



Judul Artikel
CORRELATION OF EMOTION REGULATION TOWARD LIFE SATISFACTION COLLEGE STUDENTS FKIP UNTAD LIKUIFAKSI TSUNAMI EARTHQUAKE AFFECTED

Munifah^{*1}, Micha Felayati Silalahi²

^{1&2} Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Tadulako, Palu
Author's Email Correspondence (*): mouneeff.psi@gmail.com

Abstract

Research objectives is assessing in the relationship regulations emotion life satisfaction liquifaksi disaster affected college students, the earthquake and the tsunami. Research would be implemented in a year. This research by adopting both quantitative of correlational descriptive in nature. This research employing correlation pearson or product moment correlation because the sample collection of populasi is a random. Data analysis technique used Z score with got a statistical product and service solution (SPSS)20.0 version for windows. The results of the study obtained the value of R_{value} 0.39 with a value of as much as R_{tabel} 0.195 and indicates a correlation coefficient regulations emotion highly significant or life satisfaction means a lot, so that it can be concluded that there is a relationship that is positive and significant between regulations emotion (X) by life satisfaction (Y).

Keywords: regulation emotion, life satisfaction, liquefaction, an earthquake tsunami

How to Cite:

Munifah & Silalahi, F.M. (2021). Correlation Of Emotion Regulation Toward Life Satisfaction College Students Fkip Untad Likuifaksi Tsunami Earthquake Affected. *EJ: Education Journal*, 2(2), 95-101. <http://jurnal.fkip.untad.ac.id/index.php/eduj>

Published by:

Tadulako University

Address:

Soekarno Hatta KM 9. Kota Palu, Sulawesi Tengah,
Indonesia.

Phone: +6285241340373

Email: ip.education.journal@gmail.com

Article history :

Received : 04 09 2021

Received in revised form : 11 09 2021

Accepted : 13 09 2021

Available online 30 10 2021

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



Abstrak

Tujuan Penelitian adalah mengkaji hubungan regulasi emosi terhadap kepuasan hidup mahasiswa yang terdampak bencana liquifaksi, gempa bumi dan tsunami. Penelitian akan dilaksanakan selama satu tahun. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional yang bersifat deskriptif. Penelitian ini menggunakan korelasi pearson atau *product moment correlation* dikarenakan pengambilan sampel dari populasi bersifat *random*. Teknik analisis data yang digunakan Z skor dengan memanfaatkan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 20.0 *for windows*. Hasil penelitian diperoleh nilai R_{hitung} sebesar 0.39 dengan nilai R_{tabel} sebesar 0.195 yang menunjukkan koefisien korelasi regulasi emosi terhadap kepuasan hidup sangat signifikan atau sangat berarti, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara regulasi emosi (X) dengan kepuasan hidup (Y).

Kata Kunci: regulasi emosi, kepuasan hidup, liquifaksi, gempa bumi, tsunami

I. PENDAHULUAN

Bencana gempa bumi berkekuatan 7,4 SR yang disusul dengan gelombang tsunami dan liquifaksi yang terjadi di daerah Palu dan Donggala pada tanggal 28 September 2018 yang mengakibatkan korban jiwa mencapai 4,402 jiwa (Tandigala, 2019) dan mengalami destruktif pada fasilitas publik dan bangunan serta menimbulkan efek pengalaman traumatis mendalam bagi individu terdampak bencana alam. Menurut Seligman (dalam Waskito, Loekmono, & Dwikurnaningsih, 2018) Kemampuan individu untuk mengelola emosi terkait pula dengan kepuasan hidup. Kepuasan hidup merupakan emosi positif di masa lalu dan merupakan ukuran dari topik kebahagiaan, rasa puas merupakan ranah dari aspek afektif (emosional) individu. Regulasi emosi tentunya akan mempengaruhi kepuasan hidup individu. Regulasi emosi dipengaruhi pula oleh pengalaman traumatis, misalnya pasca mengalami peristiwa bencana alam. Sebagai penelitian pembinaan, penelitian ini berorientasi untuk menguji hubungan regulasi emosi terhadap kepuasan hidup mahasiswa terdampak bencana liquifaksi, gempa bumi dan tsunami. Urgensi penelitian sebagai analisis awal untuk merancang model program pelatihan regulasi emosi yang bersifat rehabilitative yang dapat meningkatkan kepuasan hidup mahasiswa yang terdampak bencana liquifaksi, gempa bumi dan tsunami.

II. METODE**Rancangan Penelitian**

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional yang bersifat deskriptif. Penelitian ini menggunakan korelasi pearson atau *product moment correlation* dikarenakan pengambilan sampel dari populasi bersifat *random*.

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{(n \sum x^2) - (\sum x)^2\} \{(n \sum y^2) - (\sum y)^2\}}}$$

Gambar 2.1 rumus korelasi *Product moment*

Ket :
r : koefisien
korelasi : jumlah
data
$\sum x)(\sum y)$: jumlah skor
variabel x dan y

Pengambilan subjek penelitian ini menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah sampel adalah 200 orang mahasiswa/i jurusan ilmu pendidikan yang terdampak gempa, likuifaksi dan *tsunami*. Analisis data dengan Z skor dengan memanfaatkan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 20.0 for windows.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran regulasi emosi terhadap Kepuasan Hidup

Analisis deskriptif korelasi diketahui untuk memperoleh penilaian regulasi emosi mahasiswa terhadap kepuasan hidup yang dilaksanakan pada mahasiswa jurusan ilmu pendidikan, diperoleh:

TABEL 3.1. SKOR VARIABEL

Variabel	Skor Variabel X & Y					
	Max	Min	Σ	Mean	%	sd
X	73	38	5645	56,45	5645	6,283496099
Y	71	39	5728	57,28	5728	5,789366777

Sumber Hasil Analisis Deskriptif

Berdasarkan table 3.1 menunjukkan bahwa regulasi emosi berada pada skor max 73. Skor min 38 dan nilai sigma (Σ), nilai rata-rata 56.45, serta total skor keseluruhan sampel dari 100 orang sebanyak 5645 dengan simpangan baku 6.283. kepuasan hidup juga menunjukkan bahwa skor max sebanyak 71, dengan skor minimal 39, dengan nilai sigma (Σ) 5728 dengan simpangan baku 5.789.

PENGUJIAN PERSYARATAN ANALISIS

Linearitas

Uji linearitas merupakan prasyarat untuk menyatakan analisis *product moment* bahwa hubungan antara variabel *independent* dengan variabel *dependent* bersifat linier atau searah (positif) / tidak linier atau tidak

searah (negatif) Uji linieritas dilakukan untuk menunjukkan masing-masing data variabel regulasi emosi (X) cenderung membentuk garis linier dengan sebaran variabel kepuasan hidup (Y).

Tabel 3.2. Linieritas

No	Variabel	Linearity	Taraf Signifikansi	Kesimpulan
	Regulasi Emosi (X) Kepuasan Hidup (Y)	.328	0.05	linier

Pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa nilai signifikansi > 0.05 pada linieritas antara regulasi emosi (X) dan kepuasan hidup sebesar 0.693, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier secara variabel *independent* dan *dependent* dan telah memenuhi syarat untuk dilakukan analisis korelasi *pearson*.

Normalitas

Uji normalitas menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* pada probabilitas $\alpha = 0,05$.

TABEL 3.3. NORMALITAS

Variabel	P-value	Ket.
Regulasi Emosi (X)	0.200	normal
Kepuasan Hidup (Y)	0.175	normal

Berdasarkan tabel 4.3. menunjukkan bahwa hasil analisis variabel regulasi emosi (X) bahwa *P-value* > 0.05 yaitu $0.200 > 0.05$ berdistribusi normal dan , pada variabel kepuasan hidup (Y) $0.175 > 0.05$ berdistribusi normal.

HIPOTESIS

Berdasarkan hasil analisis hubungan regulasi emosi terhadap kepuasan hidup mahasiswa jurusan ilmu pendidikan, dapat ditunjukkan pada tabel di bawah ini:

TABEL 3.4 ANALISIS KOEFISIEN KORELASI REGULASIEMOSI (X) TERHADAP KEPUASAN HIDUP

Variabel	R_{hitung}	R_{tabel}
X-Y	0.39	0.195

Keterangan :

R : Koefisien Korelasi
 $R_{kriteria}$: Sumbangan/Pengaruh

Berdasarkan tabel 3.4 diperoleh nilai R_{hitung} sebesar 0.39 dengan nilai R_{tabel} sebesar 0.195 dengan taraf signifikansi ($\alpha = 0.05$) yang menunjukkan koefisien korelasi regulasi emosi terhadap kepuasan hidup sangat signifikan atau sangat berarti, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara regulasi emosi (X) dengan kepuasan hidup (Y). Berdasarkan telah diketahui koefisien korelasi regulasi emosi terhadap kepuasan hidup maka langkah selanjutnya uji signifikansi yang bertujuan untuk menjelaskan apabila variasi nilai variabel *independent* dapat menjelaskan variasi nilai *dependent* dengan menggunakan besaran nilai T.

Tabel 3.5. Hasil Uji Signifikansi Regulasi emosi (X) terhadap Kepuasan Hidup (Y)

Variabel	T _{hitung}	T _{tabel}	Sig.
X	89.839	1.658	.000
Y	98.940		

Tabel di atas, menunjukkan nilai T_{hitung} regulasi emosi (X) adalah 89.839 dan, T_{hitung} kepuasan hidup (Y) adalah 98.940, sedangkan nilai T_{tabel} adalah 1.658 berarti T_{hitung} > T_{tabel} dengan taraf signifikansi 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, dapat ditunjukkan bahwa terdapat pengaruh regulasi emosi terhadapkepuasan hidup mahasiswa.

IV. PEMBAHASAN

Pada bagian berikut akan dijelaskan pembahasan untuk variabel yang dikaji dari penelitian pengaruh regulasi emosi terhadap kepuasan hidup mahasiswa jurusan ilmu pendidikan Universitas Tadulako yang terdampak likuifaksi, gempa dan tsunami memiliki hubungan yang signifikan berdasarkan uji T pada variable x sebesar 89.839 dan variable y sebesar 98.940 dengan nilai table 1.658. pada uji persyaratan analisis yaitu uji linearitas sebesar 3.28 yang menunjukkan memiliki hubungan yang linear. Berdasarkan hipotesis variable regulasi emosi terhadap kepuasan hidup mahasiswa diterima dengan nilai R_{hitung} sebesar 0.39 dengan R_{tabel} 0.195 dapat diartikan semakin meningkat regulasi emosi.

Maka semakin meningkat juga kepuasan hidup mahasiswa yang terdampak likuifaksi, gempa dan tsunami. Penelitian ini juga didukung dari penelitian sebelumnya (Aesijah, Prihartanti, & Pratisti, 2016) mengemukakan bahwa berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa pelatihan regulasi emosi memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap peningkatan kebahagiaan remaja panti asuhan yatim piatu. Menurut (Waskito et al., 2018) bahwa hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikansi antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup mahasiswa program studi BK FKIP UKSW. Artinya, semakin tinggi skor *mindfulness*, maka semakin tinggi skor kepuasan hidup. *Mindfulness* dapat diaplikasikan pada calon konselor agar mengalami

kepuasan hidup sebagai tanda kebahagiaan. Kondisi *mindful* dan kepuasan hidup dapat membantu calon konselor dalam membangun hubungan konseling yang efektif.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian bahwa hubungan regulasi emosi terhadap kepuasan hidup mahasiswa dapat diterima, sehingga semakin meningkat regulasi emosi, semakin meningkat juga kepuasan hidup mahasiswa, sedangkan saran terhadap penelitian ini untuk peneliti selanjutnya berdasarkan hasil penelitian masih terdapat kesulitan dalam menemukan responden dalam pengisian data angket untuk kedua variabel instrumen.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Irianto, 2010, *Statistik Konsep Dasar, Aplikasi dan Pengembangannya*, Kencana Prenada Media Group, Jakarta.
- Akbar, Z., & Afiatin, T. (2009). Pelatihan Manajemen Emosi Sebagai Program Pemulihan Depresi Pada Remaja Korban Gempa Bumi. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 1(1), 107–124. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol1.iss1.art7>
- Anna Maria Cazan, Laura Elena Nastasa, 2014, Emotional Intelligence, Satisfaction with life and Burnout Among University Students, *Procedia -Social and Behavioral Sciences* 180 (2015) 1574 – 1578, November.
- Dewi Priyatno, 2012, *Belajar Praktis Analisis Parametrik dan Non Parametrik dengan SPSS versi 17.00*, Gava Media, Yogyakarta.
- Mikha Agus Widiyanto, 2013, *Statistika Terapan*, Elex Media Komputindo, Jakarta.
- Muri Yusuf, A, 2013, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. UNP Press , Padang.
- Pranazabdian Waskito, J.T. Lobby Loekmono, Yari Dwikurnaningsih, 2018, Hubungan Antara Mindfulness dengan Kepuasan Hidup Mahasiswa Bimbingan dan Konseling, *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, Vol 3, No. 3 Agustus.
- Prastuti, Tairas & Hartini, 2020, *Adaptation and Validation of Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) in Indonesian Version*, Faculty of Education of Psychology, Vol 9, No.2 May.
- Sapto Ashardianto, 2012, Hubungan antara Resiliensi dan *Psychological Well-Being* : Suatu Studi Pada Mahasiswa Relawan Bencana di Universitas Indonesia, Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia, *Skripsi*, Juni.
- Simin Zeqeibi Ghannad1, Tayebe Fateminik 1 and Sirous Allipour, .2018 ,The Role of Social Support, Life Meaningfulness, and Centrality of Religiosity in Posttraumatic Growth and Life Satisfaction of People with Spinal Cord Injury, *Jundishapur J Chronic Dis Care*, Vol 7, No. 4 Oktober.
- Siti Aesijah, Nanik Prihartanti, Wiwien Dinar Pratisti, 2016, Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi Terhadap Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Yatim Piatu, *Jurnal Indigenous* Vol. 1, No. 1, Mei.
- Tandigala, B. (2019). *Dampak Bencana Gempa Bumi , Likuifaksi , Tsunami Sulawesi Tengah*. <https://www.kemkes.go.id/reso-urces/download/info-terkini/rakerkesnas-2019/SESII/Kelompok6/3-Dampak-Bencana-Sulawesi-Tengah.pdf>

- Yustisi Maharani Syahadat, 2013, Pelatihan Regulasi Emosi untuk Menurunkan Perilaku Agresif pada Anak, *Jurnal Humanitas*, Vol. X , No.1 Januari.
- Waskito, P., Loekmono, J. T. L., & Dwikurnaningsih, Y. (2018). Hubungan Antara Mindfulness dengan Kepuasan Hidup Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 3(3), 99–107. <https://doi.org/10.17977/um001v3i32018p099>