

Regulasi Emosi dan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Penikmat Drama Korea

Martini¹, Widi Astuti^{1*}, Nur Afni Safarina¹, Ika Amalia¹,

¹Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung
Jl. Raya Kaligawe KM. 4 Kota Semarang, Jawa Tengah, 50112 – Indonesia
Email: widi.astuti@unimal.ac.id

*Correspondence

Abstract:

The study aimed to see if there was a link between emotion regulation and social interaction in Korean drama students at Malikussaleh University. The respondent of this study was a student of Malikussaleh University which numbered 199 students. The data collection method in the study used a 24-item emotional regulation scale and a social interaction scale of 25 items. Analysis of the data using spearman correlations with correlation results showed there was a significant relationship leading in a positive direction. That is, the better the level of emotional regulation, the better the level of social interaction in students who enjoy Korean dramas at Malikussaleh University.

Keywords: *korean drama, social interaction, emotion regulation.*

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan regulasi emosi dengan interaksi sosial pada mahasiswa penikmat drama Korea di Universitas Malikussaleh. Responden penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Malikussaleh yang berjumlah 199 mahasiswa. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala regulasi emosi yang berjumlah 24 item dan skala interaksi sosial yang berjumlah 25 item. Analisis data menggunakan korelasi spearman dengan hasil korelasi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan mengarah ke arah yang positif. Artinya, semakin baik tingkat regulasi emosi maka semakin baik pula tingkat interaksi sosial pada mahasiswa penikmat drama Korea di Universitas Malikussaleh.

Kata kunci: drama korea, interaksi sosial, regulasi emosi

1. Pendahuluan

Mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar dijenjang lembaga perguruan tinggi, tugas utama mahasiswa yaitu dituntut untuk memiliki tanggung jawab dan kemandirian untuk menyelesaikan tugas akademik yang sudah ditetapkan untuk mencapai kompetensi kelulusan yang diharapkan oleh universitasnya (Wulan & Abdullah, 2014). Salah satu tayangan populer yang sedang booming dikalangan remaja dan mahasiswa pada saat ini adalah drama Korea yang mana drama Korea memiliki gaya tarik tersendiri bagi kalangan remaja dan mahasiswa dengan alur cerita yang menarik (Ardia, 2014).

Drama Korea merupakan drama yang di produksi dalam bahasa Korea dengan format miniseri di tayangkan di salah satu siaran televisi yang menggunakan bahasa Korea dan disertai dengan arti dengan menggunakan bahasa Indonesia (Ardia, 2014). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Prasanti dan Dewi (2020) menyatakan bahwa dampak negatif dari drama Korea adalah malas belajar, menunda pekerjaan, berkurangnya waktu istirahat dan belajar,

terdapat adegan dewasa, dan kekerasan yang dikhawatirkan yang akan ditiru. Sedangkan dampak positif dari drama Korea yaitu mendapatkan pengetahuan baru, meningkatnya pengetahuan baru, mengenal budaya pendidikan Korea Selatan, dan belajar bahasa baru. Penikmat drama Korea merupakan seberapa lama dan seberapa sering dirinya menonton drama Korea yang dilakukan, serta keseriusan dalam menonton dan daya konsentrasinya dalam menonton tayangan drama Korea tersebut (Istanti, 2019).

Fenomena drama Korea terlihat pada mahasiswa Universitas Malikussaleh berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan kepada 30 responden pada survey awal ini memperoleh hasil 83,3% mahasiswa Universitas Malikussaleh menyukai drama Korea. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Adita, dkk (2018) mengatakan bahwa salah satu dampak dari menonton drama Korea adalah meningkatnya perilaku konsumtif individu pada drama Korea sehingga mengabaikan hubungan sosial dengan lingkungannya. Interaksi sosial adalah hubungan sosial yang berkaitan dengan seorang individu ataupun kelompok yang memiliki hubungan timbal balik antara satu individu satu dengan individu lain atau suatu kelompok dengan kelompok lain (Muslim, 2013). Fenomena interaksi sosial yang mengindikasikan pada mahasiswa penikmat drama Korea di Universitas Malikussaleh terlihat tidak terjalin dengan baik berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan kepada 30 responden. Pada survey awal ini yang telah dilakukan oleh peneliti yang memperoleh hasil 64,2% interaksi sosial tidak terjalin dengan baik pada saat menonton dan setelah menonton drama Korea.

Hal ini berkaitan dengan syarat terjadinya interaksi sosial. Interaksi sosial memiliki dua syarat yang harus dipenuhi yaitu kontak sosial dan komunikasi, jika salah satu syarat interaksi sosial tidak terpenuhi maka interaksi sosial tidak dapat terjalin dengan baik. Interaksi sosial merupakan hubungan sosial yang berkaitan dengan hubungan antara perorangan, sekelompok masyarakat, dan hubungan antara perorangan dengan kelompok (Gerungan, 2004).

Interaksi sosial dipengaruhi oleh regulasi emosi berdasarkan hubungan interpersonal yang saling mempengaruhi antara regulasi emosi dan interaksi sosial sehingga dapat meregulasi emosi yang positif maupun negatif (Thompson, dkk dalam Gross, 2007). Regulasi emosi adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu untuk mengontrol perasaan, emosi dan lain sebagainya. Regulasi emosi dapat diartikan sebagai kemampuan diri individu untuk menahan segala suatu gejolak amarah dengan cara mengontrol emosi. Regulasi emosi dapat mempengaruhi pembentukan kepribadian dan menjadi salah satu perbedaan dari individu satu dengan individu yang lainnya (Yunis & Rahardjo, 2011).

Fenomena regulasi emosi yang mengindikasikan bahwa mahasiswa penikmat drama Korea di Universitas Malikussaleh meregulasi emosinya dengan baik. Hal ini berdasarkan pernyataan survey awal yang dilakukan kepada 30 responden pada survey awal ini mengenai regulasi emosi “apa yang kamu rasakan pada saat setelah menonton drakor dan hasil pernyataan tersebut memperoleh hasil 97,3% mengalami regulasi emosi yang ditandai dengan rasa kesal, marah, menangis dan lain sebagainya pada saat menonton drama Korea.

Regulasi emosi disebut sebagai suatu proses penilaian yang ditandai dengan evaluasi

kognitif pada suatu stimulus yang dilakukan untuk mengurangi dampak negatif dari respons yang diberikan oleh setiap stimulus (Gross, 2007). Menurut Frijda (dalam Nisfiannoor & Kartika, 2004) regulasi emosi adalah bentuk kontrol yang dapat mempengaruhi emosi yang dimiliki oleh seseorang, regulasi emosi juga dapat mempengaruhi perilaku pada pengalaman seseorang. Regulasi emosi berasal dari sumber sosial, sumber sosial ini adalah sebagian dari minat pada orang lain dan norma-norma dari interaksi sosial. Selain itu, regulasi emosi berupa pengungkapan emosi positif dan negatif yang mempengaruhi interaksi sosial (Fitri & Ikhwanisifa, 2016)

2. Metode

Metode penelitian yang di gunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa penikmat drama Korea di Universitas Malikussaleh berjumlah 199 responden. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala likert. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala interaksi sosial terdiri dari tiga aspek yaitu komunikasi, sikap, dan tingkah laku kelompok (Sarwono, 2018) dan skala regulasi emosi memiliki tiga aspek yaitu mengatur emosi dengan baik, mengendalikan emosi dengan sadar, dan mengendalikan stress dari masalah yang sedang dihadapi (Gross, 2007).

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS Statistics 22 (Statistical Package for the Social Sciences) dengan pengujian hipotesis melalui teknik analisis korelasi spearman. Analisis korelasi spearman ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dan mengetahui arah suatu hubungan (Priyatno, 2011).

3. Hasil

Deskripsi responden penelitian

Gambaran responden dalam penelitian ini sebanyak 199 mahasiswa. Berdasarkan jenis kelamin, usia, dan durasi menonton drama Korea dalam 1 minggu maka dapat di gambarkan penyebaran responden yang dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:

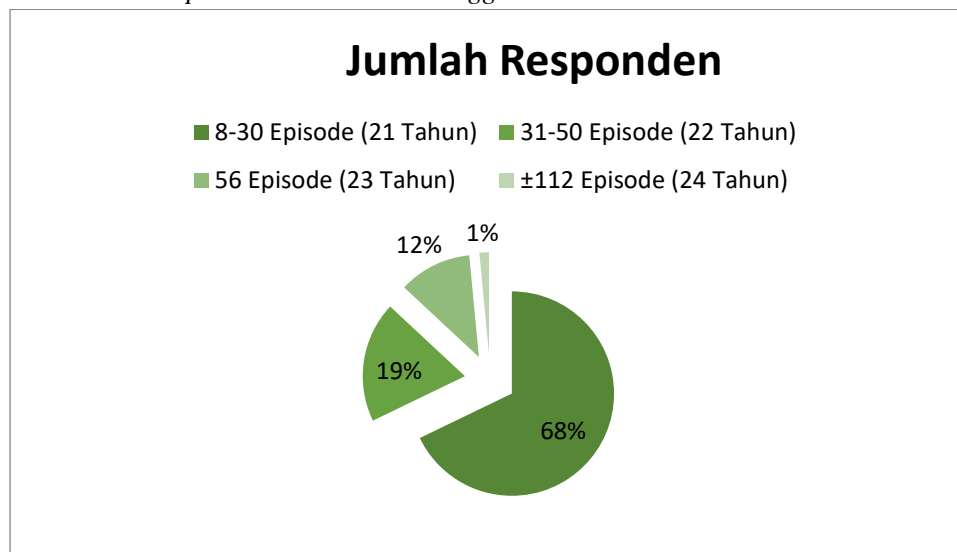
Tabel 1
Deskripsi Sampel Penelitian

Jenis kelamin	Usia				Jumlah	Persentase
	21 thn	22 thn	23 thn	24 thn		
Laki-laki	11	9	5	2	27	14%
Perempuan	109	31	4	28	172	86%

Berdasarkan jenis kelamin dan usia digambarkan penyebaran responden penelitian terbanyak adalah berjenis kelamin perempuan (86%) sedangkan laki-laki (14%).

Gambar 1.

Gambaran Responden dalam Satu Minggu Menonton Drama Korea



Berdasarkan usia digambarkan responden dalam 1 minggu menonton drama Korea penyebaran responden penelitian terbanyak adalah mahasiswa yang berusia 21 tahun dengan persentase (68%) sebanyak 8-30 episode. Hasil analisis deskriptif berikut ini menggambarkan ringkasan data penelitian yang membandingkan antara hasil penelitian hipotetik dan empirik. Deskripsi data hasil penelitian ini dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 2.

Deskriptif Data Penelitian

Variabel	Hasil Uji Empirik				Hasil Uji Hipotetik			
	X_{maks}	X_{min}	Mean	SD	X_{maks}	X_{min}	Mean	SD
Regulasi Smosi	92	5 2	72.2 8	7.21 0	96	24	60	12
Interaksi Sosial	10 0	4 8	71.1 5	8.67 0	100	25	60. 2	12.5

Berdasarkan hasil uji statistik analisis deskriptif secara empirik menunjukkan bahwa skala regulasi emosi memiliki 24 item pernyataan dengan jawaban minimum subjek X_{min} 52 dan X_{maks} 92 dengan nilai rata-rata (mean) 72.28 serta nilai *Std Deviation* (SD) sebesar 7.210. Sedangkan pada hasil uji statistik analisis deskriptif empirik pada skala interaksi sosial terdiri dari 25 pernyataan dengan jumlah X_{min} 48 dan X_{maks} 100 dengan nilai rata-rata (mean) 71.17 serta nilai *Std Deviation* (SD) 8.670.

Pada uji statistik deskriptif hipotetik, hasil analisis pada skala regulasi emosi yang terdiri dari 24 pernyataan jawaban subjek X_{\min} 24 dan X_{\max} 96 dengan nilai rata-rata (mean) 60 serta *Sdt Deviation* (SD) 12. Sedangkan pada skala interaksi sosial terdiri dari 25 pernyataan dengan jawaban subjek X_{\min} 25 dan X_{\max} 100 dengan nilai rata-rata (mean) 60.2 serta *Sdt Deviation* (SD) 12.5.

Berdasarkan hasil uji deskriptif tersebut terdapat batasan pengkategorian pada variabel regulasi emosi subjek yang terdiri dari dua kategori yaitu tinggi dan rendah (Gross, 2007). Regulasi emosi pada subjek penelitian ini sebagian besar berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 105 subjek yang memiliki persentase 52.8% seperti pada tabel berikut:

Tabel 3.
Kategorisasi Regulasi Emosi Responden

Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
$X \leq 73$	Rendah	94	47.2 %
$73 \leq X$	Tinggi	105	52.8 %
Jumlah	199		100 %

Sedangkan pada tabel 4 berikut menunjukkan regulasi emosi pada subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin dimana laki-laki sebagian besar memiliki regulasi emosi yang rendah (n=16; 59.3%), sedangkan perempuan sebagian besar memiliki regulasi emosi yang tinggi (n=94; 54.7%).

Tabel 4
Kategorisasi Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Kategori	Jumlah	Persentase
Laki-laki	Rendah	16	59.3 %
	Tinggi	11	40.7 %
Jumlah		27	100 %
Perempuan	Rendah	78	45.3 %
	Tinggi	94	54.7 %
Jumlah		172	100 %

Selain itu tabel 6 interaksi sosial sebagian besar responden penelitian berada pada kategori baik (n=101, 50.8%), dan sebanyak 98 responden (49.2%) yang memiliki interaksi sosial yang tidak baik atau buruk seperti pada tabel 5 berikut ini:

Tabel 5.
Kategori Interaksi Sosial Responden

Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
$X \leq 71$	Tidak Baik	98	49.2 %
$71 \leq X$	Baik	101	50.8 %
Jumlah		199	100 %

Tabel 6
Kategorisasi Interaksi Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis	Kategori	Jumlah	Persentase
Laki-laki	Baik	13	48.1 %
	Tidak Baik	14	51,9 %
Jumlah		27	100 %
Perempuan	Baik	88	51.2 %
	Tidak Baik	84	48.2 %
Jumlah		172	100 %

Berdasarkan dari tabel 6 di atas merupakan pengkategorian berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan menunjukkan bahwa interaksi sosial pada responden laki-laki sebagian besar berada di kategori tidak baik ($n=14$, 7.6%) meskipun hanya selisih satu orang dari responden yang memiliki interaksi sosial buruk ($n=13$, 8,1%). Begitu juga pada responden perempuan dimana responden yang memiliki interaksi sosial baik sebanyak 88 orang (51.2%), dan responden perempuan yang memiliki interaksi sosial buruk sebanyak 84 orang (48.2%).

Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis ini menggunakan analisis korelasi *spearman* dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (X) yaitu regulasi emosi dan variabel dependen (Y) yaitu interaksi sosial. Setelah mengetahui hasil dari uji normalitas dan linieritas maka peneliti melanjutkan pada uji hipoteses yang menggunakan uji analisis korelasi *spearman* yang merupakan salah satu uji untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan interaksi sosial.

Berdasarkan hasil uji hipotesis diketahui nilai korelasi *spearman* antara dua variable penelitian dengan tingkatan korelasi 0.571. Besar korelasi yang terjadi antara kedua variabel adalah 0.571 dengan angka sig.(2-tailed) adalah 0.000 lebih kecil dari 0.005 maka terdapat hubungan yang signifikansi antara kedua varibel regulasi emosi dan interaksi sosial ($0.000 < 0.05$) seperti yang ditunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 19.

Korelasi Regulasi Emosi dengan Interaksi sosial

Variabel	P_{hitung} (P)	Taraf Signifikansi	Keterangan
Regulasi Emosi Interaksi Sosial	0.571	0.000	Ada Hubungan

Koefisien korelasi sebesar 0.571 mengandung makna bahwa tingkatan kekuatan korelasi atau hubungannya adalah hubungan yang kuat. Angka koefien korelasi diatas bernilai positif yaitu sebesar 0.571 maka arah hubungan variabelnya adalah positif artinya semakin baik regulasi emosi maka semakin baik pula interaksi sosial pada mahasiswa penikmat drama Korea di Universitas Malikussaleh.

4. Diskusi

Hasil penelitian yang dilakukan pada 199 mahasiswa menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan interaksi sosial pada mahasiswa penikmat drama Korea. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil koefisien korelasi antara variabel terikat interaksi sosial dengan variabel bebas regulasi emosi diperoleh nilai korelasi spearman dengan nilai signifikansi 0.000 ($Sig\ 0.000 < 0.05$) maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Angka koefisien korelasi sebesar 57.1% sumbangan dari regulasi emosi untuk interaksi sosial berstatus kuat berdasarkan norma tingkat hubungan korelasi. Hal ini mengindikasikan mahasiswa penikmat drama Korea dapat meregulasikan emosinya dengan baik pada saat menonton drama Korea sehingga interaksi sosialnya baik. Hasil ini diindikasikan bahwa koefisien korelasi mengarah kearah positif. Artinya, semakin baik regulasi emosi maka semakin baik pula interaksi sosial pada mahasiswa penikmat drama Korea di Universitas Malikussaleh.

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menuntut ilmu pada tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi (Siswoyo dalam Pampilaya & Huliselan, 2016). Wulan dan Abdullah (2014) menambahkan bahwa mahasiswa memiliki peran penting dalam mewujudkan cita-cita, sementara itu perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan yang secara formal disertai tugas dan tanggung jawab mempersiapkan mahasiswa sesuai dengan tujuan pendidikan tinggi. Tayangan yang sedang populer di kalangan remaja atau mahasiswa sejak tahun 2002 hingga saat ini adalah drama Korea (Nurrahmadani, dkk 2020).

Drama Korea masuk ke Indonesia dengan membawa tontongan dengan berbagai genre yang di desain sedemikian rupa sehingga menarik untuk ditonton. Drama Korea disambut dengan baik oleh masyarakat yang memang menginginkan yang baru, sehingga masyarakat sangat antusias menonton drama Korea. Drama Korea biasanya dibuat dalam berbagai macam

episode yang banyak beredar digemari di Indonesia yang berjumlah belasan atau puluhan, biasanya penonton akan merasa penasaran jika belum selesai menonton semua episodenya. Tidak jarang para penggemar drama Korea menyelesaikan semua episode dalam semalam atau beberapa hari jika kecanduan dan rasa penasaran yang tinggi, mereka rela tidak tidur malam dan menahan rasa kantuk, mata sembab, dan banyak aktivitas yang di abaikan (Herpina & Amri, 2017).

Terdapat beberapa penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Nisfiannoor dan Kartika (2004) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan penerimaan kelompok teman sebaya yang merupakan bagian dari interaksi sosial. Hasil penelitian tersebut nilai korelasi sebesar 0.471 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan artinya semakin baik regulasi emosi yang dimiliki remaja maka semakin baik pula penerimaan kelompok sebayanya begitu dengan sebaliknya semakin buruk regulasi emosi yang dimiliki remaja maka semakin buruk pula penerimaan kelompok teman sebayanya.

Interaksi sosial merupakan sebuah proses sosial yang berkaitan dengan lingkungan, masyarakat, dan individu atau kelompok (Xiao, 2018). Interaksi sosial dapat dipengaruhi oleh regulasi emosi berdasarkan faktor regulasi emosi yaitu hubungan interpersonal. Hubungan interpersonal dengan regulasi emosi saling mempengaruhi satu sama lain yang memiliki tujuan yang sama yaitu untuk memiliki hubungan sosial dengan orang lain sehingga membentuk suatu kelompok atau individu sehingga menimbulkan hubungan timbal balik satu sama lain (Thompson, dkk dalam Gross, 2007). Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Fitri dan Ikhwanisifa (2016) yang mengatakan bahwa regulasi emosi berasal dari sumber sosial, sumber sosial ini merupakan bagian norma-norma interaksi sosial yang dapat mengungkap emosi positif dan negatif sehingga mempengaruhi interaksi sosial.

Dalam penelitian ini peneliti hanya mengambil responden mahasiswa penikmat drama Korea yang ada di Universitas Malikussaleh. Hal ini dikarenakan hasil survey awal terdapat banyak mahasiswa penikmat drama Korea berdasarkan survei awal dengan menggunakan 30 responden memperoleh 83,3% mahasiswa Universitas Malikussaleh menyukai drama Korea. Hasil uji kategorisasi pada variabel interaksi sosial menunjukkan bahwa sebanyak 49.2% memiliki kategori tidak baik, dan 50.8% memiliki interaksi sosial pada kategori baik. Berdasarkan hasil tersebut terlihat bahwa mahasiswa penikmat drama Korea paling banyak memiliki interaksi sosial pada kategori baik yang artinya mahasiswa penikmat drama Korea dapat menyesuaikan dirinya pada saat menonton drama Korea. Kemampuan bertinteraksi sosial mahasiswa meningkat ke arah yang lebih baik perlu didukung dan peran aktif yang memiliki hubungan yang baik dengan orang tua dan lingkungan. Semakin baik kemampuan berinteraksi sosial maka semakin baik pula suasana hati pada mahasiswa (Malentika, dkk 2017).

Malentika, dkk (2017) menambahkan bahwa mahasiswa yang memiliki kategori yang baik seperti mahasiswa yang selalu mengerjakan tugas kelompok, tidak memiliki musuh, bersikap ramah dengan teman, memiliki waktu berkumpul dengan keluarga serta memiliki

hubungan komunikasi yang baik dengan orang tua dan lingkungan sekitar. Interaksi sosial adalah hubungan antara satu individu dengan individu yang lain, satu individu dengan kelompok atau sebaliknya dan satu kelompok dengan kelompok lain (Sarwono 2018).

Selain itu, jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki interaksi sosial pada kategori tidak baik dengan persentase 7.6%. Sedangkan pada perempuan sebagian besar berada di kategori baik dengan persentase 51.2%. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Saragih, dkk 2018) yang mengatakan bahwa interaksi sosial adanya hubungan individu untuk melakukan komunikasi dengan lingkungan sekitarnya maka dari itu jenis kelamin merupakan suatu peran sosial antara laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan hasil uji korelasi aspek dari variabel interaksi sosial dengan variabel regulasi emosi terdapat hubungan erat antara aspek interaksi sosial dengan variabel regulasi emosi adalah aspek sikap dengan nilai korelasi sebesar 0.497. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Angelicha (2020) berdasarkan hasil penelitian yang dilakukannya adalah drama Korea dapat mempengaruhi perilaku atau sikap pada remaja yang menggemari drama Korea seperti gaya berbicara, make up, cara berpakaian dan lain sebagainya. Jika dikaitkan dengan hasil penelitian mengindikasikan bahwa sikap mahasiswa penikmat drama Korea sangat mengidolakan pemeran atau pemain drama Korea sehingga mahasiswa penikmat drama Korea mengikuti gaya menggunakan make up, membeli tas atau baju yang terdapat gambar aktor atau aktris pemain drama Korea dan lain sebagainya.

Sedangkan aspek yang memiliki hubungan yang paling lemah dengan variabel regulasi emosi adalah aspek komunikasi dengan nilai korelasi sebesar 0.382. Hal ini dapat disebabkan karena syarat utama dari interaksi sosial tidak terjalin dengan baik yaitu kontak sosial sehingga komunikasi juga tidak terjalin dengan baik (Sarwono, 2018). Hal tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Fernanda, dkk (2012) yang mengatakan bahwa syarat utama terjadinya interaksi sosial adalah kontak sosial dan komunikasi yang mana jika kedua syarat tidak terpenuhi maka interaksi sosial tidak dapat terjalin dengan baik.

Hasil dari kategorisasi regulasi emosi menunjukkan bahwa regulasi emosi (52.8%) kategori tinggi, dan (47.2%) pada kategori sedang. Penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi pada mahasiswa penikmat drama korea di Universitas Malikussaleh dominan pada kategori tinggi, artinya kemampuan regulasi emosi yang baik akan berpengaruh pada meningkatnya kemampuan mengontrol emosi dengan cara menghambat respon emosi negatif. Sedangkan kemampuan regulasi emosi yang rendah akan cenderung menghasilkan emosi negatif dan kemudian juga diekspresikan melalui perilaku marah atau kesal bahkan menunjukkan perilaku agresif (Makmuroch dalam Andriani, dkk 2017). Hal tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan Adriance dan Shaw (dalam Andriani, dkk 2017) yang mengatakan bahwa regulasi emosi adalah faktor protektif yang sama pentingnya dengan IQ dan pola asuh yang terstruktur serta hubungan antara orang tua pada anak yang hidup pada lingkungan yang beresiko tinggi.

Menurut Gross (2007) regulasi emosi adalah proses emosi yang di atur oleh seseorang

yang dapat mempengaruhi pengalaman dan ekspresi meluapkan emosi. Gross (2007) menambahkan regulasi emosi tidak hanya di alami pada emosi yang negatif saja, akan kesadaran emosi dapat membantu seseorang untuk mengontrol emosinya yang sedang di rasakan dan akan mengekspresikan respon yang positif dengan emosi yang sedang di alami oleh setiap individu yang di ekspresikan dengan bahagia dan lain sebagainya.

Akan tetapi, jika dilihat berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa berdasarkan jenis kelamin laki-laki sebagian besar berada di kategori rendah dengan persentase 59.3% sedangkan pada perempuan sebagian besar berada di kategori tinggi dengan persentase 47.2%. Laki-laki dan perempuan berada pada kategori yang berbeda artinya jenis kelamin tidak menentukan regulasi emosi seseorang. Hasil kategorisasi tersebut tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratnasari & Suleeman (2017), mengatakan bahwa secara umum laki-laki maupun perempuan memiliki regulasi emosi yang tinggi. Namun, laki-laki memiliki regulasi emosi yang lebih tinggi secara keseluruhannya dalam bentuk regulasi emosi positif atau negatif.

Berdasarkan hasil uji korelasi pada aspek dari regulasi emosi dengan variabel interaksi sosial terdapat hubungan erat pada aspek mengendalikan stress yang sedang dihadapi dengan angka korelasi 0.493. Artinya mengendalikan stress yang sedang dihadapi dapat menimbulkan suatu hal yang baik atau yang buruk, sehingga mahasiswa penikmat drama Korea membuat perencanaan meliputi mengajukan strategi tindakan, berpikir langkah yang harus diambil, serta bagaimana memilih cara terbaik dalam mengatasi masalah untuk menghindari hal yang buruk yang tidak di inginkan dengan cara menonton drama Korea sehingga dapat terhindar dari hal-hal yang buruk tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Mulyana, dkk (2020) mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi adalah usia, pendidikan, budaya, pola asuh dan jenis kelamin.

Sedangkan aspek yang paling lemah merupakan aspek mengendalikan emosi dengan sadar dengan angka korelasi 0.345. Hal ini mengindikasikan seorang individu mampu mengatur serta mengubah emosi dirinya, individu mampu tetap tenang ketika berada di bawah tekanan dengan memiliki keterampilan regulasi emosi (Gross, 2007).

Hasil penelitian lainnya mendapatkan usia dan jumlah episode yang mahasiswa habiskan menonton drama Korea dengan jumlah terbanyak adalah mahasiswa yang berusia 21 tahun dengan persentase (68%) dengan durasi menonton sebanyak 8-30 episode dalam 1 minggunya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri, dkk (2019) yang mengatakan bahwa penyebaran Korean Wave sasaran yang sangat tepat dan akurat yaitu pada kalangan remaja yang berusia 15-23 tahun yang mana remaja menganggap bahwa drama Korea merupakan sebuah hiburan dalam kehidupan mereka masing-masing.

5. Simpulan

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang mengukur ada tidaknya hubungan antara variabel regulasi emosi dan interaksi sosial pada mahasiswa penikmat drama korea di

Universitas Malikussaleh. Penelitian dilakukan terhadap 199 mahasiswa Universitas Malikussaleh. Setelah dilakukan pengolahan data dengan analisis korelasi spearman, maka dapat disimpulkan bahwa:

1) Hasil analisis korelasi menunjukkan nilai korelasi spearman dengan tingkat korelasi sebesar 0.571 yang menduduki tingkatan kategori kuat dengan taraf signifikansi > 0.05 yang berarti hipotesis diterima, maka terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan interaksi sosial pada mahasiswa penikmat drama Korea di Universitas Malikussaleh. Hal ini berarti semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi pula interaksi sosial. Sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi maka semakin rendah pula interaksi sosial.

2) Hasil korelasi peraspek antara variabel regulasi emosi dan interaksi sosial memiliki hubungan erat yang signifikan pada setiap variabelnya dan hasil korelasi signifikan mengarah ke arah positif. Artinya, semakin tinggi tingkat regulasi emosi maka semakin tinggi pula tingkat interaksi sosial pada mahasiswa Universitas Malikussaleh.

Penelitian ini menyarankan kepada responden penelitian dan penikmat drama Korea di Universitas Malikussaleh agar meningkatkan regulasi emosi demi memperoleh interaksi sosial yang baik, hal ini dikarenakan interaksi sosial yang baik sangat diperlukan oleh mahasiswa dalam menjalani aktifitas akademik. Peneliti selanjutnya disarankan agar dapat mengembangkan penelitian yang sama dengan menggali faktor lain misalnya faktor internal yang terdapat di variabel interaksi sosial yang dapat dikaitkan dengan faktor lain dari regulasi emosi sehingga dapat mengembangkan teori regulasi emosi dan interaksi sosial dengan baik dalam sebuah penelitian dan menambah jumlah sampel secara menyeluruh dengan penyebaran lokasi yang lebih luas agar hasil lebih baik. Instrument pada variabel penelitian ini dapat dikembangkan dengan bentuk lain agar dapat menggambarkan perilaku yang diharapkan.

Daftar Pustaka

- Adita, W. B., Rosmawati., & Yakub, E (2018). Perilaku kecanduan Menonton Drama Korea dan Hubungan Sosial pada Siswa SMPN 13 Pekanbaru. *Jurnal Jom Fkip*. 5 (1), 1-15. <http://garuda.ristekbrin.go.id/>
- Andriani, dkk. (2017). Efektivitas Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Meningkatkan Resiliensi Caregiver-Keluarga Pasien Skizofrenia. *Jurnal Intervensi Psikologi*. 9 (2), 2017: 254-273. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol9.iss2.art8>
- Angelicha, T., (2020). Dampak Kegemaran Menonton Tayangan Drama Korea Terhadap Perilaku Remaja. *Jurnal of Education, Psychology and Counseling*. 2 (1), 2020 ISSN Online : 2716-4446, 154-159. <http://ummaspul.e-journal.id/>
- Ardia, V. (2014). Drama Korea dan Budaya Populer. *Jurnal Komunikasi*. 2 (3), 12-18. <https://doi.org/10.30656/lontar.v2i3.337>
- Fernanda, dkk (2012). Hubungan Antara Kemampuan Berinteraksi Sosial Dengan Hasil Belajar. *Jurnal Ilmiah Konseling*. 1 (1) 2012: 1-7 <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>

- Fitri, A. R., & Ikhwanisifa. (2016). Regulasi Emosi pada Mahasiswa Melayu. *Jurnal Psikologi*, 12 (1), 2016 <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v12i1.3002>
- Gerungan, W. A. (2004). *Psikologi Sosial*. PT Refika Aditama. Grafindo Persada.
- Gross, J J. (2007). *Handbook Of Emotion Regulation*. New York: The Guilford Press.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation Conceptual. *Handbook of Emotion Regulation* Edited By James J. Gross. Guilford Publication <https://books.google.co.id/books?id=Jh811ZKqFH8C&lpg=PP1&hl=id&pg=PA4#v=onepage&q&f=true>
- Hayati, N., & Huda, S. (2018). Hubungan Antara Interaksi Sosial Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Desa Purworejo Kecamatan Bonang Kabupaten Demak. *Prosiding Hefa 3rd 2018*, P ISSN 2581 – 2270 : E ISSN 2614 – 6401 <http://prosiding.stikescendekiautamakudus.ac.id>
- Herpina & Amri, A (2017). Dampak Ketergantungan Menonton Drama korea Terhadap Perilaku Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*. 2 (2) 2017: 1-13 www.jim.unsyiah.ac.id/FISIP
- Istanti, N. A. (2019). Intensitas Menonton Tayangan Drama Korea dan Kebahagiaan Mahasiswa. *Jurnal Mahasiswa Psikologi*, 01 (1) 2019: 71-79 <https://eprints.uny.ac.id/>
- Malentika, dkk (2017). Hubungan Antara Interaksi Sosial Dengan Suasana Hati Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*. 11 (2) 2017: 97-106 <http://journal.binadarma.ac.id/index.php/jurnalpsyche>
- Mulyana, dkk (2020). Perbedaan Regulasi Emosi Ditinjau Dari Jenis Kelamin Mahasiswa Pada Pandemic Covid-19. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*. (2) 2020 E-ISSN: 2715-002X <http://jurnal.unissula.ac.id>
- Muslim, A. (2013). Interaksi Sosial dalam Masyarakat Multietnis. *Jurnal Diskursus Islam*. 1 (3), 2013. <https://doi.org/10.24252/jdi.v1i3.6642>
- Nisfiannoor, M., & kartika, Y. (2004). Hubungan Regulasi Emosi dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 2 (2), 2004 <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-4957>
- Nurrahmadani, dkk (2020). Pengaruh drama Korea terhadap fashion mahasiswa universitas al asyariah mandar. *Jurnal ilmu pemerintah & ilmu komunikasi*. 5 (2) 2020: 161-166 p-ISSN: 2541-4364. e-ISSN: 2541-4372 <http://journal.lppm-unasman.ac.id>
- Papilaya, J. O & Huliselan. N. (2016). Identifikasi Gaya Belajar Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. 15 (1), 2016: 56-63 <http://doi.org/10.14710/jpu.15.1.56-63>
- Prasanti, R. P., & Dewi, A. I. N (2020). Dampak Korea (Korean Wave) Terhadap Pendidikan Remaja. *Jurnal Pendidikan*, 11 (2), 2020: 256-269 <https://doi.org/10.31849/lectura.v11i2.4752>
- Priyatno, D. (2011). *Buku Saku Analisis Statistik Data*. PT. BUKU SERU

-
- Putri, K. A., dkk (2019). Korean Wave dalam Fanatisme Dan Konstruksi Gaya Hidup Generasi Z. NUSA, 14 (1), 2019: 125-135 <https://doi.org/10.14710/nusa.14.1.125-135>
- Ratnasari, S., & Suleeman, J (2017). Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-laki di Perguruan Tinggi. Jurnal Psikologi Sosial, 15 (01) 34-46. <http://doi:10.7454/jps.2017.4>
- Sarwono, S. W. (2018). Pengantar Psikologi Umum. PT. Rajagrafindo Persada
- Siswoyo, D. (2013). Pendidikan untuk Pencerahan & Kemandirian Bangsa. Ash-Shaff.
- Sugiyono. (2009). Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D. CV. Alfabeta
- (2016). Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D. CV. Alfabeta
- (2018). Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D. CV. Alfabeta
- (2019). Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D. CV. Alfabeta
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M (2014). Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi. Jurnal Sosio-Humaniora, 5 (1), 2014 ISSN 2087-1899: 55-74 <http://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/>
- Xiao, A (2018). Konsep Interaksi Sosial Dalam Komuniiasi, Teknologi, Masyarakat. Jurnal Komunikasi, 7 (2) 2018: 94-99. <http://dx.doi.org/10.31504/komunika.v7i2.1486>
- Yunis, A.N., & Rahardjo, P (2011). Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Sikap Anggota Polisi Sektor Polres Purbalingga Terhadap Efektifitas Kerja. Jurnal Psycho Idea, 9 (2), ISSN 1693-1079. <http://dx.doi.org/10.30595/psychoidea.v9i2.247>