

# LAMPIRAN

**LAMPIRAN1: SKALA *TRY OUT*****KUISIONER**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
2015**

## PENGANTAR

*Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Ibu yang saya hormati. Perkenankan saya untuk belajar dari pengalaman Ibu ketika menjalani hidup dan menyelesaikan suatu permasalahan yang mengganggu. Bagaimana pikiran-pikiran, perasaan-perasaan, dan sikap-sikap yang muncul ketika Ibu melakukan aktivitas dan menghadapi permasalahan-permasalahan terkait kehidupan, dan bagaimana Ibu menanggapi setiap peristiwa dalam kehidupan sehari-hari.

Jawaban-jawaban yang Ibu berikan merupakan informasi yang sangat berharga dan karenanya Ibu tidak perlu ragu untuk menjawab sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Kerahasiaan jawaban Ibu dijamin dan dijunjung tinggi oleh etika akademik penelitian saya.

Terimakasih atas kesediaan, kesungguhan, dan kejujuran Ibu dalam menjawab setiap pertanyaan maupun pernyataan. Mudah-mudahan Allah SWT membalas kebaikan Ibu dengan kebaikan yang lebih banyak dan kemuliaan yang lebih tinggi, amin.

*Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Hormat saya,

Wanda Sekar Arum

**IDENTITAS DIRI**  
**(mohon diisi lengkap)**

Nama/Inisial :  
Usia :  
Usia Pernikahan :  
Status Pernikahan (lingkari salah satu) :  
a. Menikah  
b. Janda (Suami Meninggal)  
c. Janda (Cerai)  
Jumlah Anak :  
Status Menstruasi (lingkari salah satu) :  
a. Sudah berhenti (Kurang dari 1 tahun)  
b. Sudah berhenti (Lebih dari 1 tahun)  
Pendidikan Terakhir (lulus) :  
Penghasilan keluarga/bulan :

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dan menjawab semua pertanyaan maupun pernyataan penelitian sesuai dengan keadaan saya yang sebenarnya.

### **Petunjuk Pengerjaan Kuisisioner**

#### **Petunjuk Pengerjaan Kuisisioner Bagian A**

Kuisisioner bagian A ini terdiri dari 25 soal dalam bentuk pertanyaan. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti dan jawablah sejujurnya sesuai dengan keadaan yang sedang Ibu alami dan rasakan saat ini. Nyatakan jawaban Ibu dengan memberi tanda silang (X) pada kolom pilihan jawaban.

Keterangan jawaban sebagai berikut:

TP : Jika Anda TIDAK PERNAH melakukan hal tersebut

KK : Jika Anda KADANG-KADANG melakukan hal tersebut

SR : Jika Anda SERING melakukan hal tersebut

SL : Jika Anda SELALU melakukan hal tersebut

#### **Contoh Pengisian**

No	Pertanyaan	TP	KK	SR	SL
1	Apakah Anda memiliki keinginan membuat daftar tentang hal-hal yang ingin Anda syukuri?			X	

Jawaban silang di kolom SR menunjukkan bahwa pertanyaan tersebut sering Ibu alami atau lakukan saat ini, berarti saat ini Ibu sering merasa memiliki keinginan untuk membuat daftar tentang hal-hal yang ingin Ibu syukuri.

Ada pertanyaan? Jika tidak, silahkan kerjakan pertanyaan pada halaman selanjutnya dengan teliti.

Selamat mengisi ☺

#### **Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut ini!**

No	Pertanyaan	TP	KK	SR	SL
1	Apakah Anda meyakini bahwa semua nikmat yang diterima berasal dari Allah?				
2	Apakah Anda menyadari bahwa setiap kebaikan yang diterima dari orang lain sebenarnya datang dari Allah?				
3	Apakah Anda meyakini bahwa ada keterlibatan Allah di setiap nikmat yang diperoleh atas usaha Anda sendiri?				

4	Apakah Anda meyakini setiap kebaikan yang dilakukan merupakan karunia dari Allah?				
5	Apakah Anda meyakini bahwa ada kebaikan dari Allah untuk setiap musibah/kesulitan yang Anda alami?				
6	Apakah Anda percaya bahwa segala kemudahan yang ditemukan ketika mengalami kesulitan berasal dari Allah?				
7	Apakah Anda menyadari bahwa setiap rasa aman yang diperoleh berasal dari Allah?				
8	Apakah Anda menyadari bahwa nikmat kesehatan yang diperoleh berasal dari Allah?				
9	Apakah Anda mengakui bahwa segala nikmat yang diterima berasal dari Allah?				
10	Apakah Anda berterima kasih kepada Allah atas cuaca yang diberikan oleh-Nya?				
11	Apakah Anda berterima kasih kepada Allah karena masih memiliki tempat untuk berteduh?				
12	Apakah Anda memuji Allah ketika mengenakan pakaian baru?				
13	Apakah setiap bangun tidur Anda memuji Allah masih diberikan kehidupan?				
14	Apakah Anda berterima kasih kepada Allah karena terbangun dari tidur dalam keadaan sehat?				
15	Apakah setiap selesai sholat Anda berterima kasih kepada Allah karena masih diberikan kemampuan dan kesempatan untuk melaksanakan shalat?				
16	Apakah Anda berterima kasih kepada orang tua karena telah mendidik Anda?				
17	Apakah Anda melakukan sujud syukur ketika mendapatkan kabar yang sangat menggembirakan?				
18	Apakah Anda berterima kasih kepada orang yang telah berbuat baik?				
19	Apakah Anda berterima kasih kepada orang yang telah menginspirasi?				

20	Apakah Anda berterima kasih kepada orang yang telah memberikan nasehat?				
21	Apakah Anda memuji Allah atas kemudahan yang telah Dia berikan ketika mengalami kesulitan?				
22	Apakah Anda menyisihkan uang yang diperoleh untuk sedekah?				
23	Apakah Anda memaksimalkan potensi yang dimiliki untuk kebermanfaatan orang lain?				
24	Apakah Anda memberikan hadiah kepada orang lain sebagai bentuk terima kasih?				
25	Apakah Anda mempergunakan waktu luang yang dimiliki untuk melakukan kebaikan?				

**Mohon dicek sekali lagi untuk memastikan semua pertanyaan telah ditanggapi, jika sudah silahkan teruskan ke halaman selanjutnya ☺**

### **Petunjuk Pengerjaan Kuisiener Bagian B**

Kuisiener bagian B ini terdiri dari 40 soal dalam bentuk pernyataan. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan jawablah sejujurnya sesuai dengan keadaan yang sedang Ibu alami dan rasakan saat ini. Nyatakan jawaban Ibu dengan memberi tanda silang (X) pada kolom pilihan jawaban.

Keterangan jawaban sebagai berikut:

TP : Jika Anda TIDAK PERNAH merasakan hal tersebut

KK : Jika Anda KADANG-KADANG merasakan hal tersebut

SR : Jika Anda SERING merasakan hal tersebut

SL : Jika Anda SELALU merasakan hal tersebut

### **Contoh Pengisian**

<b>No</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>TP</b>	<b>KK</b>	<b>SR</b>	<b>SL</b>
1	Saya memiliki daya tahan tubuh yang kuat			X	

Jawaban silang di kolom SR menunjukkan bahwa pernyataan tersebut sering Ibu alami atau lakukan saat ini, berarti saat ini Ibu sering merasa memiliki daya tahan tubuh yang kuat.

Ada pertanyaan? Jika tidak, silahkan kerjakan pernyataan pada halaman selanjutnya dengan teliti.

Selamat mengisi 😊



**Jawablah pernyataan-pernyataan berikut ini!**

No	Pernyataan	TP	KK	SR	SL
1	Saya merasa tidak percaya diri ketika berhubungan intim dengan suami saya.				
2	Semenjak menopause, saya merasa kecewa pada diri saya sendiri.				
3	Saya mudah tersinggung semenjak memasuki masa menopause.				
4	Saya berpikir kalau saya bukanlah istri yang pantas untuk suami saya.				
5	Saya pikir, saya telah menjadi Ibu dan istri yang baik.				
6	Saya hafal semua kebiasaan yang biasa dilakukan oleh suami saya.				
7	Saya tidak bergairah ketika diajak berhubungan intim oleh suami semenjak saya menopause.				
8	Semenjak menopause, saya merasa cepat lelah dalam mengerjakan pekerjaan sehari-hari.				
9	Semenjak saya menopause, saya merasa nyeri otot ketika sedang berhubungan intim dengan pasangan saya.				
10	Saya tidak mudah beradaptasi di lingkungan baru.				
11	Saya tetap menyapa teman ketika bertemu di jalan, meski saya sudah menopause.				
12	Saya menceritakan masalah yang saya rasakan semenjak menopause kepada teman yang saya percayai.				
13	Semenjak menopause, saya merasa tidak dihargai oleh pasangan saya.				
14	Saya merasa orang-orang di sekitar saya peduli dengan keadaan saya.				
15	Saya merasa diterima oleh orang-orang yang ada di sekitar saya.				
16	Saya dapat menyelesaikan permasalahan rumah tangga saya dengan baik.				
17	Saya berhasil mencari penyelesaian dari permasalahan yang sedang saya alami.				

18	Pola tidur saya tidak berubah walau saya sudah menopause.				
19	Saya merasa kesakitan ketika berhubungan intim dengan suami semenjak menopause.				
20	Saya tidak mudah percaya dengan orang lain apalagi suami, semenjak saya menopause.				
21	Semenjak saya menopause, saya sulit sekali berhadapan dengan orang.				
22	Saya semakin dekat dengan tetangga, semenjak saya menopause.				
23	Semenjak menopause, saya sabar menhadapi keluhan suami saat berhubungan intim.				
24	Semenjak menopause, saya merasa sedih karena tidak dapat memberikan keturunan kepada suami saya lagi.				
25	Saya merasa percaya diri dengan perubahan yang terjadi pada kondisi fisik saya semenjak menopause.				
26	Ketika ada orang yang melakukan hal yang tidak menyenangkan terhadap saya, saya menanggapi dengan tenang.				
27	Saya berpikir, suami saya menjadi tidak perhatian lagi pada diri saya semenjak saya menopause.				
28	Saya melamun, ketika sedang menghadapi masalah dalam rumah tangga saya.				
29	Saya dapat mengingat apa saja yang sudah saya lakukan dalam satu hari ini.				
30	Saya adalah orang yang tidak beruntung di dunia semenjak saya menopause.				
31	Semenjak menopause, saya merasa pusing ketika harus melayani pasangan saya.				
32	Semenjak menopause, saya merasa segar bugar untuk melakukan aktifitas setiap harinya.				
33	Pola makan saya meningkat semenjak saya menopause.				
34	Saya takut tidak dapat memberikan kepuasan saat berhubungan intim dengan suami saya.				

35	Saya merasa nyaman ketika berada di tengah-tengah keluarga saya.				
36	Saya tidak menceritakan keluhan-keluhan saya saat berhubungan intim kepada siapapun.				
37	Saya lebih mudah terserang penyakit, ketika harus tetap berhubungan intim dengan suami walaupun saya sudah menopause.				
38	Saya merasa sakit kepala ketika suami mengajak berhubungan intim.				
39	Saya bisa terbuka kepada suami terkait dengan perasaan saya.				
40	Semenjak menopause, saya memiliki teman untuk bercerita.				

**Mohon dicek sekali lagi untuk memastikan semua pernyataan telah ditanggapi 😊**

**TERIMA KASIH  
ATAS PARTISIPASI DAN KERJASAMANYA**