

***EMOTION FOCUSED COPING* DAN PENYESUAIAN DIRI
TERHADAP SINDROM PREMENSTRUASI
PADA WANITA BEKERJA DI MULIA TOSERBA BANTUL**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Strata Satu Psikologi**

Oleh :

**Kartika Mustafa
NIM. 08710009**

Dosen Pembimbing :

Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2012**



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. 519571
YOGYAKARTA 55281



PENGESAHAN SKRIPSI

Nomor : UIN.02/DSH/PP.00.9/ 867 /2012

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul : EMOTION FOCUSED COPING DAN
PENYESUAIAN DIRI TERHADAP SINDROM
PREMENTRUASI PADA WANITA BEKERJA DI
MULIA TOSERBA BANTUL

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Kartika Mustafa
NIM : 08710009

Telah dimunaqsyahkan pada : Rabu, tanggal: 27 Juni 2012
dengan nilai : 88 (A/B)

Dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga

PANITIA UJIAN MUNAQSYAH :

Ketua Sidang

Erika Setyanti K Putri, M.Si
NIP. 19750514 200501 2 004

Penguji I

Miftahun Ni'mah Suseno, M.Psi
NIP.197703132009122001

Penguji II

R. Rachmy Diana, MA
NIP. 19750910 200501 2 003

Yogyakarta,

UIN Sunan Kalijaga

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

DEKAN



Prof. Dr. Sudung Abdurahman, M.Hum
NIP. 19630306 198903 1 010

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum wr.wb.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kartika Mustafa

NIM : 08710009

Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul "*Emotion Focused Coping* dan Penyesuaian Diri terhadap Sindrom Prementuasi pada Wanita Bekerja di Mulia Toserba Bantul", merupakan hasil karya peneliti sendiri dan bukan merupakan plagiasi dari hasil karya orang lain. Serta belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi manapun.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Yogyakarta, 27 Juni 2012

Yang menyatakan,



Kartika Mustafa

08710009

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada:

Prof. Dr. Dudung Abdurrahman

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing, saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Kartika Mustafa

NIM : 08710009

Program Studi : Psikologi

Judul : *Emotion Focused Coping* dan Penyesuaian diri terhadap Sindrom Premenstruasi pada Wanita Bekerja di Mulia Toserba Bantul

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana strata 1 (satu) Psikologi.

Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqasyah.

Demikian atas perhatiannya terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 27 Juni 2012

Pembimbing,



Erika S. Kusumaputri, S.Psi., M.Si.

NIP. 19750514 2005 01 2 004

MOTTO

- insyaallah ada jalan -

(Maher Zain)

- Fighting -

(fullhouse)

HALAMAN PERSEMBAHAN

***Untuk setiap panutan, penyemangat, penolong serta
pembawa ceria dan pemberi senyum kasih sayang nan berharga***

I'm thankful that I met people as great as you all

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil ‘alamin, puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas ridhoNya akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Emotion Focused Coping* dan Penyesuaian Diri terhadap Sindrom Premenstruasi pada Wanita Bekerja di Mulia Toserba Bantul”. Tanpa adanya dukungan, bantuan, dan partisipasi dari banyak pihak, skripsi ini tidak akan pernah terselesaikan. Sehingga penulis menghaturkan penghargaan setingginya dan terimakasih setulusnya kepada semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini:

1. Bapak Prof. Dr. Dudung Abdurrahman, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Benny Herlena, M.Si. selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si. selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Dosen Pembimbing Skripsi, atas kesedian dan kesabarannya memberikan bimbingan dari awal kuliah sampai dengan saat ini, juga saran, arahan serta motivasi, yang sangat membantu dan mempermudah dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Ibu Miftahun Ni'mah Suseno, MA.Psi. selaku penguji 1 (satu), dan Ibu Rachmi Diana MA.Psi selaku penguji 2 (dua) yang telah memberikan saran dan masukan dalam proses penyelesaian skripsi ini.

5. Segenap jajaran Dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora terimakasih telah menjadi bagian dari kenangan tak tergantikan.
6. Keluarga kecilku tercinta Ibu, Bapak, dan Mas Diyan, untuk setiap cinta, curahan kasih sayang, setiap doa yang mengiring ridho Ilahi, juga pengalaman hidup yang mengesankan, sungguh saya selalu ingin membuat kalian bangga. Juga keluarga besarku, yang selalu menyediakan tempat teraman dan terhangat untuk aku pulang.
7. Sahabat juga teman-teman terdahsyat Rofi (terima kasih untuk semuanya), Anis Ra, Ipah, Uul, Aning, Anis Ro, Kiki, Mira, Khotim, Zuka, Yunan, Imam, Halfiz, Fakhri, Handoko, dan Amrul (terima kasih atas setiap bantuan dan ide yang mengesankan), juga seluruh teman yang mengagumkan. Terimakasih atas segala kebersamaan, keramahan, ketulusan, canda dan semangatnya. Karena kau teman sejati, kita teman sehati bersama hadapi dunia saling bergandengan tangan. Kamu sangat berarti istimewa di hati selamanya rasa ini, jika tua nanti kita telah hidup masing-masing ingatlah hari ini. *How awesome you are.*
8. Anak-anak Griya Nindya terima kasih telah menjadi bagian kehidupan nan hangat.
9. Bapak Triono Basuki yang telah membantu dan mempermudah proses perizinan sampai proses pengambilan data penelitian hingga selesai. Serta segenap karyawan wanita di Mulia Toserba Bantul, yang telah bersedia mengisi skala penelitian dengan baik.

10. Untuk setiap kesempatan yang mewujudkan ambisi, juga ambisi yang lahir dari mimpi-mimpi, terimakasih.

Akhirnya terimakasih dan penghargaan kepada semua pihak yang dengan tulus berpartisipasi dalam mewujudkan karya sederhana ini. Semoga dijadikan amal kebaikan oleh Allah SWT. Amin.

Yogyakarta, 27 Juni 2012

Penulis,



Kartika Mustafa
NIM.08710009

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Lembar Pengesahan.....	ii
Halaman Pernyataan.....	iii
Halaman Surat Persetujuan Skripsi.....	iv
Halaman Motto.....	v
Halaman Persembahan.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Gambar.....	xv
Daftar Lampiran.....	xvi
Intisari.....	xvii

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	9
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Keaslian Penelitian.....	10

BAB II. TINJAUAN TEORI

A. Penyesuaian Diri.....	14
1. Pengertian Penyesuaian Diri.....	14
2. Kriteria dan Aspek Penyesuaian Diri.....	17
3. Bentuk-Bentuk Penyesuaian Diri.....	19

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	21
B. <i>Emotion Focused Coping</i>	23
1. Pengertian <i>Emotion Focused Coping</i>	23
2. Aspek-Aspek <i>Emotion Focused Coping</i>	27
C. Sindrom Premenstruasi.....	29
1. Definisi Sindrom Premenstruasi.....	29
2. Prevalensi Sindrom Premenstruasi.....	29
3. Penyebab Sindrom Premenstruasi	30
4. Gejala Sindrom Premenstruasi.....	31
5. Diagnosis Sindrom Premenstruasi.....	32
6. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Premenstrual Syndrome</i>	33
D. Wanita Bekerja.....	35
E. Hubungan <i>Emotion Focused Coping</i> Dan Penyesuaian Diri Terhadap Sindrom Premenstruasi Pada Wanita Bekerja	37
F. Hipotesis	42
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel.....	43
B. Definisi Operasional Variabel.....	43
1. Penyesuaian Diri Positif	43
2. Penyesuaian Diri Negatif.....	44
3. <i>Emotion Focused Coping</i>	44
C. Populasi dan Sampel Penelitian	45
D. Metode Pengumpulan Data.....	46

1. <i>The Shortened Premenstrual Assesment Form (SPAF)</i>	46
2. Skala Penyesuaian Diri Positif.....	47
3. Skala Penyesuaian Diri Negatif	49
4. Skala <i>Emotion Focused Coping</i>	50
E. Validitas, Reliabilitas dan Seleksi Aitem	52
1. Validitas	52
2. Seleksi Aitem	53
3. Reliabilitas	54
F. Metode Analisis Data	55

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan.....	56
B. Persiapan Penelitian	60
1. Proses Perizinan	60
2. Pelaksanaan Uji Coba.....	60
3. Hasil Uji Coba.....	61
a. Hasil <i>Focused Group Discussion</i>	61
b. Hasil Analisis Data Uji Coba	62
C. Pelaksanaan Penelitian	68
D. Analisis Data.....	69
1. Uji Normalitas.....	69
2. Uji Linieritas	70
3. Kategorisasi Kondisi Individu Pada Masing-Masing Skala	71
4. Uji Hipotesis	76
E. Pembahasan	77

BAB V. PENUTUP

A. Kesimpulan 86

B. Saran..... 87

DAFTAR PUSTAKA..... 88

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Sebaran Aitem Skala Penyesuaian Diri Positif	48
Tabel 3.2. Sebaran Aitem Skala Penyesuaian Diri Negatif	49
Tabel 3.3. Sebaran Aitem Skala <i>Emotion Focused Coping</i>	51
Tabel 4.1. Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Penyesuaian Diri Positif ..	62
Tabel 4.2. Sebaran Aitem Skala Penyesuaian Diri Positif dengan Nomor Baru	63
Tabel 4.3 Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Penyesuaian Diri Negatif...	64
Tabel 4.4. Sebaran Aitem Skala Penyesuaian Diri Negatif dengan Nomor Baru	65
Tabel 4.5. Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala <i>Emotion Focused Coping</i>	66
Tabel 4.6. Sebaran Aitem Skala <i>Emotion Focused Coping</i> dengan Nomor Baru	67
Tabel 4.6. Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri Positif, Skala Penyesuaian Diri Negatif dan Skala <i>Emotion Focused Coping</i>	68
Tabel 4.7. Hasil Uji Normalitas Skala <i>Emotion Focused Coping</i> dan Penyesuaian Diri Positif dan Penyesuaian Diri Negatif	70
Tabel 4.8 . Hasil Uji Linieritas Skala <i>Emotion Focused Coping</i> dan Penyesuaian Diri Positif dan Penyesuaian Diri Negatif.....	70
Tabel 4.9. Deskripsi Statistik Nilai <i>Emotion Focused Coping</i> , Penyesuaian Diri Positif dan Penyesuaian Diri Negatif.....	71
Tabel 4.10. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala <i>Emotion Focused Coping</i> .	73
Tabel 4.11. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Penyesuaian Diri Positif ..	74
Tabel 4.12. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Penyesuaian Diri Negatif	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Emotion Focused Coping</i> dan Penyesuaian	
Diri terhadap Sindrom Premenstruasi pada Wanita Bekerja.....	41
Gambar 4.1 Peta Letak Mulia Toserba Bantul.....	56
Gambar 4.2 Diagram Distribusi Subjek Berdasarkan Kategorisasi Skor	
Subjek Pada Skala <i>Emotion Focused Coping</i>	73
Gambar 4.3 Diagram Distribusi Subjek Berdasarkan Kategorisasi Skor	
Subjek Pada Skala Penyesuaian Diri Positif	74
Gambar 4.4 Diagram Distribusi Subjek Berdasarkan Kategorisasi Skor	
Subjek Pada Skala Penyesuaian Diri Negatif.....	76

DAFTAR LAMPIRAN

1. Skala PMS, PDP, PDN, dan EFC Untuk Uji Coba.....	92
2. Skoring Uji Coba	102
3. Seleksi Aitem Skala EFC	108
4. Seleksi Aitem Skala PDN.....	111
5. Seleksi Aitem Skala PDP	114
6. Uji Validitas Skala EFC	116
7. Uji Validitas Skala PDN	137
8. Uji Validitas Skala PDP	150
9. Skala PMS, PDP, PDN dan EFC Untuk Pengambilan Data	158
10. Skoring Pengambilan Data	167
11. Reliabilitas Skala PDP	173
12. Reliabilitas Skala PDN.....	175
13. Reliabilitas Skala EFC	177
14. Analisis Data Penelitian Skala PDP dan EFC	179
15. Analisis Data Penelitian Skala PDN dan EFC.....	182
16. Surat Keterangan Penelitian.....	117

INTISARI
EMOTION FOCUSED COPING DAN PENYESUAIAN DIRI TERHADAP
SINDROM PREMENSTRUASI PADA WANITA BEKERJA DI
MULIA TOSERBA BANTUL
Kartika Mustafa
08710009

Manusia dalam kehidupannya seringkali dihadapkan pada situasi yang penuh dengan tekanan, oleh karena itulah penyesuaian diri dilakukan untuk mengatasinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *emotion focused coping* dan penyesuaian diri pada wanita bekerja. Subjek penelitian adalah pramuniaga wanita di Mulia Toserba Bantul. Jumlah keseluruhan subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 34 orang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Data penelitian ini diperoleh dengan menggunakan skala penyesuaian diri positif, penyesuaian diri negatif dan skala *emotion focused coping*. Teknik analisis statistik yang digunakan adalah *product moment pearson*.

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,369, $R^2 = 0,125$ dengan $p = 0,016$. Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *emotion focused coping* dan penyesuaian diri positif pada wanita bekerja. Artinya, wanita bekerja yang mengalami sindrom premenstruasi melakukan *emotion focused coping* karena kondisi tersebut diluar kontrolnya sehingga akan memberikan pengaruh untuk membentuk penyesuaian diri yang positif. R^2 sebesar 0,136 menunjukkan bahwa *emotion focused coping* memberikan sumbangan efektif sebesar 13,6% terhadap penyesuaian diri positif, sehingga masih terdapat 86,4% faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri positif.

Hasil analisis juga menunjukkan tidak ada hubungan negatif antara *emotion focused coping* dan penyesuaian diri negatif dengan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,160 dengan $p = 0,183$. Hal ini menunjukkan terdapat faktor lain yang lebih mempengaruhi penyesuaian diri negatif.

Kata kunci: penyesuaian diri positif, penyesuaian diri negatif dan *emotion focused coping*, sindrom prementruasi, wanita bekerja

ABSTRACT
EMOTION FOCUSED COPING AND ADJUSTMENT TO PREMENSTRUAL
SYNDROME AMONG EMPLOYED WOMEN IN
MULIA TOSERBA BANTUL

Kartika Mustafa

O8710009

Human often get stressful situation in their live, it should need adjustment to cope it. The purpose of this research is to find out the correlation between emotion focused coping and adjustment to premenstrual syndrome among employed women. Count of 34 sales promotion girls surroundings Mulia Toserba Bantul is used as the subjects.

Quantitative methods were used on this research. The data collected by using positive adjustment, negative adjustment and emotion focused coping scales. Product Moment by Pearson is used as a statistical analysis technique. The results of the data analysis acquired the values of $R = 0,369$, $R^2 = 0.125$ and significance level $p = 0,016$. Thus indicated, there was significance correlation between emotion focused coping and positive adjustment to premenstrual syndrome among employed women. Its mean, emotion focused coping used by employed women with premenstrual sindrome as uncontrollable situation. It has impact on positive adjustment. The value of $R^2 = 0,136$, indicated that the emotion focused coping variable have 13,6% contributions to positive adjustment variable. So that while as many 86,4% contributions by another factors.

Another results indicate there was not significance correlation between emotion focused coping and negative adjustment to premenstrual syndrome among employed womens with $R = -0,160$, and significance level $p = 0,183$. So, it was indicated that another factor more contribute to negative adjustment.

Keywords: positive adjustment, negative adjustment, emotion focused coping, premenstrual syndrome, and employed women

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia pada dasarnya adalah makhluk sosial yang selalu menjadi bagian dari lingkungan tertentu. Di lingkungan manapun individu berada, ia akan berhadapan dengan harapan dan tuntutan tertentu dari lingkungan yang harus dipenuhinya. Disamping itu, individu juga memiliki kebutuhan, harapan, tuntutan di dalam dirinya, yang harus diselaraskan dengan tuntutan dari lingkungan. Proses menyelaraskan tuntutan di dalam diri dan tuntutan lingkungan ini sesuai dengan pendapat Schneiders mengenai penyesuaian diri.

Menurut Schneiders (1964) penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustasi, konflik-konflik serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada. Agustiani (2009) menambahkan bila individu mampu menyelaraskan kedua hal tersebut, maka dikatakan individu tersebut mampu menyesuaikan diri.

Gerungan (2010) menjelaskan mengenai bagaimana individu berhubungan dengan lingkungannya. Pada dasarnya, terdapat empat jenis hubungan antara individu dengan lingkungannya, yaitu individu dapat bertentangan dengan lingkungan, individu dapat menggunakan lingkungannya, individu dapat berpartisipasi dengan lingkungannya, dan individu dapat menyesuaikan diri

dengan lingkungannya. Namun, hubungan utama antara individu dan lingkungannya, yaitu bahwa manusia senantiasa berusaha untuk menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya. Kartono (2000) mengatakan kehidupan manusia itu memang selalu dihadapkan pada tuntutan untuk mengadakan konformitas.

Manusia sejak lahir telah dihadapkan dengan lingkungan, yang terdapat sumber stres di dalamnya. Cara-cara yang dilakukan untuk menghadapi lingkungan dengan stres di dalamnya beranekaragam, dan keberhasilan dalam penyesuaian diri juga beranekaragam. Bagi mereka yang berhasil menyesuaikan diri, maka akan dapat hidup dengan harmonis, tetapi bagi mereka yang gagal akan mengalami *maladjustment* yang ditandai dengan perilaku menyimpang dan tidak sesuai dengan nilai-nilai yang berlaku di lingkungan.

Stres terjadi apabila seseorang mengalami tekanan dari lingkungan atau ia mengalami hambatan dalam memenuhi kebutuhannya yang mengakibatkan frustrasi dan ia tidak mampu mengatasinya, begitu juga dengan kehidupan wanita yang bekerja di luar rumah, ia menerima tekanan-tekanan dari pekerjaannya. Agustiani (2009) menyatakan kapasitas kemampuan individu untuk memenuhi tuntutan terhadap dirinya tergantung pada kepribadian dan tahap perkembangan. Menurut Hurlock (2002) orang dewasa yang mempunyai hambatan fisik karena kesehatannya buruk tidak dapat mencapai keberhasilan maksimum mereka dalam pekerjaan atau pergaulan sosial. Badan yang kurang sehat atau cacat yang tidak dapat disembuhkan atau ditutup-tutupi sama berbahayanya bagi penyesuaian diri pribadi dan sosial. Sejalan dengan apa yang diungkapkan Hurlock, pramuniaga

wanita juga mengalami gangguan-gangguan kesehatan yang mempengaruhi penyesuaian dirinya, salah satunya adalah sindrom premenstruasi.

Sindrom premenstruasi (PMS) merupakan gangguan siklus yang umum terjadi pada wanita muda dan pertengahan, ditandai dengan gejala fisik dan emosional yang konsisten, terjadi selama fase luteal pada siklus menstruasi. Sepanjang masa kesuburannya, perempuan akan mengalami siklus menstruasi yang dapat disertai dengan kekakuan atau kejang atau kram perut, payudara terasa nyeri, murung dan ingin marah. Sindrom prementruasi terjadi pada sekitar 70-90 persen wanita pada usia subur dan lebih sering daitemukan pada wanita berusia 20-40 tahun (Saryono & Sejati, 2009).

Gejala-gejala PMS ini sangat individual sifatnya. Menurut data dari jurnal Archieves of Internal Medicine, 90 persen perempuan mengalami PMS sebelum menstruasi, diunduh dari [http://forum.kompas.com/showthread.php?8099-5-Hal-tentang-Tamu-Bulanan-\(Menstruasi\)](http://forum.kompas.com/showthread.php?8099-5-Hal-tentang-Tamu-Bulanan-(Menstruasi)) (26 Maret 2011). Gejala yang dialami berkaitan dengan psikologis biasanya ditandai adanya perubahan tingkah laku seperti perasaan sensitif, mudah tersinggung atau marah, cemas, gelisah, mudah menangis, suasana hati tidak nyaman, kelelahan, depresi, iritabilitas, kurang percaya diri, gugup, bingung, sulit berkonsentrasi, perubahan nafsu seksual, gangguan tidur. Sementara gejala fisik berupa sakit pada payudara, terkadang membengkak, perut kembung, kram perut dan mual, punggung terasa sakit dan panas, nyeri sendi, pegal dan leher tegang, sakit kepala, tumbuhnya jerawat, detak jantung tidak teratur dan berdebar-debar, sesak napas, diare atau sembelit. Keadaan PMS dan waktunya pada setiap wanita tidak selalu sama. Terdapat

wanita yang merasa sangat sakit sampai menderita kram dan tidak bisa beraktivitas, sementara wanita lain merasa sakit pada bagian bawah perut dan masih bisa beraktivitas. Ada juga wanita yang pada bulan lalu merasa sangat menderita sakitnya ketika mengalami PMS, tetapi pada bulan berikutnya tidak begitu terasa sakitnya. Rasa sakit ini berbeda-beda pada setiap orang atau waktu, juga ambang sakitnya, diunduh dari <http://artikelterbaru.com/kesehatan/ilmu-kedokteran/sindrom-premenstruasi-prementruation-syndrom-20111567.html> (16 Desember).

Terkait hal tersebut, Dickerson *et al* (2003) juga menyatakan gejala-gejala tersebut ada yang bersifat cukup berat dan parah atau sangat berat, sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari. Sebanyak 80% dari wanita usia produktif telah mengalami perubahan secara fisik dan emosional. Sekitar 40% dari wanita-wanita dari usia produktif mengalami gejala-gejala premenstrual cukup untuk mempengaruhi hidup mereka sehari-hari sampai taraf tertentu, dan sebanyak 3% sampai 5% yang mengalami kelemahan cukup parah. Gejala yang timbul pada Sindroma Premenstruasi (PMS) antar individu berbeda namun gejala-gejala yang paling umum adalah kelelahan, sifat lekas marah, bengkak abdominal, dada sakit, suasana hati labil antara kesedihan dan kemarahan yang silih berganti serta depresi. Lebih lanjut dinyatakan sebanyak 20-40% wanita usia produktif mengalami beberapa gejala PMS cukup berat dan sebesar 5% bersifat sangat berat yang sangat mengganggu kehidupan mereka.

Sindrom premenstruasi sangat mengganggu kehidupan seorang wanita berdasarkan pernyataan Dickerson, dan kawan-kawan (2003) di atas, dapat terlihat

dari kehidupan karyawan di Mulia Toserba Bantul khususnya yang bekerja sebagai pramuniaga. Seorang pramuniaga wanita dituntut untuk memiliki produktivitas yang tinggi dalam kinerjanya. Namun, di sisi lain ada suatu kondisi yang mengganggu wanita baik fisik maupun psikisnya sehingga membuat ketidaknyamanan dalam menjalankan tugas-tugas sebagai seorang pramuniaga, khususnya di Mulia Toserba Bantul.

Mulia Toserba membagi jam kerja karyawan dan pramuniaga termasuk kasir dan SPG didalamnya dalam tiga waktu, yaitu pagi dari pukul 08.00 sampai 12.30, siang dari pukul 12.30 sampai 20.30, dan lembur dari pukul 08.00 sampai pukul 20.30. Tugas wanita-wanita tersebut sebagai pramuniaga adalah mengawasi barang-barang yang dipajang di etalase, juga melakukan penghitungan terhadap barang yang keluar, melayani pembeli terkait dengan permintaan dan ketersediaan barang. Sedangkan kasir, harus memastikan bahwa pendapatan dari penjualan sesuai dengan catatan komputerisasi penjualan barang yang terjadi. Sementara tengah menghadapi sindrom premenstruasi, wanita yang bekerja sebagai pramuniaga memiliki tanggung jawab terhadap pekerjaan yang mereka jalani. Tidak dapat dipungkiri tanggung jawab yang dipegang memberikan tekanan atau tuntutan yang harus dilaksanakan. Hal ini menunjukkan bahwa pramuniaga wanita yang tengah mengalami sindrom prementruasi tersebut harus menyesuaikan diri baik secara fisik maupun psikis terhadap kehidupannya, agar mampu mengatasi gangguan psikis maupun fisiologis yang disebabkan oleh sindrom premenstruasi dimana dapat terjadi pada semua pramuniaga wanita dan menjadi stressor bagi produktivitas kerja pramuniaga wanita tersebut.

Sindrom premenstruasi yang menyebabkan adanya gangguan emosi pada diri seorang wanita pada umumnya dan pramuniaga wanita khususnya dapat berdampak pada kehidupan sosial yang dijalannya. Siklus menstruasi yang akan tetap dijalani sebagai seorang wanita yang masih produktif dan dengan sindrom premenstruasi yang menyertainya tentunya akan membuat suatu kondisi yang tidak nyaman pada wanita pramuniaga seperti yang terungkap dalam wawancara personal kepada dua orang subjek pramuniaga wanita sebagai data *pre eliminary* berikut ini:

Subjek I: “Kalo waktu-waktunya mau dapet itu aku pasti sakit pinggang, sakit perut, kepala agak pusing juga pernah, wah lengkap sudah”.

(*Pre eliminary*, 18 November 2011)

Subjek II: “Saya biasanya tuh minggu-minggu ketiga lah. Biasanya kalau sedang PMS yang pertama pasti gangguan pencernaan, susah BAB pokoknya. Nah terus pusing-pusing kalau kram perutnya sih malah jarang, tapi kalo sudah kram jadi mual-mual”.

(*Pre eliminary*, 23 November 2011)

Pengalaman terhadap penyakit menjadi awal perubahan dari satu kehidupan terkait dengan pengembangan dan batasan-batasan fisik yang mempengaruhi keseluruhan ataupun sebagian dari kehidupan individu. Sakit atau penyakit juga mengubah beberapa kebiasaan, disini penyesuaian diri diperlukan untuk mengatur tekanan dari penyakit (Ruiz, dkk, 2011). Penyesuaian diri untuk mengatur tekanan terhadap penyakit ini dapat berupa tindakan yang positif maupun tindakan yang negatif. Penyesuaian diri terhadap keadaan sakit memiliki dua strategi yang akan berdampak pada hasil dari penyesuaian diri itu sendiri apakah adaptive atau maladaptive. Strategi itu adalah *positive adjustment* atau penyesuaian diri positif dan *negative adjustment* atau penyesuaian diri negatif.

Penyesuaian diri yang dilakukan oleh pramuniaga wanita Mulia Toserba

Bantul terungkap dalam wawancara untuk *pre eliminary* berikut:

Subjek I: *“Aku tahu kalau sudah sensitif gitu pasti PMS, biasanya ya aku jadi diem aja ga banyak omong takut kalau aku kelepan marah atau takut kalau aku kena marah hahaha, harus tahan emosi mbak, harus sabar wong lagi kerja e”* (Pre eliminary 18 November 2011)

Subjek II: *“Karena sudah tahu jadwalnya kan, makanya aku biasa stok jamu Kunyit Asem hehe tapi kadang terpaksa aku ijin ga ngantor kalau sakit banget”*. (Pre eliminary 23 November 2011)

Hasil dari *pre eliminary* tersebut dapat dikaitkan dengan teori milik Ruiz dan kawan-kawan (2011) yang membagi penyesuaian diri menjadi penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif. Hasil menunjukkan penyesuaian diri positif terhadap sindrom premenstruasi dilakukan oleh Subjek I yang dapat terlihat dari indikator perilaku yang ditunjukkan seorang yang tengah mengalami sindrom premenstruasi yaitu tetap melaksanakan pekerjaannya karena memandang pekerjaannya sangat penting dan ada hal positif dari sakitnya, hal ini sesuai dengan aspek penyesuaian diri positif dari Ruiz dan kawan-kawan yaitu penilaian kembali secara positif. Sementara penyesuaian diri negatif ditunjukkan oleh Subjek II yaitu tidak bertanggung jawab terhadap pekerjaannya, hal ini sesuai dengan aspek penyesuaian diri negatif dari Ruiz dan kawan-kawan yaitu kontrol yang pasif terhadap hal lain, yaitu tidak memiliki kemauan untuk melakukan hal-hal lainnya.

Terkait dengan penyesuaian diri ini, Kartono (2000) menjelaskan perlu adanya pengontrolan ketat terhadap emosi-emosi sendiri dalam upaya penyesuaian diri. Penyesuaian diri memerlukan pengaturan yang efektif dan

kontinu terhadap semua sentimen dan emosi. Salah satu caranya adalah dengan melakukan *coping*. Rasmun (2004) mengatakan bahwa *coping* adalah usaha dimana seseorang yang mengalami stres atau ketegangan psikologik menghadapi masalah kehidupan sehari-hari yang memerlukan kemampuan pribadi maupun dukungan dari lingkungan, agar dapat mengurangi stres yang dihadapinya.

Proses *coping* itu sendiri memiliki proses yang dinamis antara perilaku dengan lingkungan, sehingga dalam melakukan *coping* terhadap tekanan yang sangat mengancam, individu akan melakukan coping sesuai dengan pengalaman, keadaan, dan waktu. Sementara itu, menurut Hamilton dan Fagot (Lestarianita & Fakhrurrozi, 2007) wanita lebih cenderung menggunakan *emotion focused coping* karena mereka lebih menggunakan perasaan atau lebih emosional sehingga jarang menggunakan logika atau rasio yang yang membuat wanita cenderung untuk mengatur emosi dalam menghadapi sumber stres atau melakukan *coping* religius dimana wanita lebih merasa dekat dengan Tuhan.

Strategi *emotion focused coping* digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Pengaturan ini melalui perilaku individu, seperti penggunaan obat-obatan, bagaimana meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan, melalui strategi kognitif. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang penuh dengan stres, maka individu akan cenderung untuk mengatur emosinya. Taylor (1995) menjelaskan bahwa untuk masalah kesehatan, seseorang akan melakukan *emotion focused coping* karena kesehatan merupakan suatu keadaan yang harus mendapatkan toleransi dan tidak memiliki sumber daya untuk melakukan tindakan langsung.

Uraian di atas menjadi alasan bagi peneliti untuk melakukan penelitian tentang *emotion focused coping* dan penyesuaian diri yang terbagi dalam penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif terhadap sindrom premenstruasi pada wanita bekerja di Mulia Toserba Bantul. Penting untuk diketahui bagaimana wanita bekerja khususnya pramuniaga wanita dengan gangguan oleh sindrom premenstruasi melakukan penyesuaian diri yang tepat dalam hubungannya dengan *emotion focused coping* yang memberikan perannya dalam kondisi psikologis wanita. Sehingga setiap wanita yang berkarir dan tengah mengalami sindrom premenstruasi dapat menangani dan mengendalikan dirinya dari simptom-simtom yang ada dalam sindrom premenstruasi tersebut dengan penyesuaian diri yang tepat.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *emotion focused coping* dengan penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif terhadap sindrom premenstruasi pada wanita bekerja di Mulia Toserba Bantul.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *emotion focused coping* dengan penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif terhadap sindrom premenstruasi pada wanita bekerja di Mulia Toserba Bantul.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan dan memberikan sumbangan informasi pada teori psikologi klinis khususnya tentang penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif, strategi *emotion focused coping* dan sindrom premenstruasi.

2. Manfaat Praktis

Apabila penelitian ini membuktikan bahwa penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif berkaitan dengan strategi *emotion focused coping* pramuniaga wanita terhadap sindrom premenstruasi maka dapat menjadi masukan kepada masyarakat pada umumnya dan pada wanita yang bekerja khususnya untuk meningkatkan kemampuan *coping* yang tepat untuk penanganan yang baik dan efektif serta mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawab dengan karir dan masyarakat.

E. Keaslian Penelitian

Sepengetahuan peneliti, penelitian tentang *emotion focused coping* dan penyesuaian diri terhadap sindrom premenstruasi pada wanita bekerja belum pernah dilakukan, tetapi beberapa penelitian sejenis pernah dilakukan, yaitu:

1. Penelitian oleh Stanton dan kawan-kawan pada tahun 2000 dengan judul *Emotionally Expressive Coping Predicts Psychological And Physical Adjustment To Breast Cancer*. Penelitian ini bertujuan untuk

mengetahui bahwa *emotion focused coping* dalam kasus kanker payudara memiliki hubungan yang positif dengan penyesuaian diri yang positif dan bukan merupakan coping yang maladaptif dalam kasus kanker payudara. Penelitian ini mengambil sampel dari wanita yang menderita kanker payudara. Hasil dari penelitian ini akhirnya membuktikan hipotesis yang diajukan, yaitu wanita muda yang mengidap kanker payudara memiliki stres yang lebih tinggi daripada wanita yang berusia lebih tua. Wanita dengan kanker payudara secara berkala menggunakan *emotional coping* ketika ia merasa diterima secara sosial dan memiliki harapan yang tinggi. Semakin tinggi penggunaan *emotional coping*, maka dapat memberikan pengaruh positif terhadap penyesuaian diri secara fisik maupun psikis wanita dengan kanker payudara karena *emotional coping* memberikan kekuatan kepada mereka.

2. Pengaruh Strategi Coping Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru oleh Fatchiah Kertamuda dan Haris Herdiansyah (2009). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi coping yang dipilih oleh mahasiswa baru untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan perguruan tinggi yang dijalaninya. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 255 orang yang terbagi dalam 104 subjek laki-laki dan 151 subjek perempuan pada Perguruan Tinggi XYZ. Teori utama yang juga dijadikan acuan dalam membuat alat ukur untuk strategi coping dalam penelitian ini adalah teori dari Lazarus dan Folkman yang membagi

strategi coping menjadi dua yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Sedangkan teori yang digunakan dan dijadikan acuan untuk membuat alat ukur penyesuaian diri adalah teori dari Sunarto dan Hartono.

3. Penelitian dengan judul Peran *Emotion focused coping* Terhadap Kecenderungan *Post-Traumatic Stress Disorder* Para Karyawan Yang Menyaksikan Peledakan Bom Di Depan Kedutaan Besar Australia Di Jakarta Tahun 2004 oleh Choirul Anam dan Achmad Tedy Himawan (2005). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *emotion focused coping* terhadap kecenderungan PTSD setelah enam bulan peristiwa pengeboman di depan Kedutaan Australia terjadi. Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan kantor Kementerian Negara Koperasi dan Usaha Kecil dan Menengah yang mengalami atau menyaksikan atau terkena efek dari ledakan bom di depan Kedutaan Australia. Penelitian ini menggunakan teori *emotion focused coping* milik Folkman dan Lazarus (1984) yang juga digunakan sebagai acuan untuk membuat alat ukur yang memuat aspek-aspek *emotion focused coping* yaitu *seeking social support, distancing, escape avoidance, self control, accepting responsibility, dan positive reappraisal*.
4. Penelitian Dian Hapsariyanti dan Ni Made Taganing (2009) Kecerdasan Emosional Dan Penyesuaian Diri Dalam Perkawinan. Penelitian tersebut bertujuan untuk menguji hubungan kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri dalam perkawinan pada pasangan

yang baru menikah selama tiga tahun. Teori yang digunakan untuk menjelaskan penyesuaian diri adalah milik Schneider (1964). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri pada pasangan menikah sekitar tiga tahun.

Berdasarkan beberapa penelitian yang pernah dilakukan di atas, terlihat bahwa penelitian dengan judul “*Emotion focused coping* dan Penyesuaian Diri terhadap Sindrom Premenstruasi pada Wanita Bekerja di Mulia Toserba Bantul” belum pernah dilakukan dan memiliki perbedaan pada jenis gangguan kesehatan, jumlah subjek, alat ukur, tempat penelitian, dan teori yang digunakan. Penelitian ini menggunakan teori penyesuaian diri dari Ruiz dan kawan-kawan (2011) yang tergolong baru dan belum banyak dipakai sebagai acuan dalam menyusun alat ukur. Sehingga terlihat jelas bahwa penelitian ini belum pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya.

BAB V

PENUTUP

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan, maka dapat diambil kesimpulan yaitu:

1. Terdapat hubungan positif antara *emotion focused coping* dengan penyesuaian diri positif terhadap sindrom premenstruasi pada pramuniaga wanita di Mulia Toserba Bantul. Sumbangan efektif dari *emotion focused coping* terhadap penyesuaian diri positif sebesar 13,6%, artinya *emotion focused coping* mempunyai andil 13,6% dalam pembentukan penyesuaian diri positif, sedangkan 86,4% terdapat faktor lain yang mempengaruhi.
2. Tidak terdapat hubungan negatif antara *emotion focused coping* dengan penyesuaian diri negatif terhadap sindrom premenstruasi pada pramuniaga wanita di Mulia Toserba Bantul. *Emotion focused coping* tidak memiliki hubungan terhadap dilakukannya penyesuaian diri negatif dalam mengatasi sindrom premenstruasi.

B. SARAN

Dari hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah diuraikan sebelumnya, maka saran-saran yang diajukan antara lain :

1. Bagi pramuniaga wanita yang mengalami sindrom premenstruasi sebaiknya tidak mengabaikan namun tidak juga terlalu larut

memikirkan keluhan yang dihadapi karena sindrom premenstruasi, sehingga dapat melakukan penyesuaian diri yang baik di lingkungan kerja dan juga di masyarakat..

2. Bagi pihak perusahaan atau instansi tempat wanita bekerja hendaknya lebih memperhatikan dan memahami para karyawannya terlebih yang tengah mengalami sindrom premenstruasi, karena premenstruasi merupakan masa yang penting dan unik bagi setiap wanita. Bentuk perhatian tersebut dapat diwujudkan dengan memberikan cuti kerja minimal selama satu hari pada setiap bulan kepada karyawati yang memasuki masa menstruasi.
3. Kepada peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan variabel yang sama supaya melebarkan subjek penelitian dan meningkatkan jumlah sampel yang digunakan sehingga hasil penelitian lebih dapat untuk digeneralisir. Serta dalam penyusunan item agar lebih cermat sehingga lebih dapat mengungkap konstruk teori yang ada. Selain itu, peneliti yang ingin meneliti tentang sindrom premenstruasi sebaiknya dapat mengontrol keadaan subjek sehingga yang didapat benar-benar keadaan subjek saat sedang mengalami sindrom premenstruasi. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menggunakan teori yang lebih sesuai untuk mengungkapkan penyesuaian diri dan *emotion focused coping*, dan tidak lupa memperhatikan aspek-aspek dari teori yang digunakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2009). *Psikologi perkembangan*. Bandung: Refika Aditama.
- Allen, S. S., McBride, C. M., & Price, P. L. (1991). The Shortened Premenstrual Assesment Form. *J MedReprod.*; 36 (11) :769-72.
- Anam, H., Himawan, A.T. (2005). Peran Emotion-Focused Coping Terhadap Kecenderungan Post-Traumatic Stress Disorder Para Karyawan Yang Menyaksikan Peledakan Bom Di Depan Kedutaan Besar Australia Di Jakarta Tahun 2004. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, Vol. 2 No. 2, 112-118.
- Anita. (2009). Artikel. Diunduh pada 16 Desember 2011 dari <http://artikelterbaru.com/kesehatan/ilmu-kedokteran/sindrom-premenstruasi-prementruation-syndrom-20111567.html>
- Azwar, S. (2010). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2011). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Beck, L.E., Gevirtz, R., & Mortola, J.F. (1990) The Predictive Role of Psychosocial Stress on Symptom Severity in Premenstrual Syndrome. *Journal Psychosomatic Medicine*, 52, pp. 536-543.
- Braverman, P. (2007). Premenstrual Syndrome And Premenstrual Dysporic Disorder. *Jurnal Pediatric Adolescent Gynecol* 20: 3-12.
- Calhoun, J.F., Acocella, J.R. (1990). Psikologi tentang penyesuaian dan hubungan kemanusiaan. New York: McGraw-Hill.
- Carver, C.S., Scheier, M.F., & Weintraub, J.K. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal Of Personality And Social Psychology*, Vol. 56, No. 2, 267-283.
- Connolly, M. (2001). Premenstrual Syndrome : An Update On Defenitions, Diagnosis And Management. *Journal Advances In Psychiatric Treatment*, 7, Pp. 469-477.
- Daugherty , J.E. (1998). Treatment Strategies For Premenstrual Syndrome. *AAFP*, 58(1).
- Damanik, I. (2003). Analisis Faktor-Faktor Pendorong Perempuan Bekerja Dan Tidak Bekerja (Studi Kasus: Rumah Tangga Petani Dan Nelayan Di Desa Latuhalat, Kota Ambon). *Media Gizi Dan Keluarga*, 27 (2): 7-16.

- Dickerson, L.M., Pamela, J., Mazyck, M. H., & Hunter, M.D. (2003). Premenstrual Syndrome, *Journal American Family Physician*, 67 (8). Pp. 1743-1751.
- Dibb, B., Kamalesh, T. (2012). Exploring Positive Adjustment In HIV Positive African Women Living In The UK. *AIDS Care*, Vol 27 No 2, 143-148.
- Gerungan. (2010). *Psikologi sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Gunarsa, S.D. (1981). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S. D., Gunarsa, Y. S.D. (1991). *Psikologi praktis anak, remaja, dan keluarga*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hadi, S. (2002). *Metodologi research 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kartono, K. (2000). *Hygiene mental*. Bandung: Mandar Maju.
- Kertamuda, F., Herdiansyah, H. (2009). Pengaruh Strategi Coping Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru.. *Jurnal Universitas Paramadina*, Vol. 6 No. 1, 11-23.
- Latipun. (2008). *Psikologi eksperimen*. Malang: UMM Press.
- Lazarus, R. S. (1969). *Pattern of adjustment and human effectiveness*. Japan: McGraw-Hill
- Miller, K., Greyling, M., Cooper, C., Luo, L., Sparks, K., & Spector, P.E., (2000). Occupational stress and gender: a cross-cultural study. *Stress Medicine; John Willey and Sons Ltd*. Vol. 16, 271-278.
- Munandar, U. (1985). *Emansipasi Wanita Dan Peran Ganda Wanita Indonesia Suatu Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- NN. (2008). Artikel. Diunduh pada 26 Maret 2011 dari [http://forum.kompas.com/showthread.php?8099-5-Hal-tentang-Tamu-Bulanan-\(Menstruasi\)](http://forum.kompas.com/showthread.php?8099-5-Hal-tentang-Tamu-Bulanan-(Menstruasi))
- Papalia, D. E., Old, S. W., Feldman, R. D. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana.

- Rasmun. (2004). *Stres, koping, dan adaptasi teori dan pohon masalah keperawatan*. Sagung Seto: Jakarta.
- Romauli, S., Vindari, A. (2011). *Kesehatan reproduksi buat mahasiswi kebidanan*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Ruiz, M.A., Sanjuan, P., Perez-Garcia, A. M., & Rueda, B. (2011). Relations Between Life Satisfaction, Adjustment To Illness, And Emotional Distress In A Sample Of Men With Ishcemic Cardiopathy. *The Spanish Journal Of Psychology*, vol. 14 No. 1, 356-365.
- Safaria, T., Saputra, N. E. (2009). *Manajemen emosi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Salmon, P. (2000). *Psychology Of Medicine And Surgery: A Guide For Psychologist, Counsellors, Nurses, And Doctors*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Saryono, Sejati, W. (2009). *Sindrom premenstruasi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Schuster, R. M. (2002). Emotional Coping Response To Hassles And Stress Experienced In Wildness Settings. *GTR-NE-302*.
- Silawaty, I., Ramdhan, M. (2007). Peran Agama Terhadap Penyesuaian Diri Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan. *JPS*, Vol. 13 No. 03.
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt Rineheart & Winston.
- Sunarto, H, Hartono A. (2002). *Perkembangan peserta didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sulistiadi, R., Kurnia, F.A., Chatimah, H., & Fakhurrozi, M. (2007). Stres Dan Coping Stres Pedegang Pasar Tanah Abang Lama Terhadap Kebijakan Pemerintah Dalam Perelokasian Pasar. *Humanitas*. Vol 4 No. 2.
- Taylor, S. E. (1995). *Health psychology*. Singapore: Mcgraw-Hill.
- Tenkir, A., Fisseha, N., & Ayele, B. (2002). Premenstrual Syndrome Prevalence And Effect On Academic And Social Performances Of Students In Jimma University Ethiopia. *Ethiopia Journal Health Dev*, 17, Pp. 181-188.
- Valente, M. A. F., Ribeiro, J. L. P., & Jensen, M. P. (2009). Coping, Depression, Anxiety, Self-Efficacy And Social Support: Impact On Adjustment To Chronic Pain. *Escritos De Psicologia*, Vol. 2 No. 3, Pp 8-17.
- Varney, H. (2007). *Buku ajar asuhan kebidanan*. Jakarta: EGC.

Weiten, W., Lloyd, M. A. (2006). *Psychology Applied To Modern Life: Adjustment In The 21st Century*. Canada: Thomson Learning, Inc.

Whitley, JR. B. E. (2001). *Principles of research in behavioral science*. New York: McGraw Hill Company.

Skala Try Out

IDENTITAS

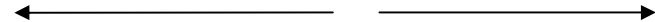
Nama (boleh inisial) :

Umur :

Pekerjaan :

Formulir Singkat Penilaian Premenstrual

Untuk setiap gejala berikut ini, **lingkari nomor** yang paling dekat yang menggambarkan intensitas dari gejala-gejala pramenstruasi Anda selama siklus terakhir menstruasi Anda. Ini adalah gejala yang akan terjadi selama fase pramenstruasi siklus menstruasi Anda. Fase ini dimulai sekitar tujuh hari sebelum perdarahan menstruasi (atau tujuh hari sebelum periode menstruasi Anda) dan berakhir saat waktu perdarahan dimulai. Tingkat setiap item pada daftar ini mulai dari **skala 1 (tidak mengalami atau tidak ada perubahan dari biasanya)** sampai **6 (perubahan ekstrim, mungkin terlihat bahkan merasakan)**.

1 = Tidak ada perubahan Perubahan Ekstrem = 6


1. Nyeri, nyeri yang menekan, pembesaran atau payudara menegang

1 2 3 4 5 6

2. Merasa tidak mampu mengatasi atau kewalahan oleh tuntutan yang luar biasa

1 2 3 4 5 6

3. Merasa tertekan

1 2 3 4 5 6

4. Mudah tersinggung, lekas marah atau temperamen buruk

1 2 3 4 5 6

5. Merasa sedih atau depresi

1 2 3 4 5 6

6. Sakit punggung, nyeri otot dan sendi, atau kekakuan sendi

1 2 3 4 5 6

7. Peningkatan berat badan

1 2 3 4 5 6

8. Perut terasa penuh, merasa tidak nyaman dan nyeri

1 2 3 4 5 6

9. Edema, ada pembengkakan kaki dan tangan, atau tubuh terasa dipenuhi cairan

1 2 3 4 5 6

10. Perasaan kembung, tubuh terasa membesar

1 2 3 4 5 6

Total Skor ____

Lanjut Ke Skala Berikutnya...

Pastikan Membaca Petunjuk!

Berikut ini diberikan sejumlah pernyataan, anda dipersilahkan untuk membaca kemudian berikanlah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda. Dengan cara memberikan tanda X (silang) pada salah satu pilihan jawaban. Adapun pilihan jawabannya adalah sebagai berikut:

- SS : bila pernyataan tersebut **sangat sesuai** dengan keadaan diri Anda
- S : bila pernyataan tersebut **sesuai** dengan keadaan diri Anda
- N : bila pernyataan tersebut **netral** antara sesuai dan tidak sesuai dengan keadaan diri Anda
- TS : bila pernyataan tersebut **tidak sesuai** dengan keadaan diri Anda
- STS : bila pernyataan tersebut **sangat tidak sesuai** dengan keadaan diri Anda

Setiap orang memiliki jawaban berbeda-beda, oleh karena itu pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan anda, dan tidak ada jawaban yang dianggap salah. Selamat mengerjakan, pastikan tidak ada yang terlewatkan.

SKALA A

No	Pernyataan	Jawaban				
1	Keluhan jelang menstruasi yang saya alami membuat saya sadar akan anugrah yang diberikan Tuhan	SS	S	N	TS	STS
2	Ketika mengalami keluhan jelang menstruasi, saya tetap bisa bergembira	SS	S	N	TS	STS
3	Saya termasuk orang yang tekun, walaupun saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
4	Saya bahagia menjadi seorang wanita, walaupun merasakan keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
5	Keluhan jelang menstruasi tetap membuat saya menjadi orang yang bisa mengendalikan diri	SS	S	N	TS	STS
6	Keluhan jelang menstruasi tidak membuat saya mudah menyerah terhadap keadaan	SS	S	N	TS	STS
8	Saya masih bisa bersenda gurau, meskipun saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
9	Semua masalah bisa saya selesaikan, tidak peduli apakah saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi atau tidak	SS	S	N	TS	STS
10	Melamunkan kejadian yang bermakna sering saya alami dikala saya merasakan keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
11	Bagi saya, walaupun sedang merasakan keluhan jelang menstruasi bersenda gurau tetap saya lakukan	SS	S	N	TS	STS
12	Saya selalu yakin dengan kemampuan yang saya miliki	SS	S	N	TS	STS
13	Keluhan jelang menstruasi yang saya alami membuat saya tidak menyadari akan nikmat yang diberikan Tuhan	SS	S	N	TS	STS
14	Ketika mengalami keluhan jelang menstruasi, saya merasa sedih	SS	S	N	TS	STS
15	Saya termasuk orang yang mudah menyerah, apalagi ketika saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
16	Sesekali saya pernah berfikir menyesal menjadi seorang wanita, karena dapat merasakan keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
17	Keluhan jelang menstruasi membuat saya menjadi orang yang tidak bisa mengendalikan diri	SS	S	N	TS	STS
18	Keluhan jelang menstruasi membuat saya mudah menyerah terhadap keadaan	SS	S	N	TS	STS

19	Ketika saya merasakan keluhan jelang menstruasi, pikiran saya tidak tenang	SS	S	N	TS	STS
20	Saya selalu beranggapan bahwa semua masalah adalah serius, terlebih ketika saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
21	Semua masalah selalu tidak bisa saya selesaikan, terlebih ketika saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
22	Saya tidak pernah merenungkan suatu kejadian yang bermakna saat saya merasakan keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
23	Saat sedang merasakan keluhan jelang menstruasi, saya tidak suka dengan candaan	SS	S	N	TS	STS
24	Pada waktu saya mengalami keluhan jelang menstruasi, kemampuan saya menurun	SS	S	N	TS	STS
25	Saya suka marah ketika mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
26	Saya memilih bersantai ketika merasakan keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
27	Keluhan menjelang menstruasi hanya akan menambah masalah	SS	S	N	TS	STS
28	Sewaktu saya mengalami keluhan menjelang menstruasi, semua terasa serba salah	SS	S	N	TS	STS
29	Pada waktu saya mengalami keluhan menjelang menstruasi, semua yang di depan saya salah	SS	S	N	TS	STS
30	Karena keluhan menjelang menstruasi, saya lebih baik menyendiri	SS	S	N	TS	STS
31	Bagi saya, keluhan menjelang menstruasi berarti harus pergi meninggalkan pekerjaan	SS	S	N	TS	STS
32	Semua masalah selalu saya campur adukkan, terlebih waktu saya merasakan keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
33	Saya orang yang lemah terlebih ketika siklus menstruasi saya selalu disertai keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
34	Sewaktu saya sedang menghadapi keluhan menjelang menstruasi, tidak melakukan banyak kegiatan adalah ide yang bagus	SS	S	N	TS	STS
35	Apabila saya mengalami keluhan menjelang menstruasi, saya lebih suka tidak memperdulikannya	SS	S	N	TS	STS
36	Saya sering menangis pada waktu mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
37	Istirahat akan saya utamakan, sewaktu saya mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
38	Keluhan menjelang menstruasi membuat saya merasa malas mengerjakan berbagai kegiatan	SS	S	N	TS	STS

39	Mengalami keluhan menjelang menstruasi bukan keinginan saya	SS	S	N	TS	STS
40	Apa saja yang ada di depan saya, bisa menjadi sasaran kemarahan ketika saya sedang mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
41	Saya menjadi orang yang penyabar, ketika mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
42	Saya termasuk orang yang mudah bosan ketika tidak ada kegiatan dan saya sedang merasakan keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
43	Keluhan menjelang menstruasi membuat saya semakin bersemangat untuk menyelesaikan pekerjaan	SS	S	N	TS	STS
44	Sewaktu saya mengalami keluhan menjelang menstruasi, saya mencoba berfikir positif	SS	S	N	TS	STS
45	Pada waktu saya mengalami keluhan menjelang menstruasi, saya menjadi orang yang bisa mengontrol emosi	SS	S	N	TS	STS
46	Berbaur dengan teman-teman selalu saya lakukan, meskipun saya sedang mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
47	Menurut saya, keluhan menjelang menstruasi berarti harus lebih bersemangat untuk beraktivitas	SS	S	N	TS	STS
48	Saya menjadi orang yang lebih bijaksana justru ketika saya merasakan keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
49	Saya orang yang punya inisiatif tinggi, terlebih ketika siklus menstruasi saya disertai keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
50	Ketika saya sedang menghadapi keluhan menjelang menstruasi, membosankan bila saya tidak melakukan kegiatan	SS	S	N	TS	STS
51	Saya bersyukur apabila saya masih bisa mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
52	Saya semakin giat beraktifitas pada waktu merasakan keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
53	Menurut saya ada baiknya membuat kegiatan yang positif, sewaktu mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
54	Keluhan menjelang menstruasi membuat saya semakin bersemangat mengerjakan berbagai	SS	S	N	TS	STS

	kegiatan					
55	Bisa merasakan keluhan menjelang menstruasi membuat saya bahagia menjadi wanita	SS	S	N	TS	STS
56	Menurut saya ada baiknya membuat kegiatan positif sewaktu mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS

Lanjut ke Skala B...

Lanjut ke Skala B...

SKALA B

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1	Orang terdekat saya selalu mendukung apa yang saya lakukan	SS	S	N	TS	STS
2	Saya selalu bisa mengambil hikmah, dari setiap kejadian yang saya alami	SS	S	N	TS	STS
3	Saya cenderung menjadi orang yang berprasangka baik tentang apapun	SS	S	N	TS	STS
4	Apapun yang terjadi pada saya, itulah jalan hidup saya	SS	S	N	TS	STS
5	Ketika saya ada masalah, Tuhan yang selalu menjadi tempat saya untuk bercerita	SS	S	N	TS	STS
6	Orang-orang terdekat dengan saya, selalu mendukung ketika saya menghadapi masalah	SS	S	N	TS	STS
7	Ketika ada masalah, saya selalu melihat sisi positifnya	SS	S	N	TS	STS
8	Tidak ada gunanya berprasangka jelek kepada siapapun	SS	S	N	TS	STS
9	Saya pasrah dengan keadaan saya saat ini	SS	S	N	TS	STS
10	Menurut saya, memperbanyak mendekatkan diri pada Tuhan adalah hal yang baik	SS	S	N	TS	STS
11	Menurut saya, akan lebih ringan apabila masalah itu diceritakan kepada orang lain	SS	S	N	TS	STS
12	Saya bukan tipe orang yang suka berdiam diri ketika masalah datang	SS	S	N	TS	STS
13	Ketika saya jenuh, saya akan melakukan hal-hal baru	SS	S	N	TS	STS
14	Menurut saya, bermalas-malasan adalah hal yang menyenangkan	SS	S	N	TS	STS
15	Bagi saya, masalah itu bisa selesai dengan berdoa dan berusaha	SS	S	N	TS	STS
16	Saya setuju dengan pepatah yang mengatakan "Berat sama dipikul, ringan sama dijinjing"	SS	S	N	TS	STS
17	Setiap masalah yang saya alami, saya mencoba mencari solusi terbaik	SS	S	N	TS	STS
18	Saya menyukai tantangan baru	SS	S	N	TS	STS
19	Saya lebih suka bersantai daripada sibuk mengerjakan sesuatu	SS	S	N	TS	STS
20	Ketika saya bimbang, saya akan meminta bimbingan pada Tuhan	SS	S	N	TS	STS
21	Saya bisa menyelesaikan masalah saya sendiri	SS	S	N	TS	STS
22	Saya tidak bisa mengambil hal positif, dari setiap kejadian yang saya alami	SS	S	N	TS	STS

23	Semua masalah saya anggap beban	SS	S	N	TS	STS
24	Saya akan menyelesaikan masalah dengan cara apapun walau itu salah	SS	S	N	TS	STS
25	Hanya dengan beribadah tidak menyelesaikan masalah	SS	S	N	TS	STS
26	Tidak pernah ada yang mendukung saya, ketika saya sangat membutuhkan dukungan	SS	S	N	TS	STS
27	Ketika menghadapi masalah saya hanya bisa berfikir negatif	SS	S	N	TS	STS
28	Saya bukan tipe orang yang mudah mengubah persepsi terhadap sesuatu	SS	S	N	TS	STS
29	Saya merasa hidup ini perlu diperjuangkan	SS	S	N	TS	STS
30	Tidak ada gunanya sering beribadah, toh saya masih juga kena masalah	SS	S	N	TS	STS
31	Bagi saya, tidak perlu bantuan orang lain untuk menyelesaikan masalah yang sedang saya alami	SS	S	N	TS	STS
32	Saya akan berdiam diri saja, ketika masalah menghampiri saya	SS	S	N	TS	STS
33	Meskipun saya merasa bosan, saya akan tetap berkuat dengan hal-hal yang ada disekeliling saya	SS	S	N	TS	STS
34	Saya akan merasa bahagia, bila hidup saya bisa membantu dan bermakna bagi sesama	SS	S	N	TS	STS
35	Berdoa itu bagi saya tidak penting, yang penting adalah usaha kita saja	SS	S	N	TS	STS
36	Orang lain tidak perlu tahu urusan saya	SS	S	N	TS	STS
37	Tidak ada gunanya bersusah payah mencari solusi, toh nanti waktunya selesai akan selesai juga	SS	S	N	TS	STS
38	Saya tidak menyukai sesuatu yang baru dan menantang	SS	S	N	TS	STS
39	Keberadaan saya akan berarti jika saya bisa berguna bagi siapa saja	SS	S	N	TS	STS
40	Tanpa bantuan Tuhan, saya bisa menyelesaikan masalah saya sendiri	SS	S	N	TS	STS

Terimakasih

Terimakasih

Trimakasih telah memastikan tidak ada yang terlewatkan

28	4	4	4	5	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	3	4	4	4	97
29	4	2	2	5	2	2	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	2	4	2	2	3	3	3	2	75
30	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	97
31	5	4	4	5	4	4	3	3	3	2	3	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3	4	4	96
32	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	5	3	3	3	4	4	3	3	2	85
33	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	98
34	4	2	3	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	84
35	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	5	4	5	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	2	96
36	4	3	4	4	3	4	2	4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	83
37	5	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	2	4	4	3	4	2	2	4	3	2	3	87
38	2	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	2	2	83
39	4	5	4	5	5	4	3	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	111
40	5	4	4	5	5	5	3	4	4	2	5	5	4	3	4	5	4	4	4	3	3	3	4	4	96
41	4	4	5	5	5	4	3	4	4	2	4	5	4	2	5	5	4	5	3	2	4	4	3	3	93

Skoring Try Out Skala Penyesuaian Diri Negatif

N	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	jml
1	4	4	1	1	4	3	4	2	4	5	2	2	4	1	5	4	4	2	4	2	2	2	2	5	2	4	2	1	3	4	2	2	93
2	4	5	2	2	2	2	1	3	3	2	5	2	5	5	5	2	3	1	3	2	2	1	1	3	2	1	1	3	1	1	1	1	77
3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	76
4	4	5	3	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	4	5	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	3	1	108
5	3	5	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3	90
6	4	3	4	4	3	3	2	4	3	3	2	3	4	4	5	3	4	2	4	3	4	1	4	4	4	3	4	4	2	4	4	1	106
7	4	4	4	4	3	4	2	3	4	2	2	2	5	2	2	4	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	2	4	4	2	105
8	4	4	4	2	2	1	1	2	3	2	3	3	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	3	4	4	3	1	4	2	4	2	1	91
9	4	5	3	3	2	5	3	1	2	4	4	4	5	5	4	3	4	2	5	2	4	4	5	5	5	4	2	4	2	5	1	1	112
10	4	5	4	5	5	2	2	5	5	4	2	5	4	4	4	5	4	1	3	2	4	2	4	5	4	4	4	2	3	4	4	4	119
11	4	3	3	3	4	3	1	3	4	3	4	1	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	91
12	4	4	2	4	2	4	2	3	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2	3	2	2	2	2	100
13	4	2	4	2	2	2	2	3	4	2	3	3	3	3	5	4	5	2	4	2	4	3	4	2	4	2	2	5	1	4	2	2	96
14	3	3	2	2	1	2	2	1	1	2	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	81
15	2	3	3	2	1	2	2	2	2	4	4	2	3	3	4	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	68
16	5	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	2	3	4	2	4	4	3	3	2	4	3	3	4	4	2	2	4	2	3	2	2	103
17	4	3	3	4	2	2	2	2	2	3	2	3	5	2	2	3	4	2	4	3	2	2	4	4	4	2	1	4	2	4	1	1	88
18	3	3	3	3	1	2	2	2	1	2	3	2	4	3	4	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	86
19	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	5	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	2	2	3	2	3	3	2	84
20	3	4	2	3	3	2	1	2	2	2	3	2	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	1	2	1	3	3	1	80
21	3	4	3	2	2	4	2	2	1	2	4	3	3	4	4	2	4	2	4	3	3	2	4	4	3	2	2	3	2	4	3	2	92
22	4	4	4	3	3	4	2	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	98
23	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	5	1	5	1	4	1	3	4	5	4	2	1	1	3	2	2	1	5	1	3	73
24	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	4	1	1	2	1	1	1	1	1	5	4	2	1	1	1	1	1	1	47
25	4	2	4	4	1	1	3	1	1	1	2	3	3	4	4	3	4	5	3	3	3	2	2	2	2	4	4	3	2	2	2	4	88
26	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	2	78

27	3	4	2	3	2	2	1	2	1	2	2	1	2	3	3	1	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	1	3	2	3	2	1	74
28	2	4	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	3	4	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	73
29	4	4	3	4	3	4	2	2	4	2	3	2	4	3	4	3	4	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	2	95
30	4	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	4	2	4	2	2	2	3	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	81
31	2	5	3	3	2	2	1	2	3	3	4	3	4	3	5	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	86
32	3	4	2	2	3	4	2	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	1	3	3	2	91
33	2	4	5	2	2	2	2	1	2	1	1	1	4	2	5	1	3	4	3	1	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	1	74
34	3	2	4	3	2	2	2	2	2	1	3	1	3	2	5	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	84
35	3	4	4	3	2	2	2	2	2	3	4	2	4	2	4	2	5	3	4	2	4	2	4	3	4	2	2	3	1	3	2	1	90
36	3	3	2	3	2	2	2	4	3	2	2	2	4	2	2	4	3	3	2	3	4	2	3	3	4	4	2	3	3	3	3	2	89
37	5	4	4	5	5	4	2	3	2	2	2	3	5	2	4	5	2	2	3	2	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	91
38	4	4	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	4	3	2	3	3	2	2	3	2	85
39	4	4	3	2	2	3	1	1	1	4	3	2	3	4	5	1	4	3	3	3	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	1	96
40	3	4	4	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	4	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	1	1	76
41	2	4	4	2	2	2	1	1	2	2	3	2	5	2	4	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	76

Skoring Try Out Skala Emotion Focused Coping

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38
1	3	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	2	5	5	5	2	2	5	1	3	1	2	4	4	5	5	5	4	1	1	1	1	3	2	4	1
2	5	4	3	4	4	3	3	4	4	5	5	5	5	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	2	2	5	3	1	2	1	4	1	3	2
3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3	2	4	3	2	4	4	4	4	4	2	2	4	3	3	2	2	3	3	3	4
4	2	4	4	4	5	4	4	4	3	5	4	2	4	3	5	4	4	3	4	5	2	4	3	4	3	3	3	2	4	3	3	2	1	3	2	4	3	
5	3	4	3	3	4	5	4	4	3	4	4	3	4	1	5	4	4	3	2	4	3	2	3	4	4	4	4	3	1	5	4	5	2	1	5	3	5	4
6	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	3	4	4	3	2	2	4	3	4	2	2	5	4	4	3
7	5	4	4	3	5	4	3	5	3	5	5	4	4	2	4	5	4	4	3	5	3	3	4	3	3	4	4	3	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	2	4	3	4	4	3	5	4	4	2	2	5	4	4	2	2	4	4	4	4
9	5	5	4	5	5	5	5	5	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	2	5	2	5	4	4	2	5	4	4	1	5	1	5	3	1	5	5	5	5
10	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	2	2	5	5	5	5	2	4	5	4	5	4	3	2	4	4	5	2	4	5	5	1	2	4	3	1	2
11	5	5	3	4	5	5	4	3	5	5	4	5	3	2	5	3	5	5	2	4	2	4	4	4	4	5	4	4	1	5	3	5	2	1	5	3	4	4
12	4	3	3	4	4	4	3	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	2	2	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	2	2	4	4	4	4
13	4	3	2	3	5	4	3	5	1	5	4	4	5	2	5	4	5	4	1	4	4	4	3	3	2	4	3	4	2	5	5	4	4	1	4	3	4	4
14	4	4	3	3	4	4	3	3	1	5	3	4	4	1	5	4	4	3	1	5	5	4	5	3	5	5	5	3	2	5	5	5	3	1	5	3	5	2
15	5	4	3	3	4	5	4	4	3	5	5	4	5	3	4	4	4	4	2	4	3	3	4	3	2	5	4	3	2	4	4	4	2	2	3	3	4	4
16	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	2	4	4	3	2	4	2	3	2	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	3
17	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2	5	5	5	5	2	5	1	4	4	4	1	4	4	4	1	5	4	4	2	1	5	4	5	5
18	5	4	3	4	5	5	4	5	3	5	3	4	4	1	5	5	5	3	2	4	2	4	4	3	2	4	4	4	2	4	3	4	4	1	5	3	5	5
19	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	3	2	4	4	4	3	2	5	4	3	3	2	4	2	4	3
20	5	4	4	4	4	4	4	4	1	5	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	2	4	4	2	4	3	4	2	2	5	4	3	2	1	5	2	4	4
21	4	4	4	3	4	4	3	3	2	5	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	2	1	4	3	4	4
22	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	2	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4
23	5	5	2	2	5	5	4	1	4	5	2	5	4	2	5	5	5	3	2	5	3	3	4	2	1	3	3	3	4	4	5	3	1	1	1	2	4	2
24	5	5	4	5	5	4	5	5	2	5	2	4	4	1	5	5	5	5	1	5	4	5	5	4	3	4	5	3	2	5	5	5	2	1	5	4	5	5
25	4	4	4	5	3	5	5	5	3	4	2	4	3	2	5	3	5	5	2	5	3	1	5	2	5	3	5	5	1	5	2	5	2	1	4	2	5	4
26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3

27	5	4	4	5	5	5	5	4	3	5	4	4	4	2	5	5	5	5	2	5	2	5	4	3	4	5	4	3	2	5	4	4	3	1	5	3	4	4
28	5	4	4	4	5	5	4	4	3	5	4	4	4	2	4	4	4	4	2	5	3	2	4	3	2	4	4	3	1	4	4	4	3	1	5	3	4	4
29	5	4	3	5	5	4	3	5	5	5	4	3	3	2	5	5	5	3	2	5	2	4	4	3	2	3	4	3	1	4	5	4	2	1	5	3	4	4
30	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	2	5	5	4	4	2	5	4	4	4	4	2	4	4	2	1	5	4	4	2	1	5	4	4	4
31	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	1	5	5	4	5	2	5	3	4	4	4	3	4	4	2	2	5	5	4	4	1	5	4	4	4
32	4	4	3	4	5	4	4	5	3	5	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	2	2	2	3	4	4	3	2	4	4	4	2	2	4	2	4	4
33	5	5	5	5	4	5	5	5	5	3	3	3	1	5	5	5	5	3	1	5	4	5	5	4	5	5	5	3	1	5	4	5	1	1	5	4	5	5
34	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	1	5	5	5	4	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	1	4	4	5	3	1	5	3	5	3
35	4	4	3	4	4	4	4	3	2	5	5	4	4	2	4	5	4	4	3	4	3	4	3	3	2	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	3	4	4
36	3	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	2	4	4	4	3	2	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	1	4	4	3	3
37	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	3	5	4	2	5	5	5	5	2	4	1	4	4	2	4	4	4	2	1	4	2	4	2	1	4	2	4	4
38	4	4	4	4	5	4	4	4	2	5	4	4	4	2	4	4	4	4	2	5	4	3	4	2	2	4	2	2	2	4	4	4	4	1	4	2	4	4
39	5	5	5	4	4	5	5	5	1	5	3	4	4	1	5	4	5	4	1	5	4	5	4	5	2	5	5	3	1	5	5	5	5	1	5	5	5	4
40	4	5	4	5	5	4	4	4	4	5	3	4	4	1	5	4	5	4	2	5	3	4	4	4	2	4	4	2	1	5	4	4	4	1	5	4	4	4
41	3	5	5	5	4	4	5	5	3	5	4	4	5	1	5	5	5	3	2	5	3	4	3	3	2	4	5	3	1	5	4	4	2	1	5	3	4	3

Try Out Skala Emotion Focused Coping

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.739	40

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	4.2195	.82195	41
VAR00002	4.1707	.58747	41
VAR00003	3.6098	.77065	41
VAR00004	4.0244	.79018	41
VAR00005	4.3902	.66626	41
VAR00006	4.2439	.66259	41
VAR00007	3.9268	.81824	41
VAR00008	4.1463	.88207	41
VAR00009	3.2439	1.19959	41
VAR00010	4.6341	.53647	41
VAR00011	3.7805	.85183	41
VAR00012	3.7805	.82195	41
VAR00013	3.8537	.79250	41
VAR00014	2.2439	1.09042	41
VAR00015	4.5122	.59674	41
VAR00016	4.3659	.58121	41
VAR00017	4.3659	.62274	41
VAR00018	3.7317	.83739	41
VAR00019	2.2439	.79939	41

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

VAR00020	4.4390	.59367	41
VAR00021	2.9268	.90527	41
VAR00022	3.5366	.97718	41
VAR00023	3.6341	.88758	41
VAR00024	3.2195	.79095	41
VAR00025	3.0000	1.14018	41
VAR00026	3.9756	.61187	41
VAR00027	3.8537	.79250	41
VAR00028	2.9512	.86462	41
VAR00029	1.8293	.83374	41
VAR00030	4.4634	.50485	41
VAR00031	3.7805	.98773	41
VAR00032	3.9756	.90796	41
VAR00033	2.4634	.92460	41
VAR00034	1.3171	.47112	41
VAR00035	4.2927	.84392	41
VAR00036	3.1463	.90997	41
VAR00037	4.0732	.75466	41
VAR00038	3.6585	.91131	41
VAR00039	1.3902	.54213	41
VAR00040	4.2439	1.19959	41

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	139.4390	88.302	.505	.720
VAR00002	139.4878	89.456	.628	.720
VAR00003	140.0488	90.098	.416	.725
VAR00004	139.6341	88.638	.505	.721

Case Processing Summary

		N	%		
Cases	Valid	41	100.0		
	Excluded ^a	0	.0		
	Total	41	100.0		
VAR00005		139.2683	91.951	.343	.730
VAR00006		139.4146	90.149	.492	.724
VAR00007		139.7317	86.701	.618	.714
VAR00008		139.5122	87.906	.489	.720
VAR00009		140.4146	96.699	-.058	.755
VAR00010		139.0244	95.224	.121	.738
VAR00011		139.8780	98.060	-.119	.751
VAR00012		139.8780	95.360	.046	.743
VAR00013		139.8049	97.811	-.106	.749
VAR00014		141.4146	96.699	-.052	.752
VAR00015		139.1463	90.828	.492	.725
VAR00016		139.2927	93.212	.288	.732
VAR00017		139.2927	90.362	.509	.724
VAR00018		139.9268	89.570	.411	.725
VAR00019		141.4146	103.149	-.432	.764
VAR00020		139.2195	90.526	.522	.724
VAR00021		140.7317	97.601	-.092	.751
VAR00022		140.1220	85.260	.586	.712
VAR00023		140.0244	89.574	.382	.726
VAR00024		140.4390	91.202	.328	.729
VAR00025		140.6585	98.880	-.150	.759
VAR00026		139.6829	89.722	.577	.721
VAR00027		139.8049	88.761	.495	.721
VAR00028		140.7073	93.512	.151	.738
VAR00029		141.8293	105.795	-.566	.771
VAR00030		139.1951	91.561	.514	.726
VAR00031		139.8780	95.560	.013	.747
VAR00032		139.6829	88.372	.444	.722
VAR00033		141.1951	93.461	.138	.739

Case Processing Summary

		N	%		
Cases	Valid	41	100.0		
	Excluded ^a	0	.0		
	Total	41	100.0		
VAR00034		142.3415	99.930	-.358	.751
VAR00035		139.3659	87.338	.553	.717
VAR00036		140.5122	87.706	.484	.720
VAR00037		139.5854	92.199	.277	.732
VAR00038		140.0000	88.050	.462	.721
VAR00039		142.2683	101.401	-.450	.756
VAR00040		139.4146	88.099	.322	.728

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
1.4366E2	96.780	9.83771	40

Try Out Skala Penyesuaian Diri Negatif

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.877	32

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00025	3.3171	.90662	41
VAR00026	3.6098	1.02172	41
VAR00027	2.9268	.98464	41
VAR00028	2.7561	.99450	41
VAR00029	2.3659	.96840	41
VAR00030	2.5854	1.02410	41
VAR00031	1.8780	.71397	41
VAR00032	2.2683	.97530	41
VAR00033	2.4146	1.11749	41
VAR00034	2.5854	.99939	41
VAR00035	2.6341	.99388	41
VAR00036	2.4634	1.00244	41
VAR00037	3.6098	.94546	41
VAR00038	2.9512	1.02350	41
VAR00039	3.8293	.99756	41
VAR00040	2.7073	1.12347	41
VAR00041	3.3902	.80244	41
VAR00042	2.5122	.86954	41

VAR00043	3.1707	.70365	41
VAR00044	2.2683	.59264	41
VAR00045	3.1951	.84319	41
VAR00046	2.2195	.72499	41
VAR00047	2.8049	.90054	41
VAR00048	3.3415	.88345	41
VAR00049	3.1220	.89986	41
VAR00050	2.5610	.86743	41
VAR00051	2.1220	.87164	41
VAR00052	2.9756	.82121	41
VAR00053	1.9268	.56525	41
VAR00054	3.0000	.94868	41
VAR00055	2.2683	.92262	41
VAR00056	1.8293	.83374	41

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00025	84.2927	159.412	.708	.867
VAR00026	84.0000	164.550	.414	.873
VAR00027	84.6829	166.872	.338	.875
VAR00028	84.8537	161.128	.567	.869
VAR00029	85.2439	162.739	.517	.871
VAR00030	85.0244	161.824	.521	.871
VAR00031	85.7317	168.151	.420	.873
VAR00032	85.3415	163.630	.475	.872
VAR00033	85.1951	160.961	.502	.871
VAR00034	85.0244	164.324	.434	.873
VAR00035	84.9756	171.924	.136	.880
VAR00036	85.1463	162.328	.513	.871
VAR00037	84.0000	168.400	.291	.876
VAR00038	84.6585	164.330	.422	.873
VAR00039	83.7805	179.526	-.153	.886
VAR00040	84.9024	157.890	.612	.868

VAR00041	84.2195	163.826	.583	.870
VAR00042	85.0976	178.490	-.121	.884
VAR00043	84.4390	165.902	.554	.871
VAR00044	85.3415	174.530	.100	.878
VAR00045	84.4146	164.049	.541	.871
VAR00046	85.3902	171.244	.246	.876
VAR00047	84.8049	159.661	.702	.867
VAR00048	84.2683	169.551	.266	.876
VAR00049	84.4878	166.306	.402	.873
VAR00050	85.0488	165.298	.466	.872
VAR00051	85.4878	165.156	.470	.872
VAR00052	84.6341	166.088	.457	.872
VAR00053	85.6829	172.172	.266	.876
VAR00054	84.6098	162.294	.548	.870
VAR00055	85.3415	164.780	.456	.872
VAR00056	85.7805	172.526	.147	.878

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
87.6098	176.444	13.28322	32

Try Out Skala Penyesuaian Diri Positif

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.835	24

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.8780	.87164	41
VAR00002	3.6585	.91131	41
VAR00003	3.6341	.76668	41
VAR00004	4.4634	.59572	41
VAR00005	3.6585	.85469	41
VAR00006	3.9024	.70017	41
VAR00007	3.3902	.83301	41
VAR00008	3.9268	.84824	41
VAR00009	3.6341	.79863	41
VAR00010	2.9756	1.03653	41
VAR00011	3.9024	.76827	41
VAR00012	4.0488	.94740	41
VAR00013	3.9512	.89306	41
VAR00014	3.4146	1.02410	41
VAR00015	3.9512	.86462	41
VAR00016	4.3415	.79403	41
VAR00017	3.8049	.87234	41
VAR00018	3.9512	.99878	41
VAR00019	2.9512	1.13911	41
VAR00020	3.1463	.98896	41
VAR00021	3.9024	.80015	41

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

VAR00022	3.3902	.91864	41
VAR00023	3.5854	.89375	41
VAR00024	3.3902	.91864	41

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	84.9756	88.774	.261	.834
VAR00002	85.1951	86.311	.395	.828
VAR00003	85.2195	87.476	.402	.828
VAR00004	84.3902	89.794	.326	.831
VAR00005	85.1951	87.161	.372	.829
VAR00006	84.9512	88.698	.352	.830
VAR00007	85.4634	93.505	-.023	.844
VAR00008	84.9268	85.920	.457	.826
VAR00009	85.2195	85.326	.533	.824
VAR00010	85.8780	93.860	-.055	.849
VAR00011	84.9512	86.748	.454	.827
VAR00012	84.8049	85.461	.426	.827
VAR00013	84.9024	87.190	.350	.830
VAR00014	85.4390	84.102	.462	.825
VAR00015	84.9024	83.590	.600	.820
VAR00016	84.5122	86.906	.425	.827
VAR00017	85.0488	82.898	.640	.819
VAR00018	84.9024	82.690	.558	.821
VAR00019	85.9024	81.490	.537	.822
VAR00020	85.7073	86.262	.359	.830
VAR00021	84.9512	87.648	.370	.829
VAR00022	85.4634	91.405	.090	.841
VAR00023	85.2683	85.651	.446	.826

Case Processing Summary

		N	%	
Cases	Valid	41	100.0	
	Excluded ^a	0	.0	
	Total	41	100.0	
VAR00024	85.4634	84.105	.527	.823

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
88.8537	93.828	9.68649	24

Validitas *Emotion Focused Coping*

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

VAR00037	Pearson Correlation	.054	.140	-.036	.039	-.058	.363*	.211	.246	-.324*	.130	-.363*	.349*	.186	-.356*
	Sig. (2-tailed)	.737	.382	.825	.809	.718	.020	.185	.120	.039	.420	.020	.025	.245	.022
	Sum of Squares and Cross-products	1.341	2.488	-.829	.927	-1.171	7.268	5.220	6.561	-11.732	2.098	-9.341	8.659	4.439	-11.732
	Covariance	.034	.062	-.021	.023	-.029	.182	.130	.164	-.293	.052	-.234	.216	.111	-.293
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00038	Pearson Correlation	.403**	.158	-.016	.220	.184	.348*	.368*	.437**	-.219	.045	-.260	-.002	-.002	-.040
	Sig. (2-tailed)	.009	.323	.918	.167	.250	.026	.018	.004	.169	.780	.101	.988	.992	.804
	Sum of Squares and Cross-products	12.073	3.390	-.463	6.341	4.463	8.415	10.976	14.049	-9.585	.878	-8.073	-.073	-.049	-1.585
	Covariance	.302	.085	-.012	.159	.112	.210	.274	.351	-.240	.022	-.202	-.002	-.001	-.040
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00039	Pearson Correlation	-.365*	-.450**	-.285	-.373*	-.294	-.341*	-.554**	-.227	-.073	-.356*	.136	-.308	.078	.089
	Sig. (2-tailed)	.019	.003	.071	.016	.062	.029	.000	.154	.650	.022	.397	.050	.628	.581
	Sum of Squares and Cross-products	-6.512	-5.732	-4.756	-6.390	-4.244	-4.902	-9.829	-4.341	-1.902	-4.146	2.512	-5.488	1.341	2.098
	Covariance	-.163	-.143	-.119	-.160	-.106	-.123	-.246	-.109	-.048	-.104	.063	-.137	.034	.052
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00040	Pearson Correlation	.147	.152	.133	.205	-.153	-.014	.095	.202	-.164	-.169	-.020	-.274	-.093	.030
	Sig. (2-tailed)	.358	.342	.409	.200	.338	.932	.554	.206	.306	.292	.903	.083	.563	.853
	Sum of Squares and Cross-products	5.805	4.293	4.902	7.756	-4.902	-.439	3.732	8.537	-9.439	-4.341	-.805	-10.805	-3.537	1.561
	Covariance	.145	.107	.123	.194	-.123	-.011	.093	.213	-.236	-.109	-.020	-.270	-.088	.039
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
totalskor	Pearson Correlation	.566**	.664**	.480**	.564**	.402**	.542**	.668**	.556**	.064	.175	-.033	.130	-.026	.059
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.001	.000	.009	.000	.000	.000	.689	.275	.838	.419	.873	.713
	Sum of Squares and Cross-products	183.073	153.390	145.537	175.341	105.463	141.415	214.976	193.049	30.415	36.878	-11.073	41.927	-8.049	25.415
	Covariance	4.577	3.835	3.638	4.384	2.637	3.535	5.374	4.826	.760	.922	-.277	1.048	-.201	.635
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

.488"	.321"	.544"	.408"	-.201	.531"	-.176	.363'	.410"	.103	-.080	.296	.523"	.207	-.312'	.387"	-.113
.001	.041	.000	.008	.207	.000	.271	.020	.008	.523	.617	.060	.000	.194	.047	.012	.481
9.537	6.098	11.098	11.195	-5.268	10.317	-5.220	11.610	11.902	2.659	-3.000	5.927	13.561	5.854	-8.512	6.390	-3.659
.238	.152	.277	.280	-.132	.258	-.130	.290	.298	.066	-.075	.148	.339	.146	-.213	.160	-.091
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.281	.234	.264	.224	-.194	.352'	-.143	.197	.038	.132	.050	.146	.353'	.173	-.373'	.293	-.192
.075	.140	.095	.160	.225	.024	.373	.218	.813	.411	.758	.363	.023	.278	.016	.063	.230
5.927	4.805	5.805	6.610	-5.463	7.366	-4.561	6.780	1.195	3.683	2.000	3.146	9.878	5.293	-10.976	5.220	-6.683
.148	.120	.145	.165	-.137	.184	-.114	.170	.030	.092	.050	.079	.247	.132	-.274	.130	-.167
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.170	.227	.112	-.207	.171	.127	-.282	.056	-.196	-.031	.110	-.128	-.040	.060	.068	-.109	-.186
.287	.153	.486	.194	.285	.430	.074	.727	.220	.845	.495	.425	.802	.710	.674	.499	.245
4.878	6.341	3.341	-8.317	6.561	3.610	-12.268	2.634	-8.341	-1.195	6.000	-3.756	-1.537	2.488	2.707	-2.634	-8.805
.122	.159	.084	-.208	.164	.090	-.307	.066	-.209	-.030	.150	-.094	-.038	.062	.068	-.066	-.220
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.288	.199	.186	.333'	-.020	.281	-.262	.193	.027	-.160	-.450"	.048	.047	.014	.025	.088	.033
.068	.211	.244	.034	.902	.075	.097	.226	.867	.319	.003	.764	.769	.929	.879	.585	.836
3.683	2.488	2.488	5.976	-.341	3.585	-5.098	4.049	.512	-2.707	-11.000	.634	.805	.268	.439	.951	.707
.092	.062	.062	.149	-.009	.090	-.127	.101	.013	-.068	-.275	.016	.020	.007	.011	.024	.018
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.216	.166	-.269	-.225	.448"	-.052	-.183	.055	-.473"	.073	-.180	.085	-.308	.053	.087	-.223	-.118
.175	.299	.089	.158	.003	.747	.251	.733	.002	.649	.260	.595	.050	.742	.590	.162	.462
-4.390	3.293	-5.707	-6.415	12.195	-1.049	-5.659	1.829	-14.293	1.976	-7.000	1.780	-8.317	1.561	2.463	-3.829	-3.976
-.110	.082	-.143	-.160	.305	-.026	-.141	.046	-.357	.049	-.175	.045	-.208	.039	.062	-.096	-.099
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.184	.120	.210	.384'	-.221	.100	-.190	.026	.024	-.309'	-.187	.089	.141	.020	.017	.251	-.184
.250	.455	.188	.013	.165	.534	.234	.873	.880	.050	.242	.582	.378	.903	.916	.113	.249
3.610	2.293	4.293	10.585	-5.805	1.951	-5.659	.829	.707	-8.024	-7.000	1.780	3.683	.561	.463	4.171	-5.976

-0.426"	-0.089	-0.435"	-0.273	1	-0.284	-0.217	-0.140	-0.329'	-0.205	-0.055	-0.448"	-0.416"	-0.127	.177	-0.411"	-0.215
.006	.579	.004	.084		.072	.174	.384	.036	.198	.733	.003	.007	.429	.269	.008	.176
-8.122	-1.659	-8.659	-7.317	25.561	-5.390	-6.268	-4.366	-9.341	-5.195	-2.000	-8.756	-10.537	-3.512	4.707	-6.634	-6.805
-0.203	-0.041	-0.216	-0.183	.639	-0.135	-0.157	-0.109	-0.234	-0.130	-0.050	-0.219	-0.263	-0.088	.118	-0.166	-0.170
.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41
.620"	.392'	.501"	.092	-0.284	1	.061	.316'	.265	.109	-0.111	.168	.353'	.238	-0.148	.305	.126
.000	.011	.001	.567	.072		.704	.044	.094	.497	.490	.294	.024	.135	.356	.052	.433
8.780	5.415	7.415	1.829	-5.390	14.098	1.317	7.341	5.585	2.049	-3.000	2.439	6.634	4.878	-2.927	3.659	2.951
.220	.135	.185	.046	-0.135	.352	.033	.184	.140	.051	-0.075	.061	.166	.122	-0.073	.091	.074
.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41
-0.114	-0.185	-0.262	-0.224	-0.217	.061	1	.074	.184	.128	.000	.132	-0.015	-0.196	-0.083	.185	.569"
.478	.246	.098	.158	.174	.704		.647	.250	.426	1.000	.410	.924	.219	.605	.246	.000
-2.463	-3.902	-5.902	-6.805	-6.268	1.317	32.780	2.610	5.902	3.659	.000	2.927	-0.439	-6.146	-2.512	3.390	20.341
-0.062	-0.098	-0.148	-0.170	-0.157	.033	.820	.065	.148	.091	.000	.073	-0.011	-0.154	-0.063	.085	.509
.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41
.417"	.482"	.368"	.089	-0.140	.316"	.074	1	.203	.264	-0.135	.399"	.233	.002	-0.161	.396"	.203
.007	.001	.018	.581	.384	.044	.647		.203	.095	.401	.010	.143	.989	.315	.010	.204
9.732	10.951	8.951	2.902	-4.366	7.341	2.610	38.195	7.049	8.171	-6.000	9.537	7.220	.073	-5.244	7.805	7.829
.243	.274	.224	.073	-0.109	.184	.065	.955	.176	.204	-0.150	.238	.180	.002	-0.131	.195	.196
.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41
.174	.024	.203	.436"	-0.329'	.265	.184	.203	1	.153	.025	.213	.348'	.009	-0.424"	.332'	.248
.277	.883	.203	.004	.036	.094	.250	.203		.340	.878	.181	.026	.957	.006	.034	.117
3.683	.488	4.488	12.976	-9.341	5.585	5.902	7.049	31.512	4.293	1.000	4.634	9.805	.268	-12.561	5.951	8.707
.092	.012	.112	.324	-0.234	.140	.148	.176	.788	.107	.025	.116	.245	.007	-0.314	.149	.218
.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41
.127	-0.016	.087	.129	-0.205	.109	.128	.264	.153	1	-0.111	.321'	.053	-0.130	-0.359'	.240	.191
.430	.921	.590	.422	.198	.497	.426	.095	.340		.490	.041	.744	.417	.021	.131	.231
2.390	-0.293	1.707	3.415	-5.195	2.049	3.659	8.171	4.293	25.024	-4.000	6.220	1.317	-3.561	-9.463	3.829	5.976
.060	-0.007	.043	.085	-0.130	.051	.091	.204	.107	.626	-0.100	.155	.033	-0.089	-0.237	.096	.149
.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41	.41

-0.37	-.340'	-.176	-.026	-.055	-.111	.000	-.135	.025	-.111	1	.143	.221	-.051	.026	.261	-.266
.820	.030	.271	.871	.733	.490	1.000	.401	.878	.490		.371	.164	.753	.870	.100	.092
-1.000	-9.000	-5.000	-1.000	-2.000	-3.000	.000	-6.000	1.000	-4.000	52.000	4.000	8.000	-2.000	1.000	6.000	-12.000
-.025	-.225	-.125	-.025	-.050	-.075	.000	-.150	.025	-.100	1.300	.100	.200	-.050	.025	.150	-.300
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.240	.096	.286	.280	-.448"	.168	.132	.399"	.213	.321'	.143	1	.456"	.139	-.253	.280	.032
.130	.550	.069	.077	.003	.294	.410	.010	.181	.041	.371		.003	.384	.110	.076	.841
3.512	1.366	4.366	5.732	-8.756	2.439	2.927	9.537	4.634	6.220	4.000	14.976	8.854	2.951	-5.171	3.463	.780
.088	.034	.109	.143	-.219	.061	.073	.238	.116	.155	.100	.374	.221	.074	-.129	.087	.020
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.427"	.228	.466"	.165	-.416"	.353'	-.015	.233	.348'	.053	.221	.456"	1	.354'	-.228	.361'	-.010
.005	.152	.002	.301	.007	.024	.924	.143	.026	.744	.164	.003		.023	.152	.020	.950
8.073	4.195	9.195	4.390	-10.537	6.634	-.439	7.220	9.805	1.317	8.000	8.854	25.122	9.707	-6.024	5.780	-.317
.202	.105	.230	.110	-.263	.166	-.011	.180	.245	.033	.200	.221	.628	.243	-.151	.145	-.008
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.437"	.036	.498"	-.088	-.127	.238	-.196	.002	.009	-.130	-.051	.139	.354'	1	.127	.053	-.247
.004	.821	.001	.586	.429	.135	.219	.989	.957	.417	.753	.384	.023		.429	.742	.119
9.024	.732	10.732	-2.537	-3.512	4.878	-6.146	.073	.268	-3.561	-2.000	2.951	9.707	29.902	3.659	.927	-8.439
.226	.018	.268	-.063	-.088	.122	-.154	.002	.007	-.089	-.050	.074	.243	.748	.091	.023	-.211
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.272	.081	-.214	-.461"	.177	-.148	-.083	-.161	-.424"	-.359'	.026	-.253	-.228	.127	1	-.401"	-.107
.085	.617	.180	.002	.269	.356	.605	.315	.006	.021	.870	.110	.152	.429		.009	.504
-5.415	1.561	-4.439	-12.878	4.707	-2.927	-2.512	-5.244	-12.561	-9.463	1.000	-5.171	-6.024	3.659	27.805	-6.756	-3.537
-.135	.039	-.111	-.322	.118	-.073	-.063	-.131	-.314	-.237	.025	-.129	-.151	.091	.695	-.169	-.088
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.437"	-.081	.163	.361'	-.411"	.305	.185	.396"	.332'	.240	.261	.280	.361'	.053	-.401"	1	.109
.004	.614	.309	.021	.008	.052	.246	.010	.034	.131	.100	.076	.020	.742	.009		.498
5.268	-.951	2.049	6.098	-6.634	3.659	3.390	7.805	5.951	3.829	6.000	3.463	5.780	.927	-6.756	10.195	2.171
.132	-.024	.051	.152	-.166	.091	.085	.195	.149	.096	.150	.087	.145	.023	-.169	.255	.054
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41

.026	.100	-.029	-.043	-.215	.126	.569"	.203	.248	.191	-.266	.032	-.010	-.247	-.107	.109	1
.872	.535	.858	.791	.176	.433	.000	.204	.117	.231	.092	.841	.950	.119	.504	.498	
.610	2.293	-.707	-1.415	-6.805	2.951	20.341	7.829	8.707	5.976	-12.000	.780	-.317	-8.439	-3.537	2.171	39.024
.015	.057	-.018	-.035	-.170	.074	.509	.196	.218	.149	-.300	.020	-.008	-.211	-.088	.054	.976
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.254	-.030	.370'	.386'	-.370'	.113	.332'	.212	.485"	.356"	-.048	.449"	.342'	.158	-.600"	.189	.301
.109	.852	.017	.013	.017	.481	.034	.183	.001	.022	.764	.003	.028	.325	.000	.237	.056
5.512	-.634	8.366	11.732	-10.756	2.439	10.927	7.537	15.634	10.220	-2.000	9.976	9.854	4.951	-18.171	3.463	10.780
.138	-.016	.209	.293	-.269	.061	.273	.188	.391	.255	-.050	.249	.246	.124	-.454	.087	.270
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.033	-.137	-.041	.294	-.292	.030	.221	.133	.120	.233	-.213	.241	-.076	-.159	-.219	.171	.196
.837	.392	.798	.062	.064	.852	.165	.407	.453	.142	.180	.128	.638	.322	.169	.285	.219
-.732	-2.951	-.951	9.098	-8.634	.659	7.390	4.805	3.951	6.829	-9.000	5.463	-2.220	-5.073	-6.756	3.195	7.171
-.018	-.074	-.024	.227	-.216	.016	.185	.120	.099	.171	-.225	.137	-.055	-.127	-.169	.080	.179
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.681"	-.160	-.490"	-.223	.387'	-.421"	.173	-.216	-.194	-.057	.047	-.059	-.207	-.207	.205	-.423"	.046
.000	.317	.001	.162	.012	.006	.279	.175	.224	.722	.773	.713	.193	.195	.199	.006	.776
-7.659	-1.756	-5.756	-3.512	5.829	-4.707	2.951	-3.976	-3.244	-.854	1.000	-.683	-3.098	-3.366	3.220	-4.024	.854
-.191	-.044	-.144	-.088	.146	-.118	.074	-.099	-.081	-.021	.025	-.017	-.077	-.084	.080	-.101	.021
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.241	.082	.172	.326'	-.220	.136	.061	.381'	.213	.351'	.104	.353'	.327'	-.048	-.673"	.495"	.109
.129	.610	.283	.037	.168	.395	.703	.014	.181	.025	.518	.024	.037	.763	.000	.001	.498
4.854	1.610	3.610	9.220	-5.927	2.732	1.878	12.561	6.390	9.366	4.000	7.293	8.756	-1.415	-18.951	8.439	3.634
.121	.040	.090	.230	-.148	.068	.047	.314	.160	.234	.100	.182	.219	-.035	-.474	.211	.091
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.043	.180	.212	.250	-.325'	.156	.165	.359'	.192	.753"	-.169	.456"	.204	-.086	-.296	.175	.204
.791	.260	.183	.115	.038	.331	.302	.021	.230	.000	.292	.003	.201	.593	.060	.273	.202
.927	3.805	4.805	7.610	-9.463	3.366	5.439	12.780	6.195	21.683	-7.000	10.146	5.878	-2.707	-8.976	3.220	7

[illegible]

[illegible]

-.283 .073 -8.146 -.204 41	.300 .057 8.780 .220 41	-.073 .648 -1.098 -.027 41	-.084 .602 -2.244 -.056 41	.030 .850 .878 .022 41	.186 .245 4.439 .111 41	-.002 .992 -.049 -.001 41	.078 .628 1.341 .034 41	-.093 .563 -3.537 -.088 41	-.026 .873 -8.049 -.201 41
-.019 .906 -.756 -.019 41	-.388 ⁺ .012 -15.634 -.391 41	.284 .072 5.829 .146 41	-.161 .315 -5.927 -.148 41	.039 .810 1.537 .038 41	-.356 ⁺ .022 -11.732 -.293 41	-.040 .804 -1.585 -.040 41	.089 .581 2.098 .052 41	.030 .853 1.561 .039 41	.059 .713 25.415 .635 41
.254 .109 5.512 .138 41	-.033 .837 -.732 -.018 41	-.681 ⁺⁺ .000 -7.659 -.191 41	.241 .129 4.854 .121 41	.043 .791 .927 .023 41	.359 ⁺ .021 6.463 .162 41	.054 .738 1.171 .029 41	-.633 ⁺⁺ .000 -8.195 -.205 41	.135 .399 3.878 .097 41	.537 ⁺⁺ .000 126.171 3.154 41
-.030 .852 -.634 -.016 41	-.137 .392 -2.951 -.074 41	-.160 .317 -1.756 -.044 41	.082 .610 1.610 .040 41	.180 .260 3.805 .095 41	.051 .749 .902 .023 41	.053 .742 1.122 .028 41	-.306 .052 -3.854 -.096 41	-.239 .133 -6.659 -.166 41	.342 ⁺ .029 78.122 1.953 41
.370 ⁺ .017 8.366 .209 41	-.041 .798 -.951 -.024 41	-.490 ⁺⁺ .001 -5.756 -.144 41	.172 .283 3.610 .090 41	.212 .183 4.805 .120 41	.314 ⁺ .046 5.902 .148 41	.226 .156 5.122 .128 41	-.508 ⁺⁺ .001 -6.854 -.171 41	.112 .486 3.341 .084 41	.555 ⁺⁺ .000 136.122 3.403 41
.386 ⁺ .013 11.732 .293 41	.294 .062 9.098 .227 41	-.223 .162 -3.512 -.088 41	.326 ⁺ .037 9.220 .230 41	.250 .115 7.610 .190 41	.427 ⁺⁺ .005 10.805 .270 41	.663 ⁺⁺ .000 20.244 .506 41	-.204 .200 -3.707 -.093 41	.166 .299 6.683 .167 41	.480 ⁺⁺ .001 158.244 3.956 41

[illegible]

[illegible]

[illegible]

VAR00055	Pearson Correlation	.195	.273	.160	.237	.335*	.227	.127	.474**	.350*	.069	-.136	.160	-.078	.200
	Sig. (2-tailed)	.223	.084	.318	.136	.032	.154	.429	.002	.025	.666	.398	.319	.630	.211
	Sum of Squares and Cross-products	6.512	10.293	5.805	8.683	11.976	8.561	3.341	17.049	14.439	2.561	-4.976	5.902	-2.707	7.537
	Covariance	.163	.257	.145	.217	.299	.214	.084	.426	.361	.064	-.124	.148	-.068	.188
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00056	Pearson Correlation	.073	-.227	-.016	.129	.141	-.085	.132	.150	.132	-.087	-.047	.067	-.182	-.010
	Sig. (2-tailed)	.648	.154	.923	.420	.378	.597	.410	.349	.412	.588	.770	.677	.255	.951
	Sum of Squares and Cross-products	2.220	-7.732	-.512	4.293	4.561	-2.902	3.146	4.878	4.902	-2.902	-1.561	2.244	-5.732	-.341
	Covariance	.055	-.193	-.013	.107	.114	-.073	.079	.122	.123	-.073	-.039	.056	-.143	-.009
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
TOTALSKOR	Pearson Correlation	.734**	.473**	.409**	.622**	.571**	.579**	.462**	.517**	.552**	.497**	.213	.555**	.368*	.475**
	Sig. (2-tailed)	.000	.002	.008	.000	.000	.000	.002	.001	.000	.001	.181	.000	.018	.002
	Sum of Squares and Cross-products	354.341	257.195	214.537	329.122	294.317	315.707	175.561	268.366	328.293	264.707	112.683	296.268	185.195	259.024
	Covariance	8.859	6.430	5.363	8.228	7.358	7.893	4.389	6.709	8.207	6.618	2.817	7.407	4.630	6.476
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

.075	.422"	.260	.184	.291	-.098	.041	.198	.273	.226	-.015	.396"	.306	.080	.287	.258	.127
.640	.006	.101	.250	.065	.542	.801	.215	.084	.155	.925	.010	.052	.619	.069	.103	.429
2.146	13.537	5.951	4.561	5.854	-1.659	.976	4.098	7.024	5.707	-390	9.805	7.610	1.878	4.634	7.000	3.341
.054	.338	.149	.114	.146	-.041	.024	.102	.176	.143	-.010	.245	.190	.047	.116	.175	.084
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.337"	.667"	.150	-.255	-.032	-.041	.239	-.121	.260	.181	.190	.084	.225	.164	.173	.027	.474"
.031	.000	.348	.108	.843	.798	.133	.452	.100	.257	.235	.603	.157	.304	.281	.867	.002
-13.122	29.220	4.707	-8.634	-8.78	-.951	7.854	-3.415	9.146	6.244	6.659	2.829	7.659	5.268	3.805	1.000	17.049
-.328	.730	.118	-.216	-.022	-.024	.196	-.085	.229	.156	.166	.071	.191	.132	.095	.025	.426
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.137	.597"	.345"	-.353"	.067	-.134	.230	-.053	.182	.208	.147	.218	.152	.202	.089	.189	.350"
.394	.000	.027	.024	.679	.402	.147	.740	.255	.193	.358	.170	.342	.205	.581	.237	.025
-6.098	29.976	12.366	-13.707	2.098	-3.561	8.683	-1.732	7.317	8.195	5.927	8.463	5.927	7.415	2.244	8.000	14.439
-.152	.749	.309	-.343	.052	-.089	.217	-.043	.183	.205	.148	.212	.148	.185	.056	.200	.361
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.002	.245	.300	-.239	.281	-.019	.128	.232	.297	.334"	.085	.160	.117	-.013	.343"	.290	.069
.988	.122	.056	.133	.075	.908	.425	.144	.060	.033	.595	.319	.467	.938	.028	.066	.666
.098	11.024	9.634	-8.293	7.902	-.439	4.317	6.732	10.683	11.805	3.073	5.537	4.073	-.415	7.756	11.000	2.561
.002	.276	.241	-.207	.198	-.011	.108	.168	.267	.295	.077	.138	.102	-.010	.194	.275	.064
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.087	-.031	.309"	-.270	.235	.086	.117	.045	.142	-.167	.023	-.249	-.120	.203	-.182	.053	-.136
.590	.847	.049	.088	.140	.593	.466	.781	.377	.296	.886	.116	.454	.203	.254	.742	.398
3.439	-1.390	9.854	-9.317	6.561	2.024	3.927	1.293	5.073	-5.878	.829	-8.585	-4.171	6.634	-4.098	2.000	-4.976
.086	-.035	.246	-.233	.164	.051	.098	.032	.127	-.147	.021	-.215	-.104	.166	-.102	.050	-.124
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.119	.479"	.205	-.136	.275	-.130	.245	.201	.324"	.325"	.213	.096	.363"	.196	.150	.105	.160
.459	.002	.199	.398	.082	.417	.122	.209	.039	.038	.181	.550	.020	.219	.351	.513	.319
-4.756	21.561	6.585	-4.732	7.756	-3.098	8.293	5.829	11.707	11.512	7.683	3.341	12.683	6.463	3.390	4.000	5.902
-.119	.539	.165	-.118	.194	-.077	.207	.146	.293	.288	.192	.084	.317	.162	.085	.100	.148
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41

.166	.219	.173	-.298	.441"	.058	.317"	.201	.173	.014	-.001	.091	.090	.020	-.102	.307	-.078
.299	.168	.280	.058	.004	.720	.043	.208	.281	.931	.993	.573	.578	.903	.528	.051	.630
6.268	9.317	5.244	-9.805	11.732	1.293	10.122	5.512	5.878	.463	-.049	2.976	2.951	.610	-2.171	11.000	-2.707
.157	.233	.131	-.245	.293	.032	.253	.138	.147	.012	-.001	.074	.074	.015	-.054	.275	-.068
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.033	.205	.267	.001	.185	-.019	.098	.048	.288	.185	.278	.032	.231	.445"	-.006	.051	.200
.838	.199	.091	.997	.246	.906	.541	.763	.068	.247	.078	.845	.146	.004	.969	.749	.211
-1.341	9.415	8.780	.024	5.341	-.463	3.390	1.439	10.610	6.683	10.244	1.122	8.244	14.951	-.146	2.000	7.537
-.034	.235	.220	.001	.134	-.012	.085	.036	.265	.167	.256	.028	.206	.374	-.004	.050	.188
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
1	-.380"	.023	-.271	.078	-.047	.011	-.154	-.205	-.188	-.255	.027	.226	-.127	-.156	.185	-.058
	.014	.887	.086	.627	.768	.946	.335	.199	.240	.108	.868	.156	.428	.331	.247	.720
39.805	-17.049	.732	-9.415	2.195	-1.122	.366	-4.463	-7.366	-6.610	-9.146	.927	7.854	-4.171	-3.512	7.000	-2.122
.995	-.426	.018	-.235	.055	-.028	.009	-.112	-.184	-.165	-.229	.023	.196	-.104	-.088	.175	-.053
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.380"	1	.241	-.073	.191	.046	.326"	.173	.362"	.254	.283	.224	.216	.128	.202	.141	.343"
.014		.129	.650	.231	.776	.038	.280	.020	.109	.072	.159	.175	.427	.206	.380	.028
-17.049	50.488	8.683	-2.854	6.049	1.220	12.341	5.634	14.659	10.098	11.463	8.732	8.463	4.707	5.122	6.000	14.220
-.426	1.262	.217	-.071	.151	.030	.309	.141	.366	.252	.287	.218	.212	.118	.128	.150	.355
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.023	.241	1	.029	.632"	.353"	.439"	.279	.627"	-.087	.279	.360"	.252	.546"	-.046	.624"	.226
.887	.129		.858	.000	.024	.004	.078	.000	.589	.078	.021	.112	.000	.777	.000	.154
.732	8.683	25.756	.805	14.268	6.707	11.878	6.488	18.122	-2.463	8.049	10.024	7.049	14.390	-.829	19.000	6.707
.018	.217	.644	.020	.357	.168	.297	.162	.453	-.062	.201	.251	.176	.360	-.021	.475	.168
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.271	-.073	.029	1	.017	-.128	-.140	.055	.067	-.136	.046	.173	.179	.228	.180	-.182	.136
.086	.650	.858		.916	.426	.384	.732	.677	.397	.775	.279	.262	.152	.260	.255	.396
-9.415	-2.854	.805	30.244	.415	-2.634	-4.098	1.390	2.098	-4.171	1.439	5.220	5.439	6.512	3.537	-6.000	4.366
-.235	-.071	.020	.756	.010	-.066	-.102	.035	.052	-.104	.036	.130	.136	.163	.088	-.150	.109
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41

.078	.191	.632"	.017	1	.127	.364'	.366"	.685"	.185	.322'	.249	.128	.483"	.032	.599"	.082
.627	.231	.000	.916		.428	.019	.019	.000	.246	.040	.117	.424	.001	.842	.000	.612
2.195	6.049	14.268	.415	19.805	2.122	8.634	7.463	17.366	4.610	8.146	6.073	3.146	11.171	.512	16.000	2.122
.055	.151	.357	.010	.495	.053	.216	.187	.434	.115	.204	.152	.079	.279	.013	.400	.053
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-0.047	.046	.353'	-.128	.127	1	.393'	.209	.194	-.323'	-.063	.283	.080	.117	.060	.400"	.139
.768	.776	.024	.426	.428		.011	.191	.224	.040	.696	.072	.618	.468	.709	.010	.385
-1.122	1.220	6.707	-2.634	2.122	14.049	7.854	3.585	4.146	-6.756	-1.341	5.829	1.659	2.268	.805	9.000	3.049
-0.028	.030	.168	-.066	.053	.351	.196	.090	.104	-.169	-.034	.146	.041	.057	.020	.225	.076
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.011	.326'	.439"	-.140	.364'	.393'	1	.460"	.479"	-.092	.231	.359'	.409"	.332'	.031	.469"	.220
.946	.038	.004	.384	.019	.011		.002	.002	.569	.145	.021	.008	.034	.849	.002	.166
.366	12.341	11.878	-4.098	8.634	7.854	28.439	11.244	14.561	-2.732	7.024	10.512	12.024	9.195	.585	15.000	6.854
.009	.309	.297	-.102	.216	.196	.711	.281	.364	-.068	.176	.263	.301	.230	.015	.375	.171
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.154	.173	.279	.055	.366'	.209	.460"	1	.374'	-.120	.111	.197	-.004	.177	-.021	.363'	-.165
.335	.280	.078	.732	.019	.191	.002		.016	.455	.489	.217	.981	.268	.897	.019	.303
-4.463	5.634	6.488	1.390	7.463	3.585	11.244	21.024	9.756	-3.073	2.902	4.951	-.098	4.220	-.341	10.000	-4.415
-.112	.141	.162	.035	.187	.090	.281	.526	.244	-.077	.073	.124	-.002	.105	-.009	.250	-.110
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.205	.362'	.627"	.067	.685"	.194	.479"	.374'	1	.306	.678"	.368'	.222	.602"	.168	.673"	.396'
.199	.020	.000	.677	.000	.224	.002	.016		.052	.000	.018	.163	.000	.295	.000	.010
-7.366	14.659	18.122	2.098	17.366	4.146	14.561	9.756	32.439	9.732	21.976	11.488	6.976	17.805	3.415	23.000	13.146
-.184	.366	.453	.052	.434	.104	.364	.244	.811	.243	.549	.287	.174	.445	.085	.575	.329
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.188	.254	-.087	-.136	.185	-.323'	-.092	-.120	.306	1	.544"	.233	.074	-.057	.352'	.119	.222
.240	.109	.589	.397	.246	.040	.569	.455	.052		.000	.142	.644	.723	.024	.457	.163
-6.610	10.098	-2.463	-4.171	4.610	-6.756	-2.732	-3.073	9.732	31.220	17.293	7.146	2.293	-1.659	7.024	4.000	7.244
-.165	.252	-.062	-.104	.115	-.169	-.068	-.077	.243	.780	.432	.179	.057	-.041	.176	.100	.181
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41

- .255	.283	.279	.046	.322"	-.063	.231	.111	.678"	.544"	1	.262	.140	.512"	.165	.322"	.291
.108	.072	.078	.775	.040	.696	.145	.489	.000	.000		.097	.383	.001	.301	.040	.065
-9.146	11.463	8.049	1.439	8.146	-1.341	7.024	2.902	21.976	17.293	32.390	8.195	4.390	15.122	3.366	11.000	9.659
- .229	.287	.201	.036	.204	-.034	.176	.073	.549	.432	.810	.205	.110	.378	.084	.275	.241
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.027	.224	.360"	.173	.249	.283	.359'	.197	.368'	.233	.262	1	.502"	.160	.443"	.577"	.401"
.868	.159	.021	.279	.117	.072	.021	.217	.018	.142	.097		.001	.317	.004	.000	.009
.927	8.732	10.024	5.220	6.073	5.829	10.512	4.951	11.488	7.146	8.195	30.098	15.195	4.561	8.683	19.000	12.829
.023	.218	.251	.130	.152	.146	.263	.124	.287	.179	.205	.752	.380	.114	.217	.475	.321
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.226	.216	.252	.179	.128	.080	.409"	-.004	.222	.074	.140	.502"	1	.214	.374'	.242	.456"
.156	.175	.112	.262	.424	.618	.008	.981	.163	.644	.383	.001		.179	.016	.128	.003
7.854	8.463	7.049	5.439	3.146	1.659	12.024	-.098	6.976	2.293	4.390	15.195	30.390	6.122	7.366	8.000	14.659
.196	.212	.176	.136	.079	.041	.301	-.002	.174	.057	.110	.380	.760	.153	.184	.200	.366
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.127	.128	.546"	.228	.483"	.117	.332'	.177	.602"	-.057	.512"	.160	.214	1	-.004	.417"	.240
.428	.427	.000	.152	.001	.468	.034	.268	.000	.723	.001	.317	.179		.980	.007	.131
-4.171	4.707	14.390	6.512	11.171	2.268	9.195	4.220	17.805	-1.659	15.122	4.561	6.122	26.976	-.073	13.000	7.268
-.104	.118	.360	.163	.279	.057	.230	.105	.445	-.041	.378	.114	.153	.674	-.002	.325	.182
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
-.156	.202	-.046	.180	.032	.060	.031	-.021	.168	.352'	.165	.443"	.374'	-.004	1	.186	.230
.331	.206	.777	.260	.842	.709	.849	.897	.295	.024	.301	.004	.016	.980		.243	.147
-3.512	5.122	-.829	3.537	.512	.805	.585	-.341	3.415	7.024	3.366	8.683	7.366	-.073	12.780	4.000	4.805
-.088	.128	-.021	.088	.013	.020	.015	-.009	.085	.176	.084	.217	.184	-.002	.320	.100	.120
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
.185	.141	.624"	-.182	.599"	.400"	.469"	.363'	.673"	.119	.322'	.577"	.242	.417"	.186	1	.343'
.247	.380	.000	.255	.000	.010	.002	.019	.000	.457	.040	.000	.128	.007	.243		.028
7.000	6.000	19.000	-6.000	16.000	9.000	15.000	10.000	23.000	4.000	11.000	19.000	8.000	13.000	4.000	36.000	12.000
.175	.150	.475	-.150	.400	.225	.375	.250	.575	.100	.275	.475	.200	.325	.100	.900	.300
41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41

VAR00056	TOTALSKOR
.073	.734**
.648	.000
2.220	354.341
.055	8.859
41	41
- .227	.473**
.154	.002
-7.732	257.195
-.193	6.430
41	41
-.016	.409**
.923	.008
-.512	214.537
-.013	5.363
41	41
.129	.622**
.420	.000
4.293	329.122
.107	8.228
41	41
.141	.571**
.378	.000
4.561	294.317
.114	7.358
41	41
-.085	.579**
.597	.000
-2.902	315.707
-.073	7.893
41	41

.132	.462**
.410	.002
3.146	175.561
.079	4.389
41	41
.150	.517**
.349	.001
4.878	268.366
.122	6.709
41	41
.132	.552**
.412	.000
4.902	328.293
.123	8.207
41	41
-.087	.497**
.588	.001
-2.902	264.707
-.073	6.618
41	41
-.047	.213
.770	.181
-1.561	112.683
-.039	2.817
41	41
.067	.555**
.677	.000
2.244	296.268
.056	7.407
41	41

-1.182	.368 ⁺
.255	.018
-5.732	185.195
-1.143	4.630
41	41
-0.010	.475 ^{***}
.951	.002
-3.341	259.024
-0.009	6.476
41	41
-0.066	-.065
.682	.687
-2.195	-34.415
-.055	-.860
41	41
.319 ⁺	.654 ^{***}
.042	.000
11.951	391.146
.299	9.779
41	41
.102	.625 ^{***}
.525	.000
2.732	266.805
.068	6.670
41	41
.124	-.051
.441	.750
3.585	-23.756
.090	-.594
41	41

-0.077	.602**
.633	.000
-1.805	225.415
-.045	5.635
.41	.41
.297	.147
.059	.359
5.878	46.366
.147	1.159
.41	.41
.262	.586**
.098	.000
7.366	262.902
.184	6.573
.41	.41
.188	.299
.240	.058
4.537	115.390
.113	2.885
.41	.41
.088	.741**
.586	.000
2.634	355.098
.066	8.877
.41	.41
-.123	.321*
.445	.041
-3.610	150.829
-.090	3.771
.41	.41

-1.105	.458**
.514	.003
-3.146	219.439
-.079	5.486
41	41
.274	.520
.083	.000
7.927	240.220
.198	6.005
41	41
.373*	.512**
.016	.001
10.854	237.439
.271	5.936
41	41
-.116	.504**
.471	.001
-3.171	220.512
-.079	5.513
41	41
.238	.304
.134	.053
4.488	91.537
.112	2.288
41	41
.095	.604**
.555	.000
3.000	305.000
.075	7.625
41	41

.289	.504**
.067	.001
8.878	247.366
.222	6.184
41	41
1	.206
	.196
27.805	91.585
.695	2.290
41	41
.206	1
.196	
91.585	7086.244
2.290	177.156
41	41

Validitas Penyesuaian Diri Positif											Correlations				
		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011	VAR00012	VAR00013	VAR00014
VAR00001	Pearson Correlation	1	.041	.006	.160	.211	.349 [*]	-.071	.157	-.102	.190	.131	.068	.506 ^{***}	.058
	Sig. (2-tailed)		.801	.968	.319	.185	.025	.661	.328	.527	.233	.414	.673	.001	.718
	Sum of Squares and Cross-products	30.390	1.293	.171	3.317	6.293	8.512	-2.049	4.634	-2.829	6.878	3.512	2.244	15.756	2.073
	Covariance	.760	.032	.004	.083	.157	.213	-.051	.116	-.071	.172	.088	.056	.394	.052
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00002	Pearson Correlation	.041	1	.604 ^{***}	.207	.360 [*]	.613 ^{***}	.213	.258	.442 ^{***}	-.036	.380 [*]	.165	.010	.155
	Sig. (2-tailed)	.801		.000	.195	.021	.000	.181	.103	.004	.826	.014	.304	.952	.332
	Sum of Squares and Cross-products	1.293	33.220	16.878	4.488	11.220	15.634	6.463	7.976	12.878	-1.341	10.634	5.683	.317	5.805
	Covariance	.032	.830	.422	.112	.280	.391	.162	.199	.322	-.034	.266	.142	.008	.145
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00003	Pearson Correlation	.006	.604 ^{***}	1	.271	.262	.444 ^{***}	-.006	.227	.674 ^{***}	-.137	.447 ^{***}	.060	-.027	.007
	Sig. (2-tailed)	.968	.000		.087	.097	.004	.972	.154	.000	.392	.003	.711	.868	.965
	Sum of Squares and Cross-products	.171	16.878	23.512	4.951	6.878	9.537	-1.146	5.902	16.512	-4.366	10.537	1.732	-7.732	.220
	Covariance	.004	.422	.588	.124	.172	.238	-.004	.148	.413	-.109	.263	.043	-.018	.005
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00004	Pearson Correlation	.160	.207	.271	1	.171	.291	-.222	.465 ^{***}	.365 [*]	-.022	.211	.269	.091	-0.036
	Sig. (2-tailed)	.319	.195	.087		.284	.065	.162	.002	.019	.893	.186	.089	.573	.823
	Sum of Squares and Cross-products	3.317	4.488	4.951	14.195	3.488	4.854	-4.415	9.390	6.951	-5.537	3.854	6.073	1.927	-8.878
	Covariance	.083	.112	.124	.355	.087	.121	-.110	.235	.174	-.013	.096	.152	.048	-.022
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00005	Pearson Correlation	.211	.360 [*]	.262	.171	1	.444 ^{***}	.122	.206	.215	-.038	.291	.330 [*]	.207	.080
	Sig. (2-tailed)	.185	.021	.097	.284		.004	.449	.196	.176	.814	.065	.035	.194	.619
	Sum of Squares and Cross-products	6.293	11.220	6.878	3.488	29.220	10.634	3.463	5.976	5.878	-1.341	7.634	10.683	6.317	2.805
	Covariance	.157	.280	.172	.087	.730	.266	.087	.149	.147	-.034	.191	.267	.158	.070
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00006	Pearson Correlation	.349 [*]	.613 ^{***}	.444 ^{***}	.291	.444 ^{***}	1	-.062	.324 [*]	.203	-.038	.400 ^{***}	.196	-.008	-.082
	Sig. (2-tailed)	.025	.000	.004	.065	.004		.702	.039	.203	.814	.010	.220	.961	.612
	Sum of Squares and Cross-products	8.512	15.634	9.537	4.854	10.634	19.610	-1.439	7.707	4.537	-1.098	8.610	5.195	-1.195	-2.341
	Covariance	.213	.391	.238	.121	.266	.490	-.036	.193	.113	-.027	.215	.130	-.005	-.059
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41

[illegible]

[illegible]

VAR00019	Pearson Correlation	-.107	.200	.122	-.003	.188	-.006	.021	.100	.310*	-.192	.280	.489**	.194	.596**
	Sig. (2-tailed)	.506	.209	.447	.987	.239	.970	.898	.535	.049	.230	.076	.001	.224	.000
	Sum of Squares and Cross-products	-4.244	8.317	4.268	-.073	7.317	-.195	.780	3.854	11.268	-9.049	9.805	21.098	7.902	27.829
	Covariance	-.106	.208	.107	-.002	.183	-.005	.020	.096	.282	-.226	.245	.527	.198	.696
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00020	Pearson Correlation	-.124	.029	.171	.052	-.176	-.087	-.162	.162	.323*	-.118	-.079	.046	.008	.605**
	Sig. (2-tailed)	.441	.857	.284	.748	.271	.588	.311	.311	.040	.461	.621	.777	.959	.000
	Sum of Squares and Cross-products	-4.268	1.049	5.195	1.220	-5.951	-2.415	-5.341	5.439	10.195	-4.854	-2.415	1.707	.293	24.512
	Covariance	-.107	.026	.130	.030	-.149	-.060	-.134	.136	.255	-.121	-.060	.043	.007	.613
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00021	Pearson Correlation	.018	-.013	.103	.045	-.123	-.017	-.204	.210	.217	-.184	-.097	.171	.028	.264
	Sig. (2-tailed)	.909	.938	.520	.781	.443	.914	.201	.187	.174	.250	.545	.284	.861	.095
	Sum of Squares and Cross-products	.512	-.366	2.537	.854	-3.366	-.390	-5.439	5.707	5.537	-6.098	-2.390	5.195	.805	8.659
	Covariance	.013	-.009	.063	.021	-.084	-.010	-.136	.143	.138	-.152	-.060	.130	.020	.216
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00022	Pearson Correlation	.123	-.195	-.112	-.339*	.047	-.328*	-.073	-.219	-.005	-.095	-.086	-.080	.268	.275
	Sig. (2-tailed)	.442	.221	.487	.030	.772	.036	.649	.169	.975	.556	.591	.620	.091	.081
	Sum of Squares and Cross-products	3.951	-6.537	-3.146	-7.415	1.463	-8.439	-2.244	-6.829	-.146	-3.610	-2.439	-2.780	8.780	10.366
	Covariance	.099	-.163	-.079	-.185	.037	-.211	-.056	-.171	-.004	-.090	-.061	-.070	.220	.259
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00023	Pearson Correlation	.190	.129	.247	.323*	-.157	.213	-.382*	.289	.308	-.038	.449**	.113	.193	.138
	Sig. (2-tailed)	.234	.422	.119	.039	.326	.180	.014	.067	.050	.813	.003	.482	.226	.390
	Sum of Squares and Cross-products	5.927	4.195	6.780	6.878	-4.805	5.341	-11.366	8.756	8.780	-1.415	12.341	3.829	6.171	5.049
	Covariance	.148	.105	.170	.172	-.120	.134	-.284	.219	.220	-.035	.309	.096	.154	.126
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
VAR00024	Pearson Correlation	-.002	.163	.243	.529**	.206	.216	-.269	.519**	.438**	-.174	.268	.294	.115	.116
	Sig. (2-tailed)	.992	.308	.125	.000	.197	.175	.089	.001	.004	.278	.090	.062	.473	.470
	Sum of Squares and Cross-products	-.049	5.463	6.854	11.585	6.463	5.561	-8.244	16.171	12.854	-6.610	7.561	10.220	3.780	4.366
	Covariance	-.001	.137	.171	.290	.162	.139	-.206	.404	.321	-.165	.189	.255	.095	.109
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41
	Sig. (2-tailed)	.028	.002	.002	.014	.003	.007	.695	.000	.000	.747	.001	.001	.005	.000
	Sum of Squares and Cross-products	116.268	166.951	138.805	87.780	147.951	112.415	20.341	172.561	182.805	20.854	153.415	185.293	148.707	215.488
	Covariance	2.907	4.174	3.470	2.195	3.699	2.810	.509	4.314	4.570	.521	3.835	4.632	3.718	5.387
	N	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41	41

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

IDENTITAS

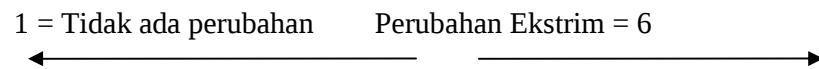
Nama (boleh inisial) :

Umur :

Pendidikan :

Formulir Singkat Penilaian Premenstrual

Untuk setiap gejala berikut ini, **lingkari nomor** yang paling dekat yang menggambarkan intensitas dari gejala-gejala pramenstruasi Anda selama siklus terakhir menstruasi Anda. Ini adalah gejala yang akan terjadi selama fase pramenstruasi siklus menstruasi Anda. Fase ini dimulai sekitar tujuh hari sebelum perdarahan menstruasi (atau tujuh hari sebelum periode menstruasi Anda) dan berakhir saat waktu perdarahan dimulai. Tingkat setiap item pada daftar ini mulai dari **skala 1 (tidak mengalami atau tidak ada perubahan dari biasanya)** sampai **6 (perubahan ekstrim, mungkin terlihat bahkan merasakan)**.



1. Nyeri, nyeri yang menekan, pembesaran atau payudara menegang

1 2 3 4 5 6

2. Merasa tidak mampu mengatasi atau kewalahan oleh tuntutan yang luar biasa

1 2 3 4 5 6

3. Merasa tertekan

1 2 3 4 5 6

4. Mudah tersinggung, lekas marah atau temperamen buruk

1 2 3 4 5 6

5. Merasa sedih atau depresi

1 2 3 4 5 6

6. Sakit punggung, nyeri otot dan sendi, atau kekakuan sendi

1 2 3 4 5 6

7. Peningkatan berat badan

1 2 3 4 5 6

8. Perut terasa penuh, merasa tidak nyaman dan nyeri

1 2 3 4 5 6

9. Edema, ada pembengkakan kaki dan tangan, atau tubuh terasa dipenuhi cairan

1 2 3 4 5 6

10. Perasaan kembung, tubuh terasa membesar

1 2 3 4 5 6

Total Skor ____

Lanjut Ke Skala Berikutnya...

Pastikan Membaca Petunjuk!

Berikut ini diberikan sejumlah pernyataan, anda dipersilahkan untuk membaca kemudian berikanlah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda. Dengan cara memberikan tanda X (silang) pada salah satu pilihan jawaban. Adapun pilihan jawabannya adalah sebagai berikut:

- SS : bila pernyataan tersebut **sangat sesuai** dengan keadaan diri Anda
- S : bila pernyataan tersebut **sesuai** dengan keadaan diri Anda
- N : bila pernyataan tersebut **netral** antara sesuai dan tidak sesuai dengan keadaan diri Anda
- TS : bila pernyataan tersebut **tidak sesuai** dengan keadaan diri Anda
- STS : bila pernyataan tersebut **sangat tidak sesuai** dengan keadaan diri Anda

Setiap orang memiliki jawaban berbeda-beda, oleh karena itu pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan anda, dan tidak ada jawaban yang dianggap salah. Selamat mengerjakan, pastikan tidak ada yang terlewatkan.

SKALA A

No	Pernyataan	Jawaban				
1	Ketika mengalami keluhan jelang menstruasi, saya tetap bisa bergembira	SS	S	N	TS	STS
2	Saya termasuk orang yang tekun, walaupun saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
3	Saya bahagia menjadi seorang wanita, walaupun merasakan keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
4	Keluhan jelang menstruasi tetap membuat saya menjadi orang yang bisa mengendalikan diri	SS	S	N	TS	STS
5	Keluhan jelang menstruasi tidak membuat saya mudah menyerah terhadap keadaan	SS	S	N	TS	STS
6	Saya masih bisa bersenda gurau, meskipun saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
7	Semua masalah bisa saya selesaikan, tidak peduli apakah saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi atau tidak	SS	S	N	TS	STS
8	Bagi saya, walaupun sedang merasakan keluhan jelang menstruasi bersenda gurau tetap saya lakukan	SS	S	N	TS	STS
9	Saya selalu yakin dengan kemampuan yang saya miliki	SS	S	N	TS	STS
10	Keluhan jelang menstruasi yang saya alami membuat saya tidak menyadari akan nikmat yang diberikan Tuhan	SS	S	N	TS	STS
11	Ketika mengalami keluhan jelang menstruasi, saya merasa sedih	SS	S	N	TS	STS
12	Saya termasuk orang yang mudah menyerah, apalagi ketika saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
13	Sesekali saya pernah berfikir menyesal menjadi seorang wanita, karena dapat merasakan keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
14	Keluhan jelang menstruasi membuat saya menjadi orang yang tidak bisa mengendalikan diri	SS	S	N	TS	STS
15	Keluhan jelang menstruasi membuat saya mudah menyerah terhadap keadaan	SS	S	N	TS	STS

16	Ketika saya merasakan keluhan jelang menstruasi, pikiran saya tidak tenang	SS	S	N	TS	STS
17	Saya selalu beranggapan bahwa semua masalah adalah serius, terlebih ketika saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
18	Semua masalah selalu tidak bisa saya selesaikan, terlebih ketika saya sedang mengalami keluhan jelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
19	Saat sedang merasakan keluhan jelang menstruasi, saya tidak suka dengan candaan	SS	S	N	TS	STS
20	Pada waktu saya mengalami keluhan jelang menstruasi, kemampuan saya menurun	SS	S	N	TS	STS
21	Saya suka marah ketika mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
22	Saya memilih bersantai ketika merasakan keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
23	Keluhan menjelang menstruasi hanya akan menambah masalah	SS	S	N	TS	STS
24	Sewaktu saya mengalami keluhan menjelang menstruasi, semua sesuatu serba salah	SS	S	N	TS	STS
25	Pada waktu saya mengalami keluhan menjelang menstruasi, semua yang di depan saya salah	SS	S	N	TS	STS
26	Karena keluhan menjelang menstruasi, saya lebih baik menyendiri	SS	S	N	TS	STS
27	Bagi saya, keluhan menjelang menstruasi berarti harus pergi meninggalkan pekerjaan	SS	S	N	TS	STS
28	Semua masalah selalu saya campur adukkan, terlebih waktu saya merasakan keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
29	Saya orang yang lemah terlebih ketika siklus menstruasi saya selalu disertai keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
30	Sewaktu saya sedang menghadapi keluhan menjelang menstruasi, tidak melakukan banyak kegiatan adalah ide yang bagus	SS	S	N	TS	STS
31	Saya sering menangis pada waktu mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS

32	Keluhan menjelang menstruasi membuat saya merasa malas mengerjakan berbagai kegiatan	SS	S	N	TS	STS
33	Apa saja yang ada di depan saya, bisa menjadi sasaran kemarahan ketika saya sedang mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
34	Saya menjadi orang yang penyabar, ketika mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
35	Keluhan menjelang menstruasi membuat saya semakin bersemangat untuk menyelesaikan pekerjaan	SS	S	N	TS	STS
36	Pada waktu saya mengalami keluhan menjelang menstruasi, saya menjadi orang yang bisa mengontrol emosi	SS	S	N	TS	STS
37	Menurut saya, keluhan menjelang menstruasi berarti harus lebih bersemangat untuk beraktivitas	SS	S	N	TS	STS
38	Saya orang yang punya inisiatif tinggi, terlebih ketika siklus menstruasi saya disertai keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
39	Ketika saya sedang menghadapi keluhan menjelang menstruasi, membosankan bila saya tidak melakukan kegiatan	SS	S	N	TS	STS
40	Saya bersyukur apabila saya masih bisa mengalami keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
41	Saya semakin giat beraktifitas pada waktu merasakan keluhan menjelang menstruasi	SS	S	N	TS	STS
42	Keluhan menjelang menstruasi membuat saya semakin bersemangat mengerjakan berbagai kegiatan	SS	S	N	TS	STS
43	Bisa merasakan keluhan menjelang menstruasi membuat saya bahagia menjadi wanita	SS	S	N	TS	STS

Lanjut ke Skala B...

Lanjut ke Skala B...

SKALA B

No	Pernyataan	Jawaban				
1	Orang terdekat saya selalu mendukung apa yang saya lakukan	SS	S	N	TS	STS
2	Saya selalu bisa mengambil hikmah, dari setiap kejadian yang saya alami	SS	S	N	TS	STS
3	Saya cenderung menjadi orang yang berprasangka baik tentang apapun	SS	S	N	TS	STS
4	Apapun yang terjadi pada saya, itulah jalan hidup saya	SS	S	N	TS	STS
5	Ketika saya ada masalah, Tuhan yang selalu menjadi tempat saya untuk bercerita	SS	S	N	TS	STS
6	Orang-orang terdekat dengan saya, selalu mendukung ketika saya menghadapi masalah	SS	S	N	TS	STS
7	Ketika ada masalah, saya selalu melihat sisi positifnya	SS	S	N	TS	STS
8	Tidak ada gunanya berprasangka jelek kepada siapapun	SS	S	N	TS	STS
9	Bagi saya, masalah itu bisa selesai dengan berdoa dan berusaha	SS	S	N	TS	STS
10	Setiap masalah yang saya alami, saya mencoba mencari solusi terbaik	SS	S	N	TS	STS
11	Saya menyukai tantangan baru	SS	S	N	TS	STS
12	Ketika saya bimbang, saya akan meminta bimbingan pada Tuhan	SS	S	N	TS	STS
13	Saya tidak bisa mengambil hal positif, dari setiap kejadian yang saya alami	SS	S	N	TS	STS
14	Semua masalah saya anggap beban	SS	S	N	TS	STS
15	Saya akan menyelesaikan masalah dengan cara apapun walau itu salah	SS	S	N	TS	STS
16	Tidak pernah ada yang mendukung saya, ketika saya sangat membutuhkan dukungan	SS	S	N	TS	STS
17	Ketika menghadapi masalah saya hanya bisa berfikir negatif	SS	S	N	TS	STS
18	Tidak ada gunanya sering beribadah, toh saya masih juga kena masalah	SS	S	N	TS	STS

19	Saya akan berdiam diri saja, ketika masalah menghampiri saya	SS	S	N	TS	STS
20	Berdoa itu bagi saya tidak penting, yang penting adalah usaha kita saja	SS	S	N	TS	STS
21	Orang lain tidak perlu tahu urusan saya	SS	S	N	TS	STS
22	Saya tidak menyukai sesuatu yang baru dan menantang	SS	S	N	TS	STS
23	Tanpa bantuan Tuhan, saya bisa menyelesaikan masalah saya sendiri	SS	S	N	TS	STS

Terimakasih

Terimakasih

Trimakasih telah memastikan tidak ada yang terlewatkan

Skoring Skala Penyesuaian Diri Positif

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	2
2	3	3	4	3	3	3	2	3	5	5	4	5	5	5	4	3
3	4	3	5	3	4	5	4	5	5	1	4	5	5	3	5	4
4	2	2	1	3	3	4	2	4	3	5	3	4	4	5	4	3
5	2	3	4	2	2	3	3	4	4	2	1	5	5	3	4	3
6	4	2	4	2	3	4	3	4	5	5	5	3	5	3	4	2
7	3	3	4	3	4	5	3	5	4	5	4	4	4	4	4	4
8	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	5	4	2	2
9	3	4	5	4	4	3	2	2	4	4	3	3	5	4	5	3
10	4	2	5	4	2	4	4	4	5	4	4	4	4	2	4	2
11	5	4	5	5	3	4	4	5	4	5	4	3	4	3	3	3
12	3	4	4	5	5	5	3	4	5	4	4	5	5	4	4	3
13	4	3	4	5	3	3	3	2	5	3	3	4	4	4	4	2
14	3	4	4	5	5	5	4	5	4	5	4	3	5	5	5	5
15	4	3	4	4	5	4	3	3	4	3	4	5	4	4	5	3
16	3	3	4	3	4	4	4	4	4	5	3	4	5	4	4	2
17	4	3	5	4	4	3	3	4	3	5	3	4	5	4	4	4
18	2	2	5	3	4	3	4	3	5	5	1	4	5	5	5	3
19	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3
20	3	4	4	2	2	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	2
21	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	3
22	3	4	5	4	5	3	4	5	5	4	4	5	5	4	4	4
23	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3
24	3	2	1	3	3	4	3	4	5	4	2	4	4	4	3	2
25	2	3	3	4	3	2	4	2	4	3	3	2	3	2	2	2

26	5	3	5	3	4	3	4	2	5	5	4	5	5	4	5	3
27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	5	4	4	3
28	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2
29	3	3	5	4	4	4	3	3	3	5	4	4	5	4	4	2
30	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	2
31	4	4	5	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5
32	4	3	4	5	5	4	2	4	4	2	5	4	5	5	4	4
33	3	4	5	3	5	5	5	5	3	3	2	3	4	4	4	3
34	4	3	5	3	3	4	3	4	3	1	4	4	5	4	4	3

Skoring Skala Penyesuaian Diri Negatif

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	4	4	3	4	2	2	2	2	2	4	2	3	4	4	4	3
2	4	3	4	3	2	1	1	2	3	2	4	3	3	4	5	4
3	3	2	1	2	1	3	2	1	1	2	1	2	2	4	4	3
4	3	2	3	4	3	4	2	2	3	2	4	3	4	3	3	3
5	4	4	3	3	2	2	1	3	2	2	4	4	3	2	5	5
6	4	5	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	4	3	3
7	5	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	3	3	3
8	2	2	2	4	2	3	2	2	4	2	4	5	4	2	5	4
9	5	3	5	2	4	4	1	2	1	1	3	2	5	5	3	5
10	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	4
11	4	4	3	4	2	2	2	2	3	2	2	4	4	3	4	2
12	2	4	2	3	3	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2
13	5	2	3	4	4	2	2	4	4	2	1	2	4	4	4	4
14	3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	4	4	3	3	4	3
15	2	3	2	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2	4	4	3
16	4	3	3	4	4	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	3
17	4	4	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3
18	3	5	2	2	2	4	1	1	1	2	4	2	3	3	3	4
19	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3
20	3	3	3	4	3	4	2	2	2	2	1	3	4	4	3	4
21	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3
22	3	3	2	3	2	1	1	1	2	2	3	2	3	4	3	3
23	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	4	4	4
24	4	4	5	4	4	2	4	3	4	5	3	5	3	3	3	3
25	4	4	5	5	5	2	4	3	5	4	5	5	5	3	4	3

26	3	5	5	3	5	1	1	2	2	2	1	2	3	4	4	5
27	4	3	2	2	2	3	3	2	2	2	4	4	3	3	4	4
28	3	2	2	3	2	2	2	3	4	2	4	3	4	3	3	3
29	4	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	4	2	3	3
30	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	2	4	3	4	3	4
31	5	5	3	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3	3	2
32	1	3	4	1	1	1	1	2	1	3	2	4	3	4	3	2
33	1	3	3	5	5	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3
34	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	3	4

Skoring Skala Emotion Focused Coping

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	4	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4
2	4	5	4	5	3	3	5	4	5	4	2	5	2	5	5	4
3	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5
4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4
5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	3	4	4	4	5	5
6	4	5	2	4	3	2	3	5	5	4	3	4	4	3	4	4
7	3	3	3	4	4	4	3	4	4	5	5	4	3	3	4	5
8	3	3	4	4	5	4	3	2	4	4	4	4	4	2	3	4
9	5	5	3	5	5	3	4	5	5	4	5	5	2	5	5	5
10	5	5	2	2	5	2	4	4	5	1	1	1	4	4	4	4
11	5	4	4	5	1	4	4	5	5	5	3	4	2	2	4	4
12	5	5	4	3	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	5	5
13	3	4	3	4	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	3	4
14	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4
15	3	4	3	2	5	3	3	4	4	4	5	4	2	2	5	5
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3
17	3	4	3	4	4	4	4	3	5	4	3	5	3	4	4	5
18	3	5	4	4	4	4	4	5	5	5	3	3	3	2	4	2
19	4	4	3	4	5	4	3	5	4	4	4	3	4	4	4	4
20	4	4	3	5	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3
21	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4
22	5	4	3	3	4	5	3	5	5	5	4	4	5	4	5	5
23	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4
24	5	5	3	3	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4
25	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3	2	3	3
26	5	3	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	3	4	4	3
27	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4
28	5	4	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	3	2	2	4

29	3	4	5	5	3	3	5	5	5	5	5	3	4	3	4	3
30	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4
31	5	5	3	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5
32	5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	3	5	3	5
33	5	5	3	3	5	5	3	4	5	5	3	5	1	3	1	3
34	4	4	3	4	5	4	4	4	5	5	3	5	4	4	4	4

Penyesuaian Diri Positif

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.819	20

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.3529	.81212	34
VAR00002	3.1765	.67288	34
VAR00003	4.1471	1.01898	34
VAR00004	3.6176	.85333	34
VAR00005	3.6765	.87803	34
VAR00006	3.8235	.75761	34
VAR00007	3.4412	.78591	34
VAR00008	3.8529	.92548	34
VAR00009	4.1176	.72883	34
VAR00010	3.9118	1.13798	34
VAR00011	3.3529	1.09772	34
VAR00012	3.8824	.87956	34
VAR00013	4.4706	.61473	34
VAR00014	3.9118	.75348	34
VAR00015	4.0000	.73855	34
VAR00016	2.8529	.92548	34
VAR00017	2.7941	.97792	34
VAR00018	3.8529	.65747	34
VAR00019	3.5882	1.07640	34
VAR00020	2.9412	.85071	34

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	69.4118	63.462	.314	.815
VAR00002	69.5882	64.553	.294	.816
VAR00003	68.6176	61.698	.340	.815
VAR00004	69.1471	63.705	.275	.817
VAR00005	69.0882	60.083	.539	.803

VAR00006	68.9412	61.451	.519	.806
VAR00007	69.3235	66.225	.105	.824
VAR00008	68.9118	61.659	.390	.811
VAR00009	68.6471	65.872	.151	.822
VAR00010	68.8529	65.947	.051	.834
VAR00011	69.4118	59.098	.467	.807
VAR00012	68.8824	61.804	.406	.811
VAR00013	68.2941	63.668	.422	.811
VAR00014	68.8529	63.341	.357	.813
VAR00015	68.7647	61.882	.496	.807
VAR00016	69.9118	58.568	.618	.798
VAR00017	69.9706	58.696	.569	.801
VAR00018	68.9118	62.022	.553	.806
VAR00019	69.1765	59.725	.439	.809
VAR00020	69.8235	58.998	.648	.798

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
72.7647	68.185	8.25744	20

Penyesuaian Diri Negatif

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.811	23

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.4118	1.04787	34
VAR00002	3.2647	.89811	34
VAR00003	2.8235	1.08629	34
VAR00004	3.0000	1.04447	34
VAR00005	2.5294	1.18668	34
VAR00006	2.4118	.92499	34
VAR00007	1.8824	.80772	34
VAR00008	2.2059	.72944	34
VAR00009	2.5294	1.05127	34
VAR00010	2.3235	.84282	34
VAR00011	2.6765	1.19900	34
VAR00012	2.9118	1.05508	34
VAR00013	3.0882	.96508	34
VAR00014	3.3529	.73371	34
VAR00015	3.3529	.81212	34
VAR00016	3.3529	.81212	34
VAR00017	2.5882	.82085	34
VAR00018	3.4412	.66017	34
VAR00019	2.4118	.78306	34
VAR00020	2.1765	.93649	34
VAR00021	3.1765	.62622	34
VAR00022	3.0000	.65134	34
VAR00023	2.2647	1.08177	34

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	60.7647	85.519	-.012	.824
VAR00002	60.9118	86.325	-.044	.822
VAR00003	61.3529	77.326	.413	.801
VAR00004	61.1765	77.362	.432	.800

Case Processing Summary

		N	%		
Cases	Valid	34	100.0		
	Excluded ^a	0	.0		
	Total	34	100.0		
VAR00005	61.6471	76.720	.398	.802	
VAR00006	61.7647	82.852	.159	.814	
VAR00007	62.2941	78.699	.491	.799	
VAR00008	61.9706	79.969	.452	.801	
VAR00009	61.6471	74.963	.567	.792	
VAR00010	61.8529	78.372	.490	.798	
VAR00011	61.5000	76.561	.400	.802	
VAR00012	61.2647	73.655	.642	.788	
VAR00013	61.0882	77.598	.462	.799	
VAR00014	60.8235	87.059	-.088	.821	
VAR00015	60.8235	80.392	.367	.804	
VAR00016	60.8235	80.392	.367	.804	
VAR00017	61.5882	79.098	.453	.800	
VAR00018	60.7353	82.443	.293	.807	
VAR00019	61.7647	77.276	.618	.793	
VAR00020	62.0000	82.485	.178	.813	
VAR00021	61.0000	80.303	.508	.800	
VAR00022	61.1765	81.059	.419	.803	
VAR00023	61.9118	77.174	.423	.801	

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
64.1765	86.392	9.29474	23

Emotion Focused Coping

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.788	23

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	4.2353	.78079	34
VAR00002	4.3235	.63821	34
VAR00003	3.5294	.74814	34
VAR00004	4.0000	.85280	34
VAR00005	4.3529	.88360	34
VAR00006	4.0000	.81650	34
VAR00007	3.8824	.68599	34
VAR00008	4.3529	.77391	34
VAR00009	4.5588	.56091	34
VAR00010	4.2941	.79884	34
VAR00011	3.8235	.93649	34
VAR00012	4.2353	.88963	34
VAR00013	3.4412	.89413	34
VAR00014	3.5882	.98835	34
VAR00015	3.8529	.89213	34
VAR00016	3.9412	.91920	34
VAR00017	3.9118	.83003	34
VAR00018	4.6471	.48507	34
VAR00019	4.1765	.67288	34
VAR00020	4.6176	.49327	34
VAR00021	3.6176	.95393	34
VAR00022	3.9118	.79268	34
VAR00023	4.4706	.82518	34

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	89.5294	54.802	.366	.778
VAR00002	89.4412	57.102	.221	.785
VAR00003	90.2353	58.549	.046	.795
VAR00004	89.7647	55.458	.272	.784

Case Processing Summary

		N	%		
Cases	Valid	34	100.0		
	Excluded ^a	0	.0		
	Total	34	100.0		
VAR00005	89.4118	58.734	.009	.799	
VAR00006	89.7647	55.337	.299	.782	
VAR00007	89.8824	55.622	.347	.780	
VAR00008	89.4118	53.037	.533	.769	
VAR00009	89.2059	56.956	.280	.783	
VAR00010	89.4706	53.954	.430	.775	
VAR00011	89.9412	54.118	.337	.780	
VAR00012	89.5294	54.014	.370	.778	
VAR00013	90.3235	56.286	.190	.789	
VAR00014	90.1765	51.362	.515	.768	
VAR00015	89.9118	55.356	.263	.785	
VAR00016	89.8235	56.574	.161	.791	
VAR00017	89.8529	52.978	.494	.771	
VAR00018	89.1176	56.349	.420	.779	
VAR00019	89.5882	53.037	.627	.766	
VAR00020	89.1471	55.887	.476	.777	
VAR00021	90.1471	53.281	.391	.777	
VAR00022	89.8529	53.341	.490	.771	
VAR00023	89.2941	55.002	.323	.781	

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
93.7647	59.640	7.72269	23

ANALISIS DATA PENELITIAN

VB : EMOTION FOCUSED COPING

VT : PENYESUAIAN DIRI POSITIF

1. UJI NORMALITAS

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
PDP	34	72.76	8.257	51	95
EFC	34	93.76	7.723	79	107

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	PDP	EFC
N	34	34
Normal Parameters ^a		
Mean	72.76	93.76
Std. Deviation	8.257	7.723
Most Extreme Differences		
Absolute	.118	.179
Positive	.112	.179
Negative	-.118	-.090
Kolmogorov-Smirnov Z	.690	1.041
Asymp. Sig. (2-tailed)	.728	.228
a. Test distribution is Normal.		

2. UJI LINIERITAS

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PDP * EFC	34	100.0%	0	.0%	34	100.0%

Report

PDP

EFC	Mean	N	Std. Deviation
79	69.00	1	.
81	70.00	1	.

84	66.00	2	5.657
86	72.00	1	.
88	72.00	2	4.243
89	74.00	3	3.606
90	71.00	4	4.967
91	71.00	3	7.550
92	75.67	3	.577
93	51.00	1	.
95	71.00	1	.
98	67.50	2	7.778
99	81.00	1	.
101	74.50	2	13.435
103	85.00	1	.
104	74.00	1	.
105	78.50	2	10.607
106	95.00	1	.
107	71.50	2	12.021
Total	72.76	34	8.257

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PDP * EFC	Between Groups	(Combined)	1487.451	18	82.636	1.625	.173
		Linearity	306.847	1	306.847	6.035	.027
		Deviation from Linearity	1180.604	17	69.447	1.366	.275
	Within Groups		762.667	15	50.844		
	Total		2250.118	33			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
PDP * EFC	.369	.136	.813	.661

3. UJI HIPOTESIS

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PDP	72.76	8.257	34
EFC	93.76	7.723	34

Correlations

		PDP	EFC
PDP	Pearson Correlation	1	.369*
	Sig. (1-tailed)		.016
	N	34	34
EFC	Pearson Correlation	.369*	1
	Sig. (1-tailed)	.016	
	N	34	34

*. Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).

ANALISIS DATA PENELITIAN

VB : EMOTION FOCUSED COPING

VT : PENYESUAIAN DIRI NEGATIF

1. UJI NORMALITAS

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
EFC	34	93.76	7.723	79	107
PDN	34	64.18	9.295	46	89

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		EFC	PDN
N		34	34
Normal Parameters ^a	Mean	93.76	64.18
	Std. Deviation	7.723	9.295
Most Extreme Differences	Absolute	.179	.105
	Positive	.179	.105
	Negative	-.090	-.083
Kolmogorov-Smirnov Z		1.041	.613
Asymp. Sig. (2-tailed)		.228	.847
a. Test distribution is Normal.			

2. UJI LINIERITAS

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PDN * EFC	34	100.0%	0	.0%	34	100.0%

Report

PDN

EFC	Mean	N	Std. Deviation
79	73.00	1	.
81	61.00	1	.

84	65.50	2	3.536
86	64.00	1	.
88	71.00	2	12.728
89	58.33	3	2.082
90	67.50	4	8.266
91	62.00	3	9.849
92	62.00	3	3.606
93	89.00	1	.
95	67.00	1	.
98	69.50	2	13.435
99	54.00	1	.
101	56.00	2	14.142
103	56.00	1	.
104	65.00	1	.
105	67.50	2	3.536
106	54.00	1	.
107	61.50	2	19.092
Total	64.18	34	9.295

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PDN * EFC	Between Groups	(Combined)	1485.275	18	82.515	.906	.584
		Linearity	107.322	1	107.322	1.179	.295
		Deviation from Linearity	1377.953	17	81.056	.890	.594
	Within Groups		1365.667	15	91.044		
	Total		2850.941	33			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
PDN * EFC	-.194	.038	.722	.521

3. UJI HIPOTESIS

Correlations

			EFC	PDN
Spearman's rho	EFC	Correlation Coefficient	1.000	-.160
		Sig. (1-tailed)	.	.183
		N	34	34
	PDN	Correlation Coefficient	-.160	1.000
		Sig. (1-tailed)	.183	.
		N	34	34



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274)585300; Fax. (0274)519571 Yogyakarta 55281

Nomor : UIN.02/TU.SH/TL.00/ 495 /2012
Lamp. : 1 exp. Proposal Penelitian
Perihal : Permohonan Izin Penelitian.

Yogyakarta, 26 Maret 2012

Kepada Yth.
Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
Cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda Provinsi DIY
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Bersama ini kami sampaikan bahwa, dalam rangka penyusunan skripsi Mahasiswa tersebut dibawah ini :

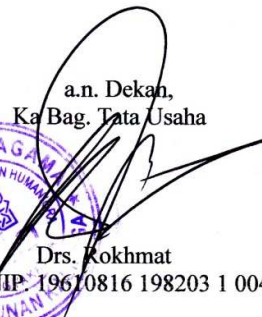
Nama : Kartika Mustafa
No. Induk : 08710009
Semester : VIII / 2011/2012
Prodi : Psikologi
Alamat : Jl. Bimokurdo No. 27, Yogyakarta
Judul Skripsi :

**EMOTION FOCUSED COPING DAN PENYESUAIAN DIRI TERHADAP
SINDROM PREMENSTRUASI PADA WANITA BEKERJA**

Kami mengharap kiranya Bapak memberikan izin kepada mahasiswa tersebut untuk mengadakan penelitian di : Mulia Toserba dan Swalayan Yogyakarta
Metode pengumpulan data : Kuantitatif
Waktu penelitian : 28 Maret – 28 April 2012.

Kemudian atas perkenannya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum wr. wb.

a.n. Dekan,
Ka Bag. Tata Usaha

Drs. Rokhmat
NIP. 19610816 198203 1 004


Tembusan :

1. Dekan Fishum (sebagai laporan)
2. Ketua Prodi Psikologi
3. Mahasiswa yang bersangkutan
4. Arsip



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274)585300; Fax. (0274)519571 Yogyakarta 55281

Nomor : UIN.02/TU.SH/TL.00/ 495 /2012
Lamp. : 1 exp. Proposal Penelitian
Perihal : Permohonan Izin Penelitian.

Yogyakarta, 26 Maret 2012

Kepada
Yth Pimpinan
Mulia Toserba dan Swalayan
Jl. Urip Sumoharjo
Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Bersama ini kami sampaikan bahwa, dalam rangka penyusunan skripsi Mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Kartika Mustafa
No. Induk : 08710009
Semester : VIII / 2011/2012
Prodi : Psikologi
Alamat : Jl. Bimokurdo No. 27, Yogyakarta
Judul Skripsi :

**EMOTION FOCUSED COPING DAN PENYESUAIAN DIRI TERHADAP
SINDROM PREMENSTRUASI PADA WANITA BEKERJA**

Kami berharap kiranya Bapak memberikan izin kepada mahasiswa tersebut untuk mengadakan penelitian di : Mulia Toserba dan Swalayan Yogyakarta

Metode pengumpulan data : Kuantitatif

Waktu penelitian : 28 Maret – 28 April 2012.

Kemudian atas perkenannya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum wr. wb.

Mahasiswa yang diberi tugas,

(Kartika Mustafa)

a.n. Dekan,
Ka. Bag. Tata Usaha

Drs. Rokhmat
NIP. 19610816 198203 1 004



Tembusan :

1. Dekan Fishum (sebagai laporan)
2. Ketua Prodi Psikologi
3. Mahasiswa yang bersangkutan
4. Arsip

Mulia toserba

Jln. Urip Sumoharjo, Gose, Bantul. Telp (0274) 683 4545

Nomor :

Yogyakarta, 26 April 2012

Sifat : Biasa

Lamp : -

Perihal : Telah melakukan penelitian

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Cq. Ka. Bag. Tata Usaha

Di Yogyakarta

Dengan hormat,

Menyambung surat saudara No: UIN.02/TU.SH/TL.00/495/2012 tanggal 26 Maret 2012
menerangkan bahwa Mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Kartika Mustafa

NIM : 08710009

Semester : VIII/2011/2012

Prodi : Psikologi

Alamat : Jalan Bimo Kurdo No 27 Sopen Yogyakarta

Judul skripsi : Emotion Focused Coping Dan Penyesuaian Diri Terhadap Sindrom Premenstruasi
Pada Wanita Bekerja

Telah melaksanakan/melakukan penelitian di Mulia toserba bantul, pada tanggal 28 maret sd 3 april
2012 sesuai dengan ketentuan/persyaratan yang diperlukan.

Demikian kami sampaikan pemberitahuan ini, atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

A.n. Pimpinan

Mulia Toserba Bantul

