

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Gambaran Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini berjumlah 48 responden yang masing-masing dari mereka adalah pasangan suami istri dengan kriteria berusia 19-40 tahun, sudah menikah dengan usia pernikahan 1-5 tahun, responden dan pasangannya sama-sama bekerja, dan telah memiliki anak. Berikut adalah gambaran karakteristik responden penelitian:

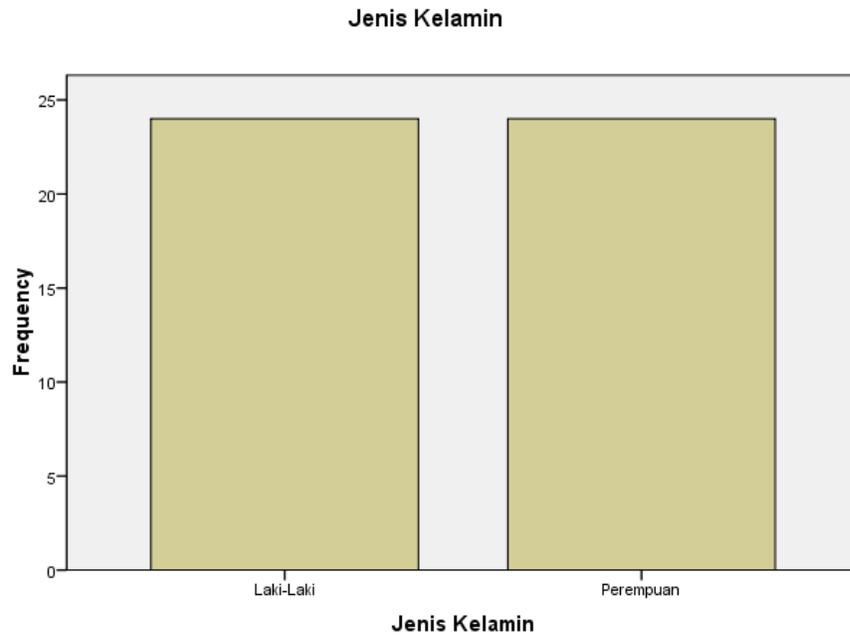
##### 4.1.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Berikut gambaran responden yang terbagi berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan pada tabel 4.1.

**Tabel 4.1 Data Distribusi Jenis Kelamin Responden Penelitian**

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Laki-Laki	24	50%
Perempuan	24	50%
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden penelitian ini memiliki jumlah yang sama, yaitu laki-laki dan perempuan dengan masing-masing berjumlah 24 orang.



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.1 Data Distribusi Jenis Kelamin Responden Penelitian**

#### **4.1.2 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Usia**

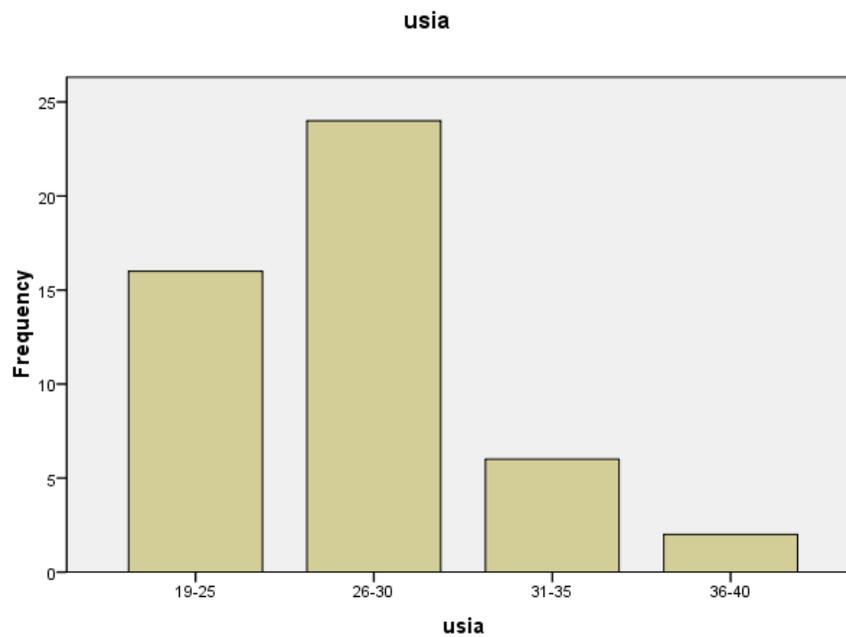
Karakteristik pada penelitian ini adalah individu yang pada tahap usia dewasa awal, berikut gambaran responden penelitian berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 4.2 di bawah ini:

**Tabel 4.2 Data Distribusi Usia Responden Penelitian**

<b>Usia</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
19-25	16	33,3%
26-30	24	50%
31-35	6	12,5%
36-40	2	4,2%
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa responden yang berusia 19-25 tahun sejumlah 16 orang (33,3%), 26-30 tahun sejumlah 24 orang (50%), 31-35 tahun sejumlah 6 orang (12,5%), dan 36-40 tahun sejumlah 2 orang (4,2%).

Hal tersebut menunjukkan bahwa pada penelitian ini lebih banyak responden yang berada pada rentang usia 26-30 tahun, yaitu sejumlah 24 orang (50%). Gambaran jelasnya dapat dilihat pada histogram di bawah ini:



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.2 Data Distribusi Usia Responden Penelitian**

#### **4.1.3 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Usia Pernikahan**

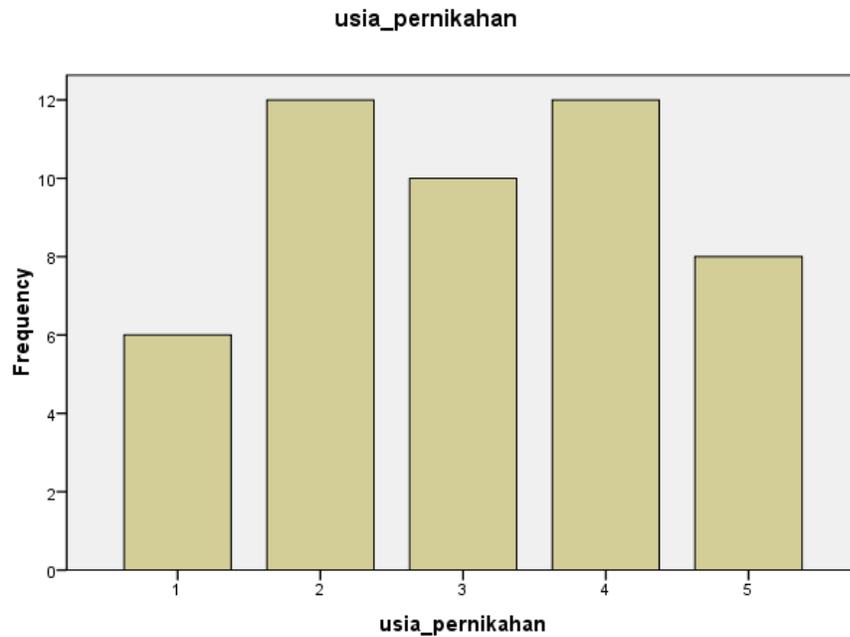
Pada penelitian ini dipilih responden yang pernikahannya berusia 1-5 tahun. Berikut gambaran responden penelitian dapat dilihat pada tabel 4.3 di bawah ini:

**Tabel 4.3 Data Distribusi Usia Pernikahan Responden Penelitian**

<b>Usia Pernikahan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
1 tahun	6	12,5%
2 tahun	12	25%
3 tahun	10	20,8%
4 tahun	12	25%
5 tahun	8	16,7%
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Pada tabel di atas dapat dilihat bahwa pernikahan yang berusia 1 tahun berjumlah 6 orang (12,5%), 2 tahun berjumlah 12 orang (25%), 3 tahun berjumlah 10 orang (20,8%), 4 tahun berjumlah 12 orang (25%), dan 5 tahun berjumlah 8 orang (16,7%).

Hal tersebut menunjukkan responden dengan usia pernikahan 2 dan 4 tahun memiliki frekuensi yang sama besar, yaitu 12 orang (25%). Gambaran jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut:



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.3 Data Distribusi Usia Pernikahan Responden Penelitian**

#### 4.1.4 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jumlah Anak

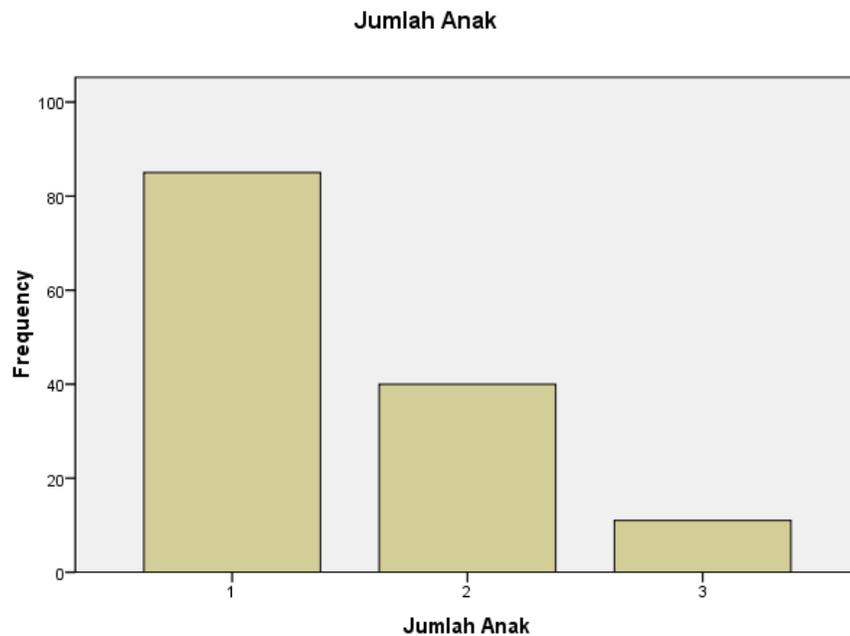
Gambaran responden penelitian berdasarkan jumlah anak yang dimiliki dapat dilihat pada tabel 4.4 di bawah ini:

**Tabel 4.4 Data Distribusi Jumlah Anak Responden Penelitian**

<b>Jumlah Anak</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
1	30	62,5%
2	16	33,3%
3	2	4,2%
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel 4.4 di atas didapatkan data responden yang memiliki 1 anak berjumlah 30 orang (62,5%), 2 anak berjumlah 16 orang (33,3%), dan 3 anak berjumlah 2 orang (4,2%).

Hal tersebut menunjukkan bahwa banyak responden yang mengikuti penelitian ini telah memiliki satu anak. Gambaran jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut:



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.4 Data Distribusi Jumlah Anak Responden Penelitian**

#### **4.1.5 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir**

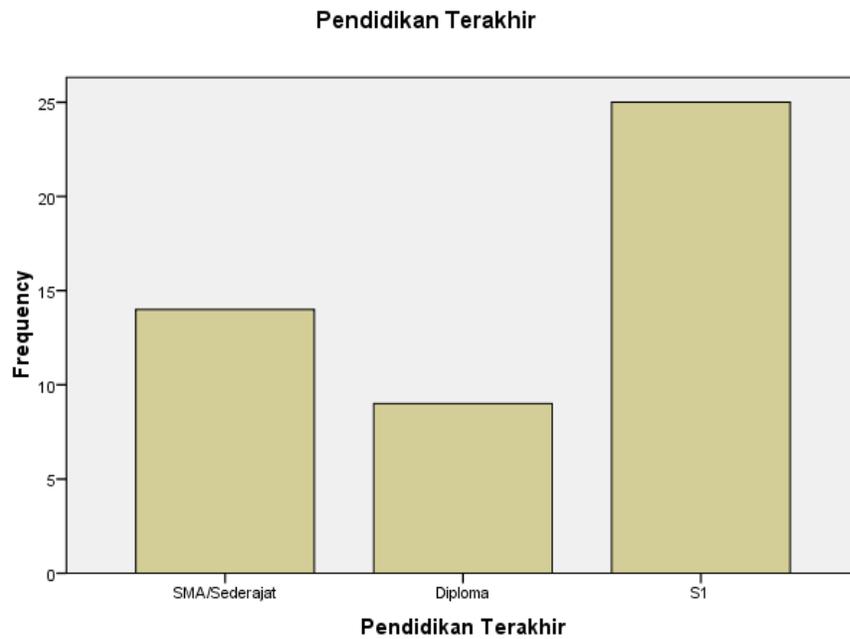
Berikut gambaran responden penelitian berdasarkan pendidikan terakhirnya dapat dilihat pada tabel 4.5

**Tabel 4.5 Data Distribusi Pendidikan Terakhir Responden Penelitian**

<b>Pendidikan Terakhir</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
SMA/Sederajat	9	18,8%
Diploma	25	52,1%
S1	14	29,2%
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas didapatkan jumlah responden yang pendidikan terakhirnya SMA/Sederajat berjumlah 9 orang (18,8%), Diploma berjumlah 25 orang (52,1%), S1 berjumlah 14 orang (29,2%).

Hal tersebut menunjukkan pada penelitian ini banyak responden yang pendidikan terakhirnya adalah diploma. Gambaran jelasnya dapat dilihat pada histogram di bawah ini:



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.5 Data Distribusi Pendidikan Terakhir Responden Penelitian**

#### **4.1.6 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pekerjaan**

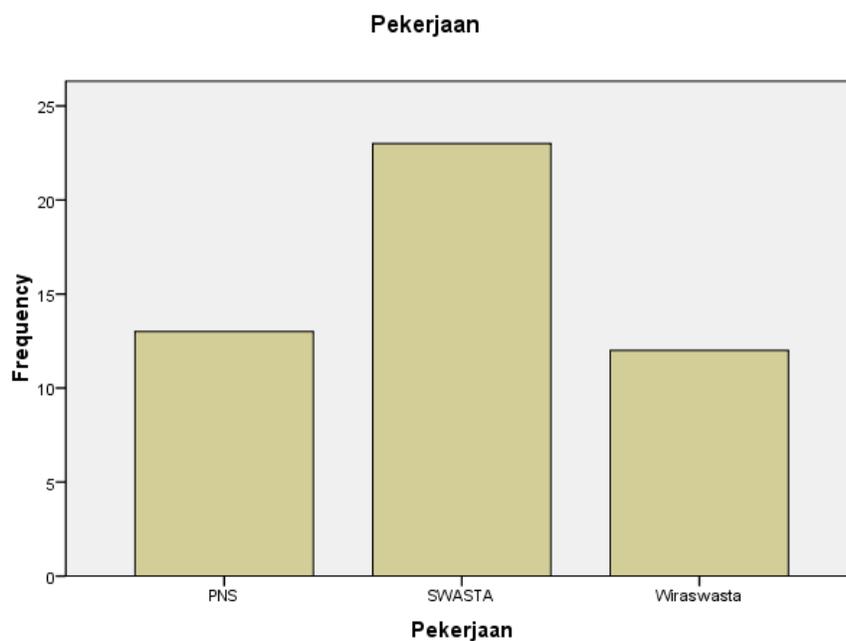
Berikut gambaran responden penelitian berdasarkan pekerjaan dapat dilihat pada tabel 4.6 di bawah ini:

**Tabel 4.6 Data Distribusi Pekerjaan Responden Penelitian**

<b>Pekerjaan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
PNS	13	27,1%
Pegawai Swasta	23	47,9%
Wiraswasta	12	25%
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Pada tabel di atas dapat diketahui sebanyak 13 orang (27,1%) bekerja sebagai PNS, sebanyak 23 orang (47,9%) bekerja sebagai pegawai swasta, dan sebanyak 12 orang (25%) bekerja sebagai wiraswasta.

Hal tersebut menunjukkan pada penelitian ini responden yang memiliki pekerjaan sebagai pegawai swasta mendominasi sebagai responden penelitian. Gambaran jelasnya dapat dilihat pada histogram di bawah ini:



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.6 Data Distribusi Pekerjaan Responden Penelitian**

## **4.2 Prosedur Penelitian**

### **4.2.1 Persiapan Penelitian**

Sejak awal penelitian direncanakan, penulis tertarik untuk meneliti tentang keluarga, khususnya yang berkaitan tentang pernikahan pasangan suami istri. Berdasarkan fenomena yang penulis amati melalui media cetak maupun media online, banyak pasangan suami istri yang berada pada fase awal pernikahan namun memutuskan untuk berpisah dengan pasangannya dengan alasan ketidakcocokan. Kemudian penulis berdiskusi dengan dosen pembimbing untuk mengangkat tema mengenai pernikahan dan faktor yang kira-kira berkaitan dengan temuan lapangan yang ada. Ketika dosen pembimbing memutuskan untuk mengadakan penelitian payung dengan variabel regulasi diri, penulis tertarik untuk ikut serta dalam penelitian

payung tersebut. Ketika penulis mencari literatur mengenai regulasi diri, penulis menemukan sebuah variabel lain yang bernama regulasi emosi, dan setelah didiskusikan bersama dosen pembimbing, maka terpilihlah regulasi emosi sebagai variabel dalam penelitian payung tersebut, lalu penulis memutuskan untuk memilih variabel regulasi emosi dan kepuasan pernikahan sebagai variabel penelitian.

Selanjutnya penulis mencari berbagai literatur yang berkaitan dengan variabel yang ingin diteliti. Untuk variabel regulasi emosi, penulis mendapatkan alat ukurnya yang dibuat oleh Gross dan John (2003) yaitu, *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) yang berjumlah sepuluh butir pernyataan. Kemudian penulis mendapatkan jurnal yang membahas mengenai regulasi emosi serta alat ukur terkait yaitu jurnal *Healthy and Unhealthy Emotion Regulation: Personality Processes, Individual Differences, and Life Span Development* serta jurnal *Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being* yang kedua jurnal tersebut merupakan hasil penelitian dari James J. Gross dan Oliver P. John.

Setelah berdiskusi bersama kelompok payungan penelitian dan dosen pembimbing, akhirnya diputuskan untuk variabel regulasi emosi penulis mengadopsi alat ukur *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) dan mencari penelitian sebelumnya yang menggunakan alat ukur tersebut. Kemudian didapatkanlah sebuah penelitian dari Christiany (2004) dari Universitas Indonesia, lalu meminta izin untuk menggunakan alat ukur yang telah di-*back translate* oleh ketiga penulis tersebut.

Untuk variabel kepuasan pernikahan, penulis menggunakan Alat Ukur Kepuasan Pernikahan Pasangan Urban yang dibuat oleh Pingkan C. B. Rumondor (2013) dalam jurnalnya yang berjudul Pengembangan Alat Ukur Kepuasan Pernikahan Pasangan Urban. Hal pertama yang dilakukan penulis adalah menghubungi Pingkan C. B. Rumondor guna meminta izin untuk memakai alat ukur yang beliau buat melalui surat elektronik. Beberapa hari kemudian surat elektronik yang penulis kirimkan mendapatkan balasan dari beliau bahwa penulis diizinkan untuk menggunakan alat ukur yang telah beliau buat.

Uji coba penelitian dilakukan pada 33 responden laki-laki atau perempuan yang telah menikah, usia pernikahannya tidak lebih dari lima tahun, dan memiliki pasangan yang juga bekerja. Pada tahap uji coba, terdapat 1 butir pernyataan pada *Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)* dan 6 butir pernyataan pada Alat Ukur Kepuasan Pernikahan Pasangan Urban yang memiliki validitas rendah, namun karena penulis bertujuan untuk mengadopsi alat ukur yang digunakan maka tidak ada butir pernyataan yang digugurkan.

#### **4.2.2 Pelaksanaan Penelitian**

Pengambilan data penelitian dilakukan secara manual dan *online* melalui bantuan *google form*. Pemilihan melalui *google form* didasari atas kemudahan akses, kerahasiaan, serta efisiensi dari segi waktu.

Hal pertama yang penulis lakukan adalah membuat kuesioner dan mencetaknya untuk dibagikan pada sampel yang memenuhi kriteria di sekitar lingkungan rumah penulis, serta meminta bantuan kepada teman-teman penulis jika memiliki saudara atau kerabat yang memenuhi kriteria penelitian untuk mengisi kuesioner yang telah penulis cetak sebelumnya. Selanjutnya adalah membuat *google form* dan membagikan tautan ke berbagai media sosial dengan harapan siapapun yang memenuhi kriteria dapat menjadi sampel penelitian. Penulis juga menghubungi teman-teman penulis yang memenuhi kriteria untuk menjadi sampel penelitian dengan cara membagikan tautan *google form* yang telah penulis buat sebelumnya.

### **4.3 Hasil Analisis Data Penelitian**

#### **4.3.1 Data Regulasi Emosi**

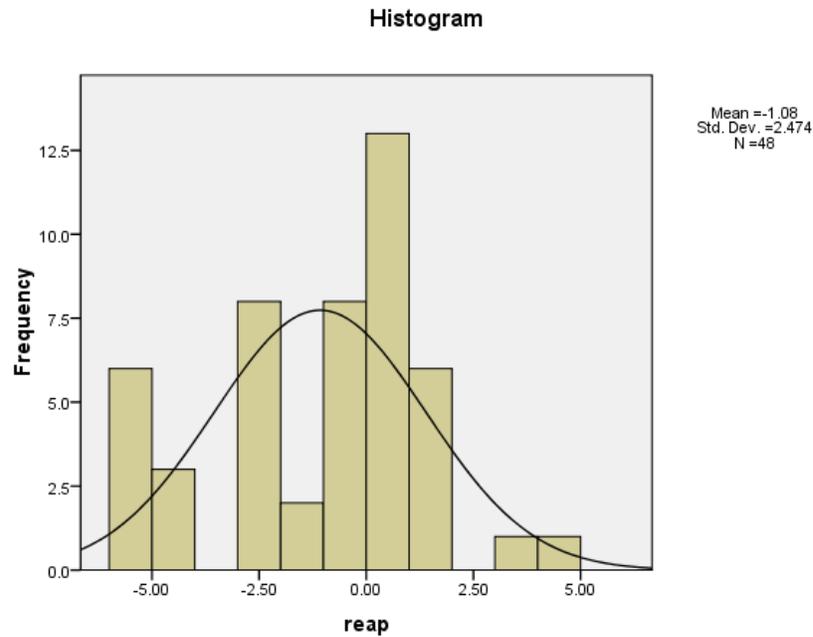
Pengukuran variabel regulasi emosi menggunakan alat ukur *Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)* yang berupa kuesioner dengan jumlah 10 butir pernyataan, dengan 6 butir pernyataan merupakan regulasi emosi *reappraisal* dan 4

butir pernyataan merupakan regulasi emosi *suppression*. Dari hasil pengambilan data diperoleh hasil distribusi deskriptif sebagai berikut:

**Tabel 4.7 Distribusi Deskriptif Data Regulasi Emosi *Reappraisal***

<b>Statistik</b>	<b>Nilai Output</b>
Mean	-1,08
Median	-0,68
Modus	-2,54
Standar Deviasi	2,47
Varians	6,12
Minimum	-5,89
Maksimum	4,39

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa variabel regulasi emosi *reappraisal* memiliki nilai mean sebesar -1,08; nilai median sebesar -0,68; nilai modus sebesar -2,54; standar deviasi sebesar 2,47; nilai varians sebesar 6,12; serta memiliki nilai minimum -5,89 dan maksimum sebesar 4,39. Berikut merupakan histogram dan bentuk kurva normal dari hasil analisa deskriptif variabel regulasi emosi *reappraisal*:



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

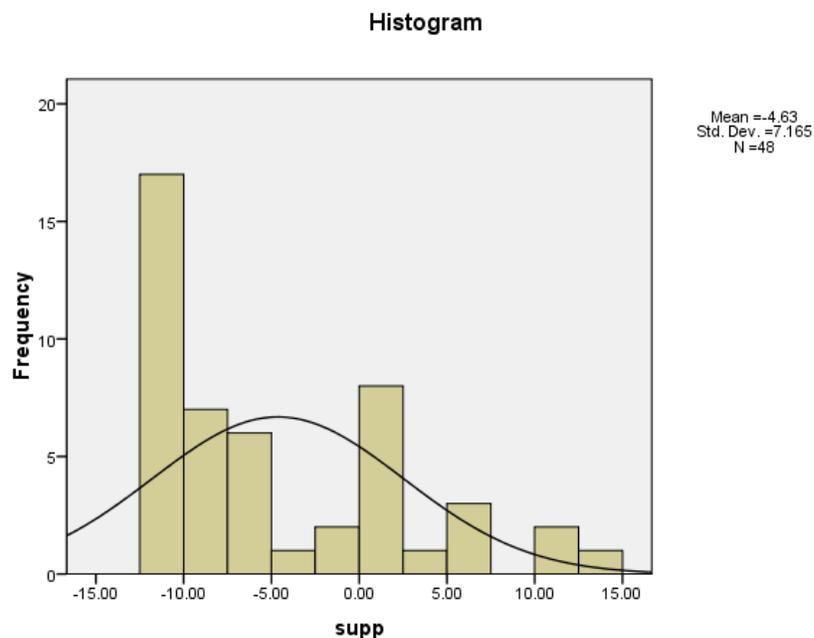
**Gambar 4.7 Data Deskriptif Variabel Regulasi Emosi *Reappraisal***

Untuk data regulasi emosi *suppression* dapat dilihat pada tabel 4.8 berikut:

**Tabel 4.8 Distribusi Deskriptif Data Regulasi Emosi *Suppression***

Statistik	Nilai Output
Mean	-4,63
Median	-7,39
Modus	-11,2
Standar Deviasi	7,17
Varians	51,34
Minimum	-12,35
Maksimum	13,26

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa variabel regulasi emosi *suppression* memiliki nilai mean sebesar -4,63; nilai median sebesar -7,39; nilai modus sebesar -11,2; standar deviasi sebesar 7,17; nilai varians sebesar 51,34; serta memiliki nilai minimum -12,35 dan maksimum sebesar 13,26. Berikut merupakan histogram dan bentuk kurva normal dari hasil analisa deskriptif variabel regulasi emosi *suppression*:



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.8 Data Deskriptif Variabel Regulasi Emosi *Suppression***

#### 4.3.1.1 Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Emosi *Reappraisal*

Kategorisasi skor variabel regulasi emosi *reappraisal* terbagi menjadi dua kategori skor, yaitu tinggi dan rendah. Pengkategorisasian dilakukan dengan menggunakan nilai mean yang dihasilkan dari pemodelan *Rasch*. Berikut penjelasan mengenai pengkategorisasian skor variabel regulasi emosi *reappraisal*.

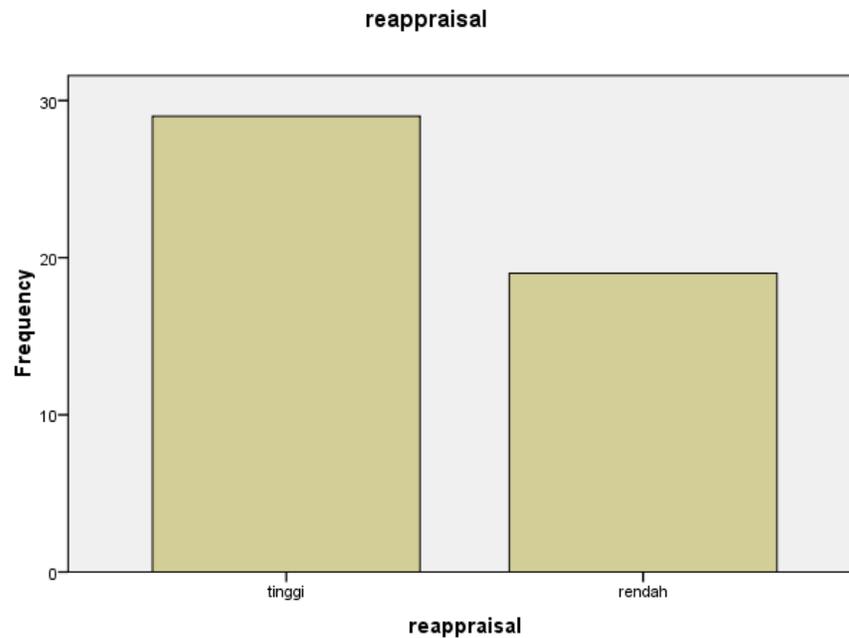
Tinggi jika :  $X \geq \text{Mean}$   
 $X \geq -1,08 \text{ logit}$

Rendah jika :  $X < \text{Mean}$   
 $X < -1,08 \text{ logit}$

**Tabel 4.9 Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Emosi *Reappraisal***

<b>Kategori</b>	<b>Skor</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Tinggi	$X \geq -1,08 \text{ logit}$	29	60,4%
Rendah	$X < -1,08 \text{ logit}$	19	39,6
<b>Total</b>		<b>48</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas maka dapat diketahui bahwa sebanyak 29 orang (60,4%) memiliki kemampuan regulasi emosi *reappraisal* yang tinggi dan sebanyak 19 orang (39,6%) memiliki kemampuan regulasi emosi *reappraisal* yang rendah.



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.9 Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Emosi *Reappraisal***

#### 4.3.1.2 Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Emosi *Suppression*

Kategorisasi skor variabel regulasi emosi *suppression* terbagi menjadi dua kategori skor, yaitu tinggi dan rendah. Pengkategorisasian dilakukan dengan menggunakan nilai mean yang dihasilkan dari pemodelan *Rasch*. Berikut penjelasan mengenai pengkategorisasian skor variabel regulasi emosi *suppression*.

Tinggi jika :  $X \geq \text{Mean}$

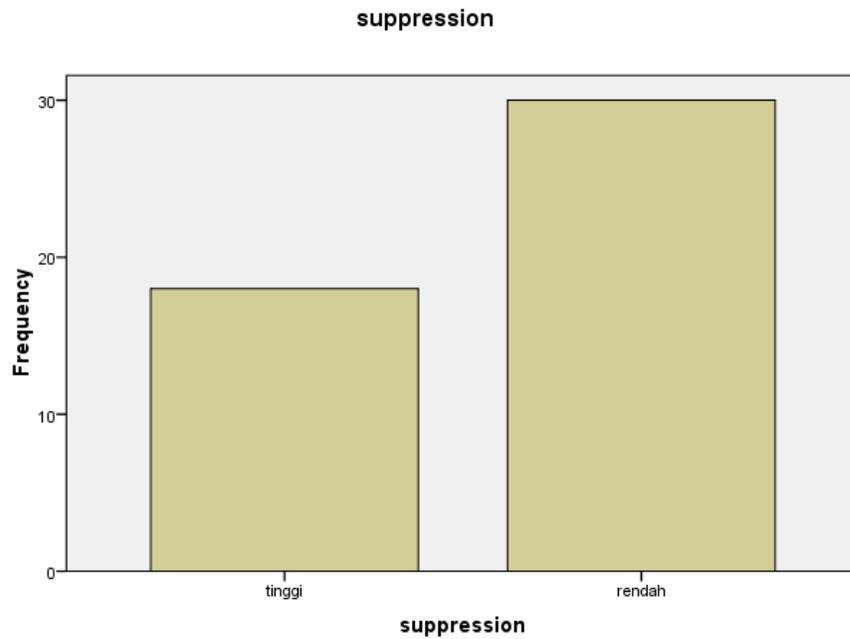
$X \geq -4,63 \text{ logit}$

Rendah jika :  $X < \text{Mean}$   
 $X < -4,63 \text{ logit}$

**Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Emosi *Suppression***

<b>Kategori</b>	<b>Skor</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Tinggi	$X \geq -4,63 \text{ logit}$	18	37,5%
Rendah	$X < -4,63 \text{ logit}$	30	62,5%
<b>Total</b>		<b>48</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas maka dapat diketahui bahwa sebanyak 18 orang (37,5%) memiliki kemampuan regulasi emosi *suppression* yang tinggi dan sebanyak 30 orang (62,5%) memiliki kemampuan regulasi emosi *suppression* yang rendah.



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.10 Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Emosi *Suppression***

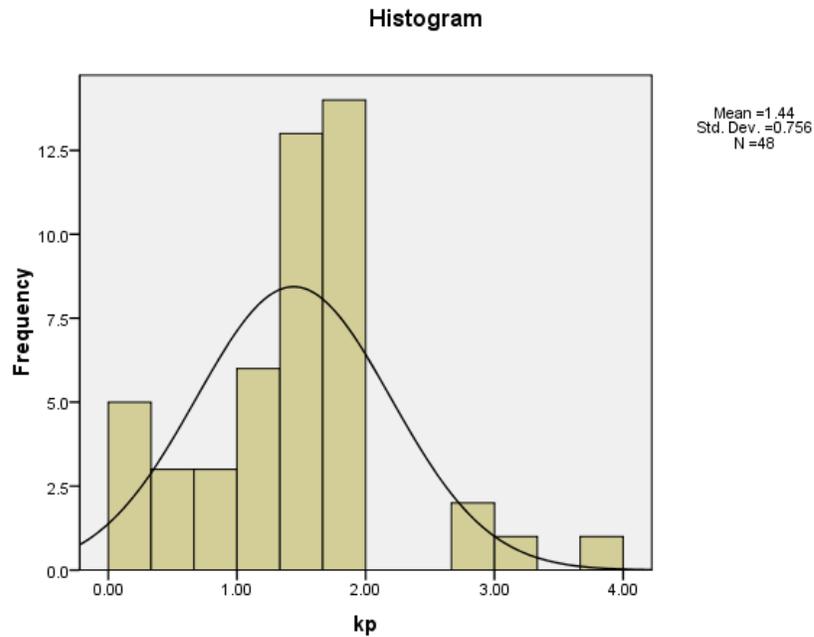
#### **4.3.2 Data Kepuasan Pernikahan**

Pengukuran variabel kepuasan pernikahan menggunakan Alat Ukur Kepuasan Pernikahan Pasangan Urban yang berupa kuesioner dengan jumlah 38 butir pernyataan, dari hasil pengambilan data diperoleh hasil distribusi deskriptif sebagai berikut:

**Tabel 4.11 Distribusi Deskriptif Data Kepuasan Pernikahan**

<b>Statistik</b>	<b>Nilai Output</b>
Mean	1,44
Median	1,41
Modus	1,77
Standar Deviasi	0,76
Varians	0,57
Minimum	0,29
Maksimum	3,91

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa variabel kepuasan pernikahan memiliki nilai mean sebesar 1,44; nilai median sebesar 1,41; nilai modus sebesar 1,77; standar deviasi sebesar 0,76; nilai varians sebesar 0,57; serta memiliki nilai minimum 0,29 dan maksimum sebesar 3,91. Berikut merupakan histogram dan bentuk kurva normal dari hasil analisa deskriptif variabel kepuasan pernikahan:



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.11 Data Deskriptif Variabel Kepuasan Pernikahan**

#### 4.3.2.1 Kategorisasi Skor Variabel Kepuasan Pernikahan

Kategorisasi skor variabel kepuasan pernikahan terbagi menjadi dua kategori skor, yaitu tinggi dan rendah. Pengkategorisasian dilakukan dengan menggunakan nilai mean yang dihasilkan dari pemodelan *Rasch*. Berikut penjelasan mengenai pengkategorisasian skor variabel kepuasan pernikahan.

Tinggi jika :  $X \geq \text{Mean}$   
 $X \geq 1,44$  logit

Rendah jika :  $X < \text{Mean}$   
 $X < 1,44$  logit

**Tabel 4.12 Kategorisasi Skor Variabel Kepuasan Pernikahan**

<b>Kategori</b>	<b>Skor</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Tinggi	$X \geq 1,44$ logit	24	50%
Rendah	$X < 1,44$ logit	24	50%
<b>Total</b>		<b>48</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa separuh (50%) dari sampel pada penelitian mengakui memiliki kepuasan pernikahan yang tinggi dan separuhnya lagi (50%) memiliki kepuasan pernikahan yang rendah.



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.12 Kategorisasi Skor Variabel Kepuasan Pernikahan**

### 4.3.3 Uji Normalitas

Pada penelitian ini, pengujian normalitas data menggunakan uji normalitas nonparamterik. Uji normalitasi dilakukan dengan menggunakan kolmogorov-smirnov. Data dinyatakan berdistribusi normal bila nilai sig (*p-value*) lebih besar dari nilai taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ) atau  $p > 0,05$ . Berikut adalah hasil pengujian normalitas nonparametrik variabel regulasi emosi (*reappraisal* dan *suppression*) dan kepuasan pernikahan:

**Tabel 4.13 Uji Normalitas**

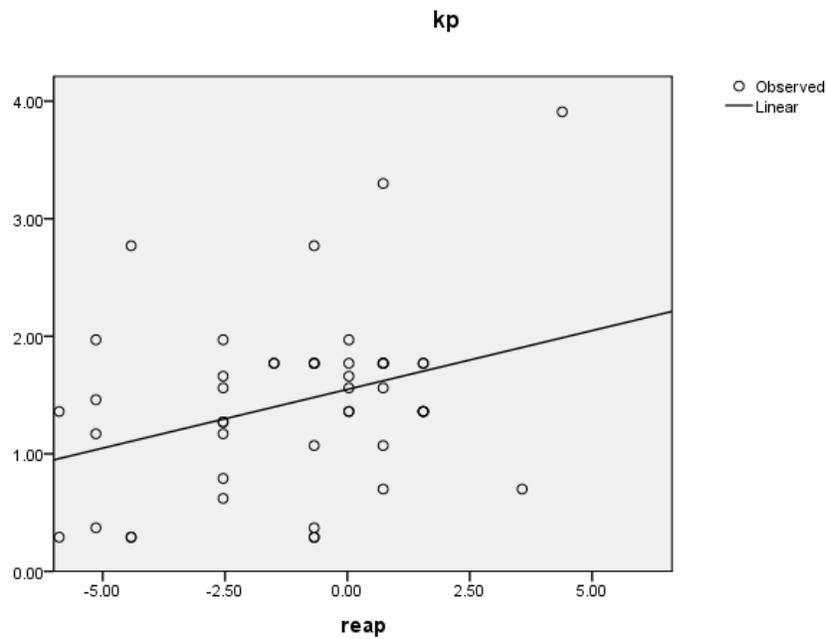
<b>Variabel</b>	<b>p-value</b>	<b><math>\alpha</math></b>	<b>Interpretasi</b>
<i>Reappraisal</i>	0,132	0,05	Berdistribusi Normal
<i>Suppression</i>	0,075	0,05	Berdistribusi Normal
Kepuasan Pernikahan	0,073	0,05	Berdistribusi Normal

### 4.3.4 Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linieritas antara variabel dependen dengan variabel independen. Kedua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang linier apabila  $p < \alpha$ . Linieritas antar variabel dalam penelitian ini digambarkan melalui tabel dan grafik di bawah ini:

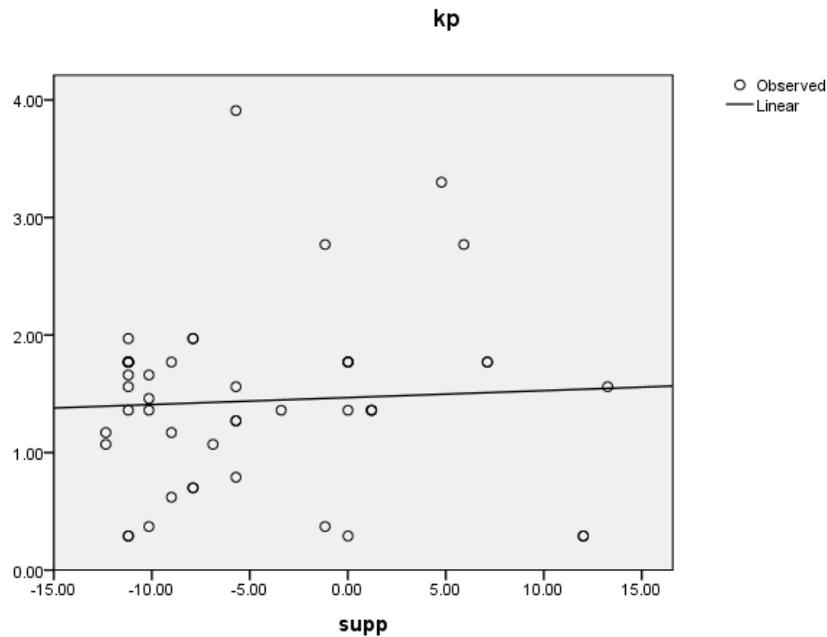
Tabel 4.14 Uji Linieritas

Variabel	p-value	$\alpha$	Interpretasi
<i>Reappraisal</i> dan Kepuasan Pernikahan	0,023	0,05	Linier
<i>Suppression</i> dan Kepuasan Pernikahan	0,705	0,05	Tidak linier



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.13 Uji Linieritas *Reappraisal* dan Kepuasan Pernikahan**



Gambar diperoleh dari SPSS 16.0 *for windows*

**Gambar 4.14 Uji Linieritas *Suppression* dan Kepuasan Pernikahan**

### 4.3.5 Uji Hipotesis

Hipotesis Penelitian

$H_{01}$  : Tidak terdapat pengaruh regulasi emosi *reappraisal* terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri.

$H_{a1}$  : Terdapat pengaruh regulasi emosi *reappraisal* terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri.

$H_{02}$  : Tidak terdapat pengaruh regulasi emosi *suppression* terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri.

$H_{a2}$  : Terdapat pengaruh regulasi emosi *suppression* terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri.

Dalam penelitian ini, pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi. Analisis regresi dilakukan untuk mencapai tujuan-tujuan penelitian yang belum dapat diperoleh jika hanya dengan uji korelasi saja (Rangkuti, 2012). Analisis regresi dilakukan jika sudah terbukti adanya hubungan antara variabel-variabel yang ada. Jika suatu variabel mempunyai hubungan dengan variabel-variabel lainnya, maka analisis dapat dilanjutkan untuk mengetahui bagaimana prediksi suatu variabel terhadap variabel lainnya serta bagaimana hubungan sebab akibat antar variabel tersebut (Rangkuti, 2012).

Dalam melakukan uji hipotesis dilakukan penghitungan dengan analisis regresi satu prediktor dengan menggunakan SPSS versi 16.0 *for windows*. Persamaan regresi penelitian dapat dilakukan berdasarkan uji analisis regresi sebagai berikut:

Hasil penghitungan korelasi ganda (R) yang diperoleh dari hasil penghitungan regulasi emosi *reappraisal* dan kepuasan pernikahan adalah 0,327 sedangkan R *square* sebesar 0,107. Sehingga dapat ditarik kesimpulan dari data tersebut bahwa variabel regulasi emosi *reappraisal* memengaruhi variabel kepuasan pernikahan sebesar 10,7% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar regulasi emosi *reappraisal*. Sedangkan hasil penghitungan dari variabel regulasi emosi *suppression* dan kepuasan pernikahan adalah 0,056 dengan R *square* sebesar 0,003. Sehingga dapat ditarik kesimpulan dari data tersebut bahwa variabel regulasi emosi *suppression* hampir tidak memengaruhi variabel kepuasan pernikahan, karena besar dari R *square* hanya 0,3%.

Berikut adalah tabel yang menampilkan hasil penghitungan indeks korelasi ganda (R):

Tabel 4.15 Uji Model Summary

Variabel	R	R Square	Adjusted R Square
Regulasi emosi <i>reappraisal</i> dan kepuasan pernikahan	0,327	0,107	0,088
Regulasi emosi <i>suppression</i> dan kepuasan pernikahan	0,056	0,003	0,019

Tabel 4.16 Tabel Uji Signifikansi Keseluruhan

Variabel	F hitung	F tabel	p (sig)	Interpretasi
Variabel regulasi emosi <i>reappraisal</i> dengan kepuasan pernikahan	5,510	4,04	0,023	Terdapat pengaruh
Variabel regulasi emosi <i>suppression</i> dengan kepuasan pernikahan	0,145	4,04	0,705	Tidak terdapat pengaruh

Kriteria pengujian:

Ho diterima Ha ditolak, jika  $F \text{ hitung} < F \text{ Tabel}$  dan nilai  $p > \alpha$

Ho ditolak Ha diterima, jika  $F \text{ hitung} > F \text{ tabel}$  dan nilai  $p < \alpha$

Hasil analisis regresi variabel regulasi emosi *reappraisal* dan kepuasan pernikahan menghasilkan F hitung sebesar 5,510 dengan nilai p sebesar 0,023. Jika nilai p dibandingkan dengan nilai  $\alpha = 0,05$  maka dapat disimpulkan  $p < \alpha$  yang artinya

hipotesis nol ( $H_0$ ) dalam penelitian ini ditolak, sedangkan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) pada penelitian ini diterima. Jika dibandingkan menggunakan F hitung dan F tabel, hasilnya F tabel sebesar 4,04 yang dapat diartikan F hitung  $>$  F tabel. Kesimpulan dari data F hitung adalah hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak sedangkan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima, dengan demikian terdapat pengaruh antara variabel regulasi emosi *reappraisal* dengan kepuasan pernikahan.

Sedangkan hasil analisis regresi variabel regulasi emosi *suppression* dan kepuasan pernikahan menghasilkan F hitung sebesar 0,145 dengan nilai p sebesar 0,705. Jika nilai p dibandingkan dengan nilai  $\alpha = 0,05$  maka dapat disimpulkan  $p > \alpha$  yang artinya hipotesis nol ( $H_0$ ) dalam penelitian ini diterima, sedangkan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) pada penelitian ini ditolak. Jika dibandingkan menggunakan F hitung dan F tabel, hasilnya F tabel sebesar 4,04 yang dapat diartikan F hitung  $<$  F tabel. Kesimpulan dari data F hitung adalah hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima sedangkan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) ditolak, dengan demikian tidak terdapat pengaruh antara variabel regulasi emosi *suppression* dengan kepuasan pernikahan.

**Tabel 4.17 Persamaan Regresi**

Variabel	Konstanta	Koefisien Regresi
Variabel regulasi emosi <i>reappraisal</i> dengan kepuasan pernikahan	1,548	0,1
Variabel regulasi emosi <i>suppression</i> dengan kepuasan pernikahan	1,468	0,006

Untuk koefisien regresi variabel regulasi emosi *reappraisal* sebesar 0,1, sedangkan konstanta variabel kepuasan pernikahan sebesar 1,548. Berdasarkan data di atas maka dapat ditentukan persamaan regresinya sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 1,548 + 0,01X$$

$$\text{Kepuasan pernikahan} = 1,548 + 0,1 \text{ Regulasi emosi } \textit{reappraisal}$$

Interpretasi dari persamaan regresi di atas adalah apabila kepuasan pernikahan (Y) naik sebesar satu kesatuan, maka regulasi emosi *reappraisal* (X) juga mengalami kenaikan sebesar 0,1.

Sedangkan jika koefisien regresi variabel regulasi emosi *suppression* sebesar 0,006, sedangkan konstanta variabel kepuasan pernikahan sebesar 1,468. Berdasarkan data di atas maka dapat ditentukan persamaan regresinya sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 1,468 + 0,006X$$

$$\text{Kepuasan pernikahan} = 1,468 + 0,006 \text{ Regulasi emosi } \textit{suppression}$$

Namun untuk persamaan di atas tidak dapat digunakan, karena regulasi emosi *suppression* tidak memengaruhi kepuasan pernikahan.

Dari hasil analisis di atas dapat diketahui bahwa pengaruh regulasi emosi *reappraisal* terhadap kepuasan pernikahan pasangan suami istri bersifat positif, artinya jika kemampuan meregulasi emosinya *reappraisal* baik maka kepuasan pernikahannya tinggi. Sedangkan untuk regulasi emosi *suppression* tidak memengaruhi kepuasan pernikahan. Kesimpulannya, terdapat pengaruh positif regulasi emosi *reappraisal* terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri.

#### **4.4 Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari analisis regresi menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima pada variabel regulasi emosi *reappraisal* dan kepuasan pernikahan, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara regulasi

emosi *reappraisal* terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri. Sedangkan untuk variabel regulasi emosi *suppression* terhadap kepuasan pernikahan hasil dari analisis regresinya adalah  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, yang berarti tidak terdapat pengaruh antara regulasi emosi *suppression* terhadap kepuasan pernikahan.

Pengaruh yang dihasilkan regulasi emosi *reappraisal* terhadap kepuasan pernikahan terhadap pasangan suami istri bersifat positif atau searah. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin baik individu dapat meregulasi emosinya maka akan ia akan merasakan kepuasan akan pernikahannya. Sebaliknya, jika individu tidak dapat meregulasi emosinya dengan baik maka ia kepuasan pernikahan yang dirasakannya rendah. Secara teoritik maka dapat disimpulkan jika individu dapat meregulasi emosinya dengan baik sehingga tidak adanya emosi yang dipendam atau dengan kata lain emosi yang dialami individu dapat tersalurkan dengan baik dan individu tersebut dapat meregulasinya secara tepat maka dampaknya terhadap pernikahan yang dijalani adalah merasa puas akan pernikahannya. Dalam penelitian ini regulasi emosi dapat memengaruhi kepuasan pernikahan sebesar 10,7% sedangkan 89,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor lainnya atau faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Pada regulasi emosi *suppression* terhadap kepuasan pernikahan tidak memberikan pengaruh yang signifikan, hanya sebesar 0,3% saja atau dapat dikatakan regulasi emosi *suppression* hampir tidak memengaruhi kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri. Menurut Gross dan John (2003) individu yang menggunakan regulasi emosi *suppression* kurang dapat mengekspresikan emosi positif maupun emosi negatif, kurang memiliki hubungan yang dekat secara emosional, serta memiliki level kesejahteraan yang rendah. Sehingga regulasi emosi *suppression* tidak berpengaruh terhadap kepuasan pernikahan.

Hasil penelitian ini dapat dikatakan sejalan dengan hipotesis yang dibuat, di mana hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri, hal tersebut dikarenakan pada masa awal pernikahan setiap pasangan memasuki tahap dimana mereka dituntut menyatukan banyak aspek yang berbeda dalam diri masing-masing (Hurlock, 1999). Selanjutnya

menurut Hurlock (1999) kemampuan suami istri dalam menyatukan perbedaan ini sangat ditentukan oleh kematangan penyesuaian diri di antara mereka sehingga mereka dapat membina hubungan baik dalam kehidupan pernikahan di masa-masa selanjutnya yang juga akan memengaruhi tingkat kepuasan mereka dalam pernikahan.

Hasil penelitian yang sama juga ditemui pada penelitian yang berjudul “The Relation Between Emotion Regulation Strategies and Marital Satisfaction of Youths in Sardasht” oleh Bisotoon Azizi, Loqman Radpey, dan Osman Alipour bahwa terdapat hubungan positif antara strategi regulasi emosi terhadap kepuasan pernikahan. Begitu juga dengan penelitian oleh Lian Bloch, Claudia M. Haase, dan Robert W. Levenson yang berjudul “Emotion Regulation Predicts Marital Satisfaction: More Than a Wives’ Tale”. Hasil dari penelitian tersebut adalah istri yang memiliki regulasi emosi yang baik memiliki kepuasan pernikahan yang tinggi karena ketika ia menghadapi konflik, ia dapat menangani konflik tersebut dengan lebih baik.

Kemampuan pasangan suami istri dalam meregulasi emosinya juga sudah pasti memengaruhi kepuasan pernikahan yang dijalani oleh mereka, terlebih pada pihak istri, di mana tugas utama dari istri seharusnya bukanlah bekerja. Hal ini dikarenakan menurut DeGenova (dalam Laura & Rumondor, 2012), alasan wanita untuk bekerja bisa disebabkan karena masalah ekonomi maupun tidak, namun alasan utama adalah kebutuhan finansial sehingga menyebabkan kedua pasangan harus bekerja. Dengan kondisi wanita bekerja, Scott Coltrane (dalam Strong, DeVault, & Cohen, dalam Laura & Rumondor, 2012) menyatakan bahwa wanita menjadi tertekan karena harus melakukan pekerjaan rumah tangga dan akhirnya tidak memiliki waktu luang yang cukup banyak bersama keluarganya. Ketika salah satu pasangan merasa tertekan dalam pernikahan yang dijalani dan bila ia tidak mampu meregulasi emosi atas tekanan yang ada pada dirinya, dapat dipastikan ia merasa tidak puas akan pernikahannya.

Lain hal jika ia mampu meregulasi emosinya dengan baik salah satunya dengan cara mengkomunikasikan apa yang ia rasakan kepada pasangannya dengan baik, dan pasangannya dapat memahami apa yang dirasakan oleh pasangannya tersebut, terjalinlah sebuah keharmonisan dan dapat disimpulkan bahwa pasangan suami istri

tersebut mencapai kepuasan akan pernikahannya. Sejalan dengan yang diungkapkan oleh Scanzoni (dalam DeGenova, dalam Laura & Rumondor, 2012) wanita baru akan mencapai kepuasannya ketika suami mau berbagi pekerjaan rumah tangga dengannya secara adil. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Blair; Pina dan Bengston; Suito (dalam Strong, DeVault, & Cohen, dalam Laura & Rumondor, 2012) mengungkap bahwa kepuasan pernikahan hanya diperoleh ketika ada ikatan yang adil dalam pembagian tugas rumah tangga.

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Silviani Jusup (2014) istri yang telah masuk pada usia dewasa awal lebih mampu melakukan cara pengingkaran ketika mengalami konflik dengan suaminya. Sehingga ketika pasangan suami istri mengalami konflik dalam rumah tangganya, dapat diprediksi baik pihak suami maupun pihak istri yang sudah masuk pada usia dewasa awal dapat menangani konflik dengan baik karena mereka dapat meregulasi emosinya dengan baik sehingga dapat mempertahankan pernikahan mereka.

Pada umumnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi pasangan suami istri yang masih termasuk pada fase awal pernikahan mereka jika ingin mencapai sebuah kepuasan pada pernikahan yang mereka jalani penting untuk mengelola emosi yang terjadi pada diri mereka dengan baik.

#### **4.5 Keterbatasan Penelitian**

Keterbatasan yang dialami oleh penulis selama melaksanakan penelitian ini adalah kesediaan dari responden dalam keikutsertaannya pada penelitian ini. Tidak sedikit responden yang tidak bersedia mengisi kuesioner penelitian dengan alasan karena pasangannya sudah menjadi responden penelitian, sehingga target penulis yang awalnya menginginkan kedua pasangan suami istri menjadi responden penelitian hanya tercapai dengan jumlah yang terbatas. Selanjutnya, secara metodologi penelitian ini kurang dapat menggali secara mendalam dinamika subjektif pada suami dan istri, seperti pengalaman, perasaan, terutama yang menyebabkan adanya perbedaan tingkat

kemampuan untuk meregulasi emosi antara suami dengan istri maupun istri dengan suami.