

HUBUNGAN ANTARA *SENSE OF HUMOR* DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES PADA MAHASISWA YANG BEKERJA

Devi Nur Oktavia

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Devinuroktavia5@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *sense of humor* dan dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa yang bekerja. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *sense of humor* dan dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa yang bekerja. Semakin tinggi *sense of humor* dan dukungan sosial maka akan semakin rendah stres pada mahasiswa tersebut, sebaliknya semakin rendah *sense of humor* dan dukungan sosial maka akan semakin tinggi stres pada mahasiswa tersebut. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang menjalani kuliah dengan bekerja. Sedangkan sampel dalam penelitian ini berjumlah 100 responden mahasiswa yang menjalani kuliah dengan bekerja. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*. Metode pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *skala likert* yang berupa skala *sense of humor*, skala dukungan sosial dan skala stres. Sedangkan teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear berganda pada program *Statistic Package For Social Science* (SPSS) versi 20.0. Berdasarkan hasil perhitungan teknik analisis regresi linear berganda diperoleh nilai korelasi sebesar 0.330, $p = 0,004$ ($p < 0,05$). Artinya ada hubungan yang signifikan antara *sense of humor* dan dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa yang bekerja. Hasil dari penelitian ini diharapkan nantinya dapat memberikan sumbangsih dalam upaya penurunan stres dengan cara meningkatkan kepekaan humor atau *sense of humor* dan pentingnya dukungan sosial dari orang-orang terdekat agar stres yang terjadi pada individu dapat berkurang.

Kata Kunci : *Sense of Humor*, Dukungan Sosial, Stres

RELATIONSHIP BETWEEN SENSE OF HUMOR AND SOCIAL SUPPORT WITH STRESS IN STUDENTS WORKING

Devi Nur Oktavia

Faculty of Psychology, University of 17 August 1945 Surabaya

Devinuroktavia5@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between the sense of humor and social support with stress on working students. Hypothesis proposed in this research is there is relation between sense of humor and social support with stress at student work. The higher the sense of humor and social support will be the lower the stress on the student, the lower the sense of humor and social support will be the higher the stress on the student. The population in this study is a student of the University of 17 August 1945 Surabaya who went to college with work. While the sample in this study amounted to 100 student respondents who underwent lectures with work. The sampling technique is done by purposive sampling. Methods of data retrieval in this study using a likert scale in the form of a sense of humor scale, social support scale and stress scale. While the data analysis technique using multiple linear regression analysis in the program Statistic Package For Social Science (SPSS) version 20.0. Based on the calculation of multiple linear regression analysis, the correlation value is 0.330, $p = 0,004$ ($p < 0,05$). This means there is a significant relationship between the sense of humor and social support with stress on students who work. The results of this study are expected to contribute in the effort to reduce stress by improving the sensitivity of humor or sense of humor and the importance of social support from the people closest to the stress that occurs in individuals can be reduced.

Keywords: Sense of Humor, Social Support, Stress

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN COVER	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN	vii
CURRICULUM VITAE	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv.
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah	6
B. Tujuan dan Manfaat	6
1. Tujuan Penelitian	6
2. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Stres	7
1. Pengertian Stres.....	7

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres	7
3. Aspek-Aspek Stres	8
4. Indikator Stres.....	9
5. Dampak-dampak Stres.....	10
B. <i>Sense of Humor</i>	11
1. Pengertian <i>Sense of Humor</i>	11
2. Fungsi <i>Sense of Humor</i>	12
3. Aspek-Aspek <i>Sense of Humor</i>	12
4. Dimensi Humor.....	13
C. Dukungan Sosial	14
1. Pengertian Dukungan Sosial	14
2. Jenis-Jenis Dukungan Sosial	15
3. Manfaat Dukungan Sosial	15
4. Aspek-Aspek Dukungan Sosial	16
5. Indikator Dukungan Sosial	17
6. Faktor-Faktor Terbentuknya Dukungan Sosial	18
D. Kerangka Berfikir	18
E. Hipotesis	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Populasi dan Sampel	21
1. Populasi	21
2. Sampel	21
B. Desain Penelitian	22
C. Instrumen Pengumpulan Data	22
1. Stres	23
a. Definisi Opersional	23
b. Pengembangan Alat Ukur	23
c. Uji Alat Ukur	25

1) Uji Validitas	25
2) Uji Reliabilitas	25
2. <i>Sense of Humor</i>	27
a. Definisi Operasional	27
b. Pengembangan Alat Ukur	27
c. Uji Alat Ukur	28
1) Uji Validitas	28
2) Uji Reliabilitas	29
3. Dukungan Sosial	30
a. Definisi Operasional	30
b. Pengembangan Alat Ukur	30
c. Uji Alat Ukur	31
1) Uji Validitas	31
2) Uji Reliabilitas	32
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data	34
1. Uji Prasyarat	34
a. Uji Normalitas	34
b. Uji Linearitas.....	35
2. Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	37
A. Pelaksanaan Penelitian.....	37
B. Hasil Penelitan	37

C. Pembahasan	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	41
A. Kesimpulan	41
B. Saran	41
1. Bagi Lembaga	41
2. Bagi Subyek Penelitian	41
3. Bagi Peneliti Selanjutnya	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN-LAMPIRAN	46

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Skala Variabel Stres Sebelum Uji Coba.....	23
Tabel 2 Statistik Reliabilitas Skala Stres	25
Tabel 3 Blue Print Penelitian Skala Stres	25
Tabel 4 Skala Variabel <i>Sense of Humor</i> Sebeleum Uji Coba	27
Tabel 5 Statistik Reliabilitas Skala <i>Sense of Humor</i>	28
Tabel 6 Blue Print Penelitian Skala <i>Sense of Humor</i>	29
Tabel 7 Skala Variabel Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba.....	30
Tabel 8 Statistik Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	31
Tabel 9 Blue Print Penelitian Skala Dukungan Sosial	32
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas	33
Tabel 11 Hasil Uji Linearitas	34
Tabel 12 Kaidah Kekuatan Korelasi <i>Spearman's rho</i>	35

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. Karena berkat rahmat, nikmat dan karunia-NYA penulis telah dapat menyelesaikan laporan hasil penelitian (skripsi) yang berjudul “Hubungan Antara *Sense of Humor* dan Dukungan Sosial dengan Stres pada Mahasiswa yang Bekerja”. Shalawat dan salam penulis sanjungkan ke pangkuan pangkuan baginda Rasulullah Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia dari zaman kebodohan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat-syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi bagi mahasiswa program S1 di fakultas psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak untuk kesempurnaan skripsi yang telah penulis susun ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini banyak mengalami kendala dan kesulitan, namun berkat bantuan, bimbingan, kerjasama dari berbagai pihak dan berkah dari Allah SWT sehingga kendala-kendala dan kesulitan-kesulitan yang dihadapi tersebut dapat diatasi. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan kepada Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing satu dan Nindia Pratitis, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing dua yang telah dengan sabar, tekun, tulus dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga, pikiran dalam memberikan bimbingan, motivasi, arahan dan saran-saran yang sangat berharga kepada penulis selama menyusun skripsi.

Selanjutnya ucapan terima kasih penulis sampaikan pula kepada :

1. Dr. Suroso, MS, selaku dekan fakultas psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Diah Sofiah, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku kaprodi S1 fakultas psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing satu yang selalu memberikan motivasi dan sabar dalam membimbing terutama dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.
4. Nindia Pratitis, S.Psi, M.Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing dua yang selalu memberikan motivasi dan sabar dalam membimbing terutama dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Dr. Andik Matulesy, MSi.Psikolog, selaku dosen wali yang telah memberikan pengarahan dan nasehat selama masa perkuliahan di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
6. Bapak/Ibu Dosen dan seluruh sivitas akademika Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang memberikan ilmunya dengan tulus dan ikhlas dan sangat bermanfaat bagi penulis.
7. Ayah dan Ibuku tercinta Purwanto dan Nurhayati serta kakakku Ainul Ferianto, S.Pd dan adikku Avrill Maulana Mirza yang tak pernah letih memberikan dukungan dalam bentuk moral maupun material, terima kasih atas semua doa dan cinta yang tak pernah putus.
8. Untuk sahabatku tercinta, Nur Rahma Juswati, Umi Masruroh dan Sheito Gita K.C.D yang selalu memberikan semangat, doa dan dukungan dalam banyak hal.
9. Untuk sahabat SMA ku tercinta, Nadiyah Rahmi, Hanna Mardiyah, Mariyah Qibtiyah, dan Juwita Fitriana yang selalu mendoakan serta memberikan dukungan dan semangat dalam banyak hal.
10. Untuk Muhammad Reza Faturrochman yang selama ini memberikan doa, dukungan dan bantuan dalam hal apapun serta yang selalu sabar memahami

dan mendengarkan keluh kesah dan selalu mendampingi dalam keadaan susah maupun senang.

11. Untuk Rosita Mila, Reni Oktaviani, Yuni Budianti, teman-teman satu bimbingan skripsi dan seluruh teman-teman fakultas psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2014 yang telah saling membantu dan mendukung satu sama lain.
12. Seluruh subyek penelitian saya di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu dalam kelancaran skripsi ini. Serta semua pihak yang telah banyak membantu dalam penulisan skripsi ini yang belum disebutkan satu per satu oleh penulis.

Akhir kata penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, semoga karya penelitian ini dapat memberi manfaat bagi semua kalangan dalam bidang pendidikan. Amin.

Surabaya, 27 Juli 2018

Penulis

Devi Nur Oktavia

**HUBUNGAN ANTARA *SENSE OF HUMOR* DAN
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES PADA
MAHASISWA YANG BEKERJA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

DEVI NUR OKTAVIA
NBI: 1511405102

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2018**

**HUBUNGAN ANTARA *SENSE OF HUMOR* DAN
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES PADA
MAHASISWA YANG BEKERJA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

DEVI NUR OKTAVIA
NBI: 1511405102

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2018**

SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 27 Juli 2018



NBI.1511405102

TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : DEVI NUR OKTAVIA

NBI : 1511405102

**JUDUL : HUBUNGAN ANTARA *SENSE OF HUMOR* DAN
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES PADA
MAHASISWA YANG BEKERJA**

Surabaya, 26 Juli 2018

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

Nindia Pratitis, S.Psi., M.Si., Psikolog

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dan diterima untuk memenuhi sebagian Syarat-syarat
Guna memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal :

Dewan penguji:



1. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog

.....

2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

.....

3. Nindia Pratitis, S.Psi., M.Si., Psikolog

.....

Mengesahkan,

**Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dekan.**



Dr. Suroso, MS., Psikolog

**PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya mahasiswa:

Nama : Devi Nur Oktavia
Nomor Mahasiswa : 1511905102

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada Badan Perpustakaan UNTAG Surabaya karya ilmiah saya yang berjudul :
HUBUNGAN ANTARA SENSE OF HUMOR DAN DUKUNGAN
SOSIAL DENGAN STRES PADA MAHASISWA YANG BEKERJA

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada).

Dengan demikian saya memberikan kepada Badan Perpustakaan UNTAG Surabaya hak untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di Internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Surabaya

Pada tanggal : 06 Februari 2019

Yang menyatakan



(Devi Nur Oktavia)