times \text{skor terkecil})$ . Skor maksimum diperoleh dari  $(\text{jumlah aitem} \times \text{skor terbesar})$  dan mean diperoleh dari  $(\text{skor minimal} - \text{skor maksimal})/2$ . Tingkat kategorisasi bisa ditentukan penentuannya dengan memakai rumus dibawah ini.

$$\mu + 1\sigma \leq X \quad (\text{Tinggi})$$

$$\mu - 1\sigma \leq X < + 1\sigma \quad (\text{Sedang})$$

$$X < \mu - 1\sigma \quad (\text{Rendah})$$

---

<sup>3</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Peneti Alfabeta, 2018).

<sup>4</sup>Saifuddin Azwar, *Penyusun Skala Psikologi, Edisi 2* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2018).

Penjelasan:

X : Skor subjek

$\mu$  : Mean

$\sigma$  : Standar deviasi s

**Tabel 4.4 Hasil Uji Deskriptif Data Penelitian**

Variabel	N	Min	Max	Sum	Mean	Standar Deviasi
Nyeri Haid	92	68	104	8500	92.39	5.922
Kestabilan Emosi	92	70	97	7369	80.10	6.558
Valid N (listwist)	92					

#### a. Analisis Data Skala Kestabilan Emosi

Skala kestabilan emosi dalam penelitian ini mempunyai 26 item dengan skor 1, 2, 3 dan 4. Kemudian skor maksimum ialah (skor tertinggi x jumlah item)  $(4 \times 26) = 104$  dan skor minimal ialah (skor terendah x jumlah item)  $(1 \times 26) = 26$ . Mean didapat dari  $(x_{\min} + x_{\max})/2$   $(104 + 26)/2 = 65$ , kemudian standar deviasi yaitu  $(x_{\min} - x_{\max})/2$   $(104 - 26)/2 = 39$ . Kemudian peneliti menggunakan *IBM SPSS Statistic 22* dengan hasil pada tabel sebagai berikut :

**Tabel 4.5 Kategorisasi Kestabilan Emosi**

Kategori	Rentang Nilai	F	%
Rendah	$X \geq 52$	0	0%
Sedang	$78 \leq X < 52$	39	42.4%
Tinggi	$78 < X$	53	57.6%
Total		92	100%

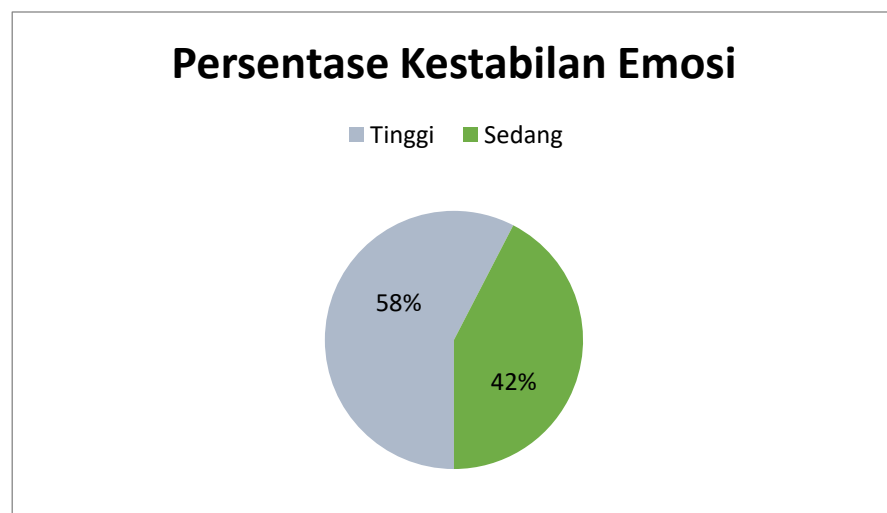
Dari rumus kategorisasi hasil fase kestabilan emosi pada tinggi ialah 53 orang siswi perempuan dengan persentasi sebesar 57.6%, untuk level sedang ialah 39 orang siswi perempuan 42.4%, dan level rendah ialah 0 orang siswi perempuan dengan persentasi 0% yang diperoleh dari total sampel penelitian. Berikut hasil uji kategorisasi skala kestabilan emosi menggunakan program komputer *SPSS 22*.

**Tabel. 4.6 Hasil Uji Kategori Kestabilan Emosi**

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	39	42.4	42.4	42.4
	Tinggi	53	57.6	57.6	100.0
	Total	92	100.0	100.0	

mber: Hasil Analisis Statistik Melalui Program Komputer *SPSS 22*

**Gambar 4.1 Diagram Kestabilan Emosi Siswi**





### b. Analisis Data Skala Nyeri Haid (*Dismenore*)

Skala nyeri haid pada penelitian ini memiliki 11 item dengan skor 1, 2, 3 dan 4. Skor maksimum ialah (skor tertinggi x jumlah item)  $(4 \times 11) = 44$  dan skor minimal ialah (skor terendah x jumlah item)  $(1 \times 11) = 11$ . Mean didapat dari  $(x_{\min} + x_{\max})/2$   $(11 + 44)/2 = 27,5$ , kemudian standar deviasi yaitu  $(x_{\min} - x_{\max})/2$   $(11 - 44)/2 = 16,5$ . Kemudian penelitian menggunakan *IBM SPSS Statistic 22* dengan hasil pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 4.7 Kategorisasi Nyeri Haid (*Dismenore*)**

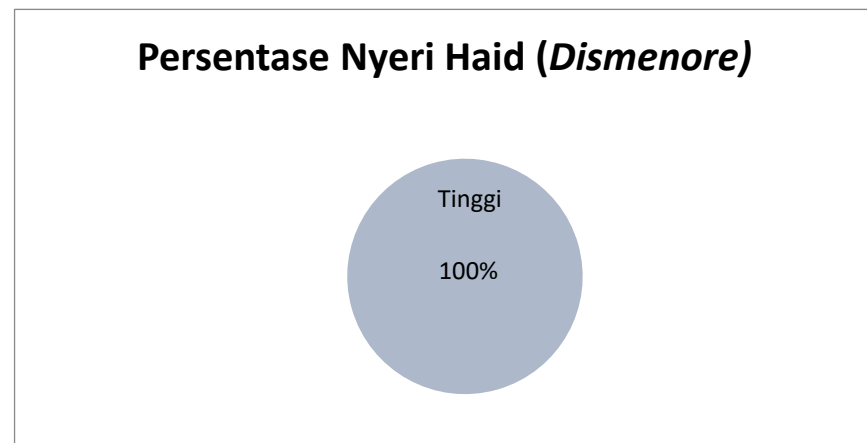
Kategori	Rentang Nilai	F	%
Rendah	$X \geq 5.5$	0	0%
Sedang	$16.5 \leq X < 5.5$	0	0%
Tinggi	$X < 16.5$	92	100.0%
Total		92	100%

Dari rumus kategorisasi hasil fase kestabilan emosi pada tinggi ialah 92 orang siswi perempuan dengan persentasi sebesar 100% , untuk level sedang ialah 0 orang siswi perempuan 0%, dan level rendah ialah 0 orang siswi perempuan dengan persentasi 0% yang diperoleh dari total sampel penelitian. Berikut hasil uji kategorisasi skala kestabilan emosi menggunakan program komputer *SPSS 22*.

**Tabel. 4.8 Hasil Uji Kategori Nyeri Haid (*Dismenore*)**

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	92	100.0	100.0	100.0

Sumber: Hasil Analisis Statistik Melalui Program Komputer SPSS 22

**Gambar 4.2 Diagram Nyeri Haid (*Dismenore*)**

### 3. Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas

Uji asumsi pertama yang digunakan penulis adalah uji normalitas. Uji normalitas digunakan agar dapat mengetahui apakah data dari variable x dan y berdistribusi normal agar memenuhi syarat untuk uji hipotesis.<sup>5</sup> *Table One Sampel Kolmogorov-Smirnov test* adalah dasar dari pengambilan keputusan

<sup>5</sup> Duwi Priyatno, "SPSS: Panduan Mudah Oleh Data Bagi Mahasiswa & Umum", (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2018), 73.

dalam uji normalitas. Hasil uji normalitas pada variable nyeri haid dengan kestabilan emosi bisa diamati dari table di bawah ini.

**Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) dan Kestabilan Emosi Menggunakan *Kolmogorov-Smitnov Test***

		Unstandardized Residual
N		92
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.80838015
Most Extreme Differences	Absolute	.089
	Positive	.051
	Negative	-.089
Test Statistic		.089
Asymp. Sig. (2-tailed)		.069 <sup>c</sup>

Berdasarkan tabel di atas nilai signifikansi yang dapat dilihat pada tabel kolom Asymp. Sig. (2-tailed) ialah lebih besar dari nilai probabilitas 0,05 yaitu ditunjukkan dengan nilai  $0,069 > 0,05$  data antara variabel nyeri haid (*Dismenore*) dan variabel kestabilan emosi berdistribusi secara normal.

b. Uji Linearitas

Uji Linearitas digunakan agar dapat mengetahui apakah data dalam penelitian yang didapatkan tersebut secara linear atau tidak. Uji linearitas digunakan dalam uji ini yakni apa bila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data antara kedua variabel tersebut dinyatakan linear.

**Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas dengan Anova Tabel Skala  
Nyeri Haid (*Dismenore*) dan Kestabilan Emosi**

Nyeri Haid * Kestabilan Emosi		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Betwen Groups	(Combined)	988.555	23	42.981	1.326	.185
	Linearity	121.821	1	121.821	3.760	.057
	Deviation from Linearity	866.734	22	39.397	1.216	.265
Within Groups		2203.358	68	32.402		
Total		3191.913	91			

Berdasarkan tabel 4.10 di atas dapat disimpulkan bahwa variabel Nyeri Haid (*Dismenore*) (X) dan variabel kestabilan emosi (Y) mempunyai pengaruh yang linear. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi yang ada pada kolom *Deviation from Linearity* yaitu sebesar  $0,265 > 0,05$ .

#### 4. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini menggunakan uji regresilinear sebagai guna uji hipotesis. Uji regresilinear digunakan untuk mencari tahu ada tidaknya pengaruh yang signifikansi antara variabel independen (X) dengan variabel dependen (Y) untuk mencari tahu pengaruh tiga variabel tersebut mempunyai pengaruh positif atau pengaruh negatif, seberapa besar pengaruh tersebut dan memprediksi nilai variabel dependen menggunakan variabel independen.<sup>6</sup> Hipotesis yang diujikan dalam penelitian ini ialah :

<sup>6</sup> Duwi Priyatno, "SPSS: Panduan Mudah Oleh Data Bagi Mahasiswa & Umum",

- a. Ha: Terdapat pengaruh kondisi saat Nyeri Haid (*Dismenore*) terhadap kestabilan emosi pada remaja awal di MAN 2 Kota Banjarmasin.
- b. Ho: Tidak terdapat pengaruh kondisi saat Nyeri Haid (*Dismenore*) terhadap kestabilan emosi pada remaja awal di MAN 2 Kota Banjarmasin

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilaksanakan memakai analisis regitersi linear sederhana menggunakan *Shoftware IBM SPSS Statistic 22*, maka diperoleh hasil yang dapat dilihat dalam tabel dibawah ini:

**Tabel 4.11 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana Variabel Nyeri Haid (*Dismenore*) dan Kestabilan Emosi**

Variabel	R	R Square	T Hitung	t Tabel	F Hitung	F table
Nyeri Haid dan Kestabilan emosi	.437	.191	3,076	0,202	21,244	3,94
Sig						.000
Unstandardized Coefficients						106,522
Koefisien Regresi						.176

Dari hasil uji Hipotesis di atas nilai korelasi/pengaruh (R) 0,437 sedangkan untuk koefisien determinasinya (R Square) 0,191 artinya variabel Nyeri Haid (*Dismenore*) berpengaruh terhadap kestabilan emosi sebesar 19,1%. Kemudian diketahui F hitung sebesar 21,244 dengan tingkat signifikansi  $0,000 < 0,05$  maka terdapat pengaruh antara variabel menstruasi terhadap variabel kestabilan emosi. Dari *output*

tersebut diketahui nilai *Constant (a) / Unstandardized Coefficients* sebesar 106,522 angka ini menunjukkan nilai konsistensi variabel nyeri haid, sedangkan nilai koefisien regresinya sebesar 0,176 yang dimana dengan ini menyatakan setiap penambahan 1% nilai nyeri haid, maka nilai nyeri haid bertambah 0,176. Koefisien regresi bernilai negatif sehingga arah pengaruh variabel nyeri haid (*Dismenore*) (X) terhadap kestabilan emosi (Y) memiliki pengaruh negatif. Berdasarkan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat ditarik kesimpulan terhadap pengaruh antara variabel nyeri haid (*Dismenore*) dan variabel kestabilan emosi. Berdasarkan nilai t hitung  $3,076 > t$  tabel 0,202 sehingga variabel nyeri haid (*Dismenore*) (X) berpengaruh negatif terhadap kestabilan emosi (Y). jadi,  $H_0$  diterima karena ada pengaruh antara variabel nyeri haid (*Dismenore*) dengan variabel kestabilan emosi pada siswi MAN 2 Kota Banjarmasin.

## 5. Perhitungan Aspek Pembentuk Utama

### a. Aspek Pembentuk Kestabilan Emosi

Aspek pembentuk utama pada variabel kestabilan emosi terhadap 3 aspek yaitu Adekuasi emosi, kematangan emosi dan kontrol emosi cara mengetahui nilai dari setiap aspek ialah membagi skor total tiap aspek dengan skor total variabel :

$$\text{Adekuasi Emosi} \quad : \quad \frac{1940}{7369} \times 100 \% = 26,3 \%$$

$$\text{Kematangan Emosi} \quad : \quad \frac{3132}{7369} \times 100 \% = 42,5 \%$$

$$\text{Kontrol Emosi} \quad : \quad \frac{2301}{7369} \times 100 \% = 31,2 \%$$

Berdasarkan perhitungan diatas, aspek pembentuk yang paling dominan pada variabel kestabilan emosi ialah aspek kematangan emosi dengan presentasi sebanyak 42,3% disusul dengan aspek kontrol emosi dengan presentasi 31,2% , dan aspek adekuasi emosi 26,3%. Dengan kata lain aspek yang lebih berpengaruh dalam membentuk variabel kestabilan emosi ialah aspek kematangan emosi, sementara itu aspek adekuasi emosi kurang berpengaruh dalam membentuk kestabilan emosi siswi disebabkan karna skor yang rendah.

**b. Aspek Pembentuk Nyeri Haid (*Dismenore*)**

Aspek pembentuk utama pada variabel Nyeri Haid terhadap 4 aspek yaitu Sensoris diskriminatif, afektif motifasional, kognitif evaluative, dan temporal. Cara mengetahui nilai dari setiap aspek ialah membagi skor total tiap aspek dengan skor total variabel :

$$\text{Sensoris Diskriminatif} \quad : \quad \frac{1665}{8500} \times 100 \% = 19,5 \%$$

$$\text{Afektif Motivasional} \quad : \quad \frac{3128}{8500} \times 100 \% = 36,8 \%$$

$$\text{Kognitif Evaluatif} \quad : \quad \frac{800}{8500} \times 100 \% = 9,4 \%$$

$$\text{Temporal} \quad : \quad \frac{2917}{8500} \times 100 \% = 34,3 \%$$

Berdasarkan pada hitungan tersebut, aspek Nyeri Haid yang paling dominan pada variabel Nyeri Haid ialah Afektif

motivasional dengan nilai presentasi sebanyak 36,8%, disusul dengan aspek Temporal sebanyak 34,3%, kemudian aspek Sensoris diskriminatif sebanyak 19,5 dan aspek Kognitif evaluatif 9,4%. Dengan kata lain aspek yang lebih berperan dalam membentuk variabel Nyeri Haid ialah aspek afektif motivasional kemudian aspek temporal disusul dengan aspek sensoris diskriminatif dan aspek yang kurang berpengaruh atau paling rendah ialah aspek kognitif evaluatif.

#### **D. Pembahasan**

##### **1. Tingkat Nyeri Haid (*Dismenore*) Pada Remaja Awal di MAN 2 Kota Banjarmasin**

Penelitian ini memperoleh hasil yang menunjukkan bahwasanya Nyeri Haid yang ada pada siswi kelas XII MIPA 1,2,3,4 dan 5 adalah sebesar 100,0% siswi mempunyai Nyeri Haid yang tinggi, 0% siswi mempunyai Nyeri Haid yang sedang, dan 0% untuk siswi yang mempunyai Nyeri Haid yang rendah. Berdasarkan data ini menjelaskan bagaimana tingkat nyeri haid yang dimiliki sebagian besar siswi mempunyai nyeri haid yang tinggi.

Aspek yang paling dominan pada variabel nyeri haid ini ialah aspek afektif motivasional dan temporal dengan presentasi lebih besar 36,8% dan 34,3%. Hal ini menunjukkan bahwa siswi MAN 2 Kota Banjarmasin memiliki keinginan individu menghindari ancaman serta keinginan individu untuk memperoleh harapan baru seperti, dalam



keadaan nyeri haid siswi mampu menyelesaikan tugas sekolah, adapun aspek temporal yang di maksud ialah jenis rasa sakit yang di alami dan sensasi yang di rasakan saat nyeri haid seperti sakit kepala dan sakit saerah payudar. Sedangkan pada aspek sensoris diskriminatif memiliki peran cukup besar pada nyeri haid yaitu 19,5%. Dengan ini menunjukkan bahwa siswi masih merasakan di bagian tertentu, kualitas menstrusai yang dirasakan, dan keadaan tubuh saat nyeri haid seperti kram di daerah perut, tekanan pada tubuh, sepeti ditusuk di bagian punggung. Sedangkan pada aspek kognitif evaluative juga memiliki peran yang cukup rendah dengan presentasi sebesar 9,4% hal ini menunjukkan bahwa siswi kesulitan dalam berpikir positif terhadap apa yang dialami, kesulitan dalam melakukan aktivitas dengan baik, dan kesulitan melakukan olah raga saat nyeri haid.

Menurut Yusrah Taquyah dkk, Nyeri haid merupakan suatu keluhan *ginekologis* yang diakibatkan ketidak seimbangan hormon *progesteron* dalam darah sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri yang paling sering dialami oleh wanita. Remaja putri usia sekolah yang mengalami nyeri haid atau *dismenore* akan mengakibatkan susah untuk konsentrasi dalam belajar dan meningkatkan peluang ketidak hadiran disekolah karna ketidak nyamanan yang ditimbulkan dari

gangguan nyeri haid harus segera ditangani agar tidak menimbulkan dampak kesehatan yang serius.<sup>7</sup>

## **2. Tingkat Kestabilan Emosi pada Remaja Awal di MAN 2 Kota Banjarmasin**

Penelitian ini memperoleh hasil yang menunjukkan bahwasanya kestabilan emosi yang ada pada siswi kelas XII MIPA 1,2,3,4 dan 5 adalah sebesar 57,6% siswi memiliki kestabilan emosi tinggi, 42,4% untuk siswi memiliki tingkat kestabilan emosi yang sedang, dan 0% untuk siswi memiliki tingkat kestabilan emosi yang rendah.

Berdasarkan perhitungan data pembentuk utama kestabilan emosi yang siswi MAN 2 Kota Banjarmasin yaitu aspek kematangan emosi yang berperan sebesar 42,5%. Hal ini menunjukkan bahwa dalam diri siswi MAN 2 Kota Banjarmasin terdapat kestabilan emosi yang tinggi, dimana mampu mengutarakan dan mengekspresikan emosi dengan baik agar dapat menyesuaikan diri sehingga menimbulkan aspek ini menjadi lebih tinggi. Sedangkan pada aspek lain kontrol emosi memiliki peran yang cukup besar pada kestabilan emosi siswi yaitu sebanyak 31,2%, dimana siswi mampu mengontrol emosi dan mengontrol diri dengan baik, agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan. Dengan ini menunjukkan bahwa siswi masih merasa mampu untuk menghadapi persoalan dengan cukup baik dan

---

<sup>7</sup> Yustah Taqiyah, Fatma Jama dan Najihah. Analisis faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer. (*Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* Vol, 17. No, 1. 2022). Hal 15

dapat mengontrol emosi dengan cukup baik. Untuk aspek yang cukup rendah yaitu pada aspek adekuasi emosi 26,3%. Dengan kata lain reaksi emosi siswi tidak sesuai dengan rangsangan yang diterimanya, dimana reaksi ini berkaitan dengan siapa emosi itu di arahkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Hariadi Ahmad, kestabilan emosi adalah keadaan seseorang yang stabil dan tidak berlebih-lebihan dalam mengungkapkan sesuatu dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, rasa aman merupakan kebutuhan psikologi manusia.<sup>8</sup>

### **3. Pengaruh Kondisi saat Nyeri Haid (*Dismenore*) terhadap Kestabilan Emosi Pada Remaja Awal Di MAN 2 Kota Banjarmasin.**

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan didapatkan bahwasanya nyeri haid memiliki pengaruh terhadap kestabilan emosi pada siswi di MAN 2 Kota Banjarmasin, yang dimana ditunjukkan nilai R square pada uji regresi linier dengan nilai ( R ) sebesar 0,437 sedangkan untuk koefisien determinasinya (R Square) sebesar 0,191 artinya variable kestabilan emosi berpengaruh terhadap menstruasi sebesar 19,1%.

Nyeri haid memiliki pengaruh yang dominan dalam kestabilan emosi pada siswi MAN 2 Kota Banjarmasin, ditunjukkan pada koefisien regresi bernilai positif sehingga arah pengaruh variabel Nyeri

---

<sup>8</sup> Hariadi Ahmad, Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Emosi Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama. ( *Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling* (JRbk). Vol, 6. No, 2. 2021)

haid (X) terhadap Kestabilan emosi (Y) memiliki pengaruh negatif. Berdasarkan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara variabel nyeri haid dan variabel kestabilan emosi. Berdasarkan nilai t hitung sebesar 3,076  $> t$  tabel 0,202 sehingga variabel nyeri haid (X) berpengaruh negatif terhadap variabel kestabilan emosi (Y).

Dengan nyeri haid yang tinggi terhadap kestabilan emosi dengan penjelasan yang di kemukakan oleh beberapa para ahli dalam jurnal yang di tulis oleh mahasiswi dari program studi psikologi fakultas kedokteran dapat di definisikan bahwa kestabilan emosi adalah keadaan emosi yang tidak berubah-ubah suasana hatinya maupun menunjukkan gangguan depresi dan kecemasan bila mendapatkan rangsangan secara emosional dari luar yang dicapai melalui kemampuan individu dalam mengendalikan diri dari berbagai situasi dengan cara menahan diri.<sup>9</sup> Hal ini di dukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Anna Khoerunisya dengan judul Hubungan Regulasi Emosi Dengan Rasa Nyeri Haid (*Dismenore*) pada Remaja di dapat bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan nyeri haid.<sup>10</sup> Hal ini senada dengan penelitian Ericka Hardyanti dengan judul Hubungan Regulasi Emosi dengan Intensitas Nyeri Haid

---

<sup>9</sup> Dica Pramarti Apriliani, dkk. Hubungan antara kestabilan emosi dengan penyesuaian diri pada wanita perokok usia dewasa awal di kecamatan jebres surakarta. (*Jurnal ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 2016), h. 84

<sup>10</sup> Dwi Anna Khoerunisya, "*Hubungan Regulasi Emosi Denganrasa Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja*", (Universitas Negeri Semarang, 2015), h. 59

(*Dismenore*) Pada Remaja Putri di dapat adanya hubungan antara regulasi emosi dengan nyeri haid.<sup>11</sup> Penelitian ini juga di dukung dengan hasil riset yang di lakukan oleh Siti Hardiyanti, Fitriani dengan judul Hubungan Regulasi emosi dengan Dysmenorea pada Remaja Putri Di SMKN 6 Jeneponto artinya ada hubungan antara regulasi emosi dengan intensitas nyeri *dismenore* primer pada remaja putri.<sup>12</sup> Begitu pula penelitian Eliza, Dita Heryani, Amira Esti dengan judul Hubungan Nyeri Haid (Disminorea) dengan Regulasi Emosi di SMPN 1 Lubuk Alung Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dwi Anna Khoerunisya yang mengatakan bahwa ada hubungan negatif antara regulasi emosi dengan nyeri haid pada remaja.<sup>13</sup>

Adapun penelitian Prita Yuliana Irnawati, dengan judul Hubungan Antara Kestabilan Emosi Dengan Gangguan Menstruasi Pada Mahasiswa Prodi D III Kebidanan Fk Uns di dapat hasil bahwa Terdapat hubungan yang bermakna antara kestabilan emosi dengan gangguan menstruasi pada mahasiswa Prodi D III Kebidanan FK UNS.<sup>14</sup>

---

<sup>11</sup> Ericka Herdayanti, Ericka Hardyanti, “ *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Intensitas Nyeri Haid ( Disminore ) Pada Remaja Putri* “, STIKes Insan Cendikia Medika Jombang, h.30

<sup>12</sup> Sitti Herdayanti, Fitriani, Sitti Hardiyanti, Fitriani, “ Hubungan Regulasi Emosi Dengan Dysmenorea Pada Remaja Puti Di Smkn 6 Jeneponto “, *Jurnal Kesehatan*, Vol.XII No.2 (Desember:2020, h. 1

<sup>13</sup> Nanda Eka Putri, dkk. “ Hubungan Regulasi Emosi Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dismenore) Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Pontianak “, *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK) LP2M Unhas*, Vol. 3 Edisi.2 (2020), h. 51

<sup>14</sup> Prita Yuliana Irnawati, *Hubungan Antara Kestabilan Emosi Dengan Gangguan Menstruasi Pada Mahasiswa Prodi D III Kebidanan Fk Uns*”, UNS F.Kedokteran (2014)

### **A. Keterbatasan Peneliti**

1. Penulis membagikan skala kepada siswi secara langsung. Saat melakukan riset penelitian terhadap kendala yang berkaitan dengan waktu pembagian, dikarenakan kelas XII sedang ulangan, sehingga peneliti harus menunggu beberapa waktu untuk mengumpulkan semua responden .
2. Dalam proses pengambilan data, informasi yang diberikan responden melalui kuesioner terkadang tidak menunjukkan pendapat responden yang sebenarnya, hal ini terjadi karena perbedaan pemikiran, anggapan dan pemahaman yang berbeda tiap responden.
3. faktor lain seperti faktor kejujuran dalam pengisian pendapat responden dalam kuesionernya.