

**HUBUNGAN *SENSE OF HUMOR* DENGAN  
*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MASA  
DEWASA AWAL**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Jefry Amando**

**202010515114**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA**

**2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan *Sense Of Humor* Dengan  
*Psychological Well-Being* Pada Masa Dewasa  
Awal

Nama Mahasiswa : Jefry Amando

Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515114

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 juli 2024



Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Sulistiasih, M.Si

NIDN. 0330086105

Rizma Afian Azhiim, S.IP., M.Si

NIDN. 0323129002

## LEMBAR PENGESAHAN

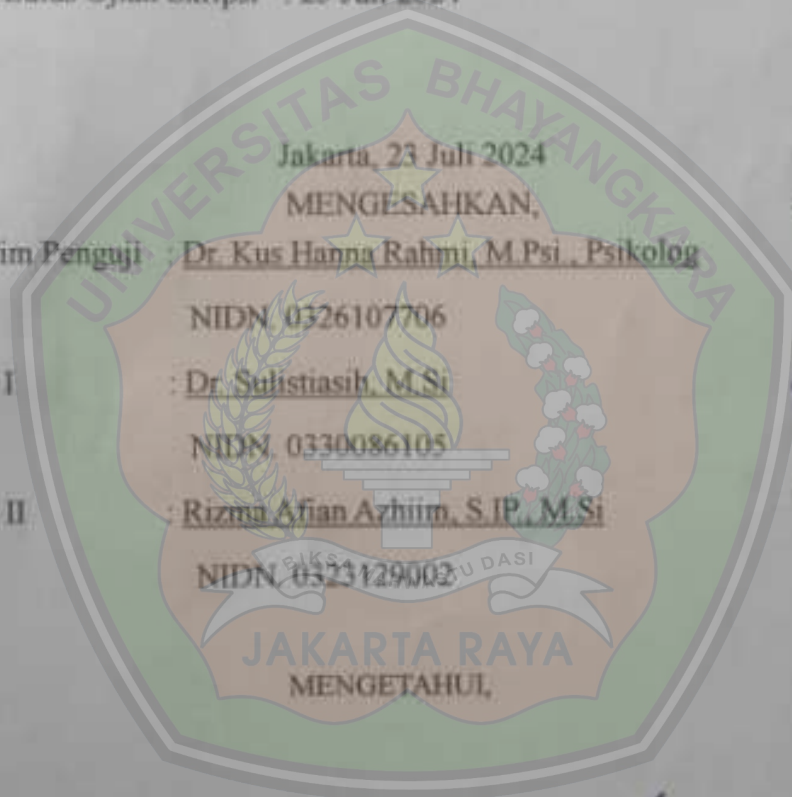
Judul Skripsi : Hubungan *Sense Of Humor* Dengan  
*Psychological Well-Being* Pada Masa Dewasa  
Awal

Nama Mahasiswa : Jefry Amando

Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515114

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 Juli 2024



Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.  
NIDN. 0314078503

Dr. Wustari L. Mangundjaya, M.Org. Psy. S.E. Psikolog  
NIDK. 8957830022



## ABSTRAK

**Jefry Amando. 202010515114.** Hubungan *Sense Of Humor* Dengan *Psychological Well-Being* Pada Masa Dewasa Awal.

Penelitian ini menjelaskan tentang hubungan *sense of humor* dengan *psychological well-being* pada masa dewasa awal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *sense of humor* dengan *psychological well-being* dengan menggunakan 129 responden yang berasal dari bekasi utara. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasional kuantitatif dengan bertujuan untuk melihat hubungan dari kedua variabel yang diteliti, yang dalam proses analisis data menggunakan bantuan *software* IBM SPSS 25. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan nilai sebesar koefisien korelasi spearman 0,492 atau  $p < 0,05$ . Nilai tersebut memberikan penjelasan bahwa *sense of humor* dengan *psychological well-being* memiliki hubungan yang positif. Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *sense of humor* dengan *psychological well-being* pada masa dewasa awal.

**Kata Kunci:** *sense of humor, psychological well-being, dewasa awal*

## ABSTRAK

**Jefry Amando. 202010515114.** *The Relationship of Sense Of Humor With Psychological Well-Being In Early Adulthood.*

*This study explains the relationship of sense of humor with psychological well-being In Early Adulthood. This study aims to determine whether there is a relationship between sense of humor dengan psychological well-being using 129 respondents from north bekasi. The method used in this study is quantitative correlational analysis with the aim of seeing the relationship of the two variables studied, which in the process of data analysis uses the help of IBM SPSS 25 software. The result in this study show a value of the spearman correlation coefficient of 0,492 atau  $p < 0,05$ . The value provides an explanation that sense of humor with psychological well-being has a positive relationship. Based on the result of research that show there is a relationship between sense of humor and psychological well-being in early adulthood.*

**Keywords:** *sense of humor, psychological well-being, early adulthood*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena dengan Rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik dan di waktu yang tepat dengan judul “Hubungan *Sense Of Humor* dengan *Psychological Well-Being* pada masa Dewasa Awal” untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak hal yang dihadapi oleh peneliti, oleh sebab itu peneliti menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bantuan, bimbingan serta nasehat dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, karena telah memberikan saya kelancaran dan kesehatan secara psikis maupun fisik sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bpk Prof. Adi Fahrudin., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Ibu Dr. Sulistiasih, M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang memberikan bimbingan dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini serta membagikan ilmu dengan sabar, saya ucapkan begitu banyak terima kasih.
4. Bapak Rizma Afian Azhiim, S.IP., M.Si selaku pembimbing ke dua yang telah memberikan saran, masukan, dan kritik terhadap skripsi ini untuk menjadi skripsi yang lebih baik.
5. Kepada seluruh Responden yang sudah membantu peneliti dalam proses penyebaran data dan meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner dan terus memberikan masukan serta dorongan agar skripsi jauh lebih baik.

6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membagikan ilmunya serta seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dalam pengurusan administrasi dan akademik selama perkuliahan.
7. Kedua orang tua saya Ayah Devolder Sitorus, Ibu Modesta Waryanti serta Desi Fransiska yang telah memberikan do'a dan dukungan secara finansial maupun mental dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan baik.
8. Terimakasih kepada Salsa Putri Andhina, Rizky Ramdhan Lubis, Amelia Sari Annur Thapsuandji Sandi Kusuma, Ka Intan Rizky Amalia, NI Komang Widi Krisna, Rafli Febriansyah, Dyah Rahayu, Salma Azzahra, Dimas Shakti, Bagoes Kristianto, Angellita Arnetta yang telah membantu penyebaran data dan mendukung proses penyelesaian skripsi dengan baik.
9. Terimakasih kepada Budhe Partini yang telah memberikan do'a dan dukungan secara finansial dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan baik.

Peneliti menyadari adanya kekurangan dalam penelitian ini, oleh karena itu peneliti sangat menerima kritik dan saran yang diberikan. Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi bidang ilmu psikologi maupun berbagai pihak.

Jakarta, 3 juli 2024

Jefry Amando

NPM: 202010515114

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<i>ABSTRAK</i> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	x
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat teoritis .....	10
1.4.2 Manfaat praktis .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>11</b>
2.1 <i>Psychological Well-Being</i> .....	11
2.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i> .....	11
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Psychological Well-Being</i> .....	12
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi <i>Psychological Well-Being</i> .....	14
2.1.4 Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i> .....	15
2.2 <i>Sense Of Humor</i> .....	16
2.2.1 Definisi <i>Sense Of Humor</i> .....	16
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Sense Of Humor</i> .....	17

2.2.3 Faktor- faktor <i>Sense Of Humor</i> .....	18
2.2.4 Alat Ukur <i>Sense Of Humor</i> .....	18
2.3 Hubungan Antar Variabel .....	19
2.4 Hipoteisi penelitian.....	20
2.5 Kerangka Berpikir Penelitian .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
3.1 Tipe Penelitian.....	21
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	21
3.2.1 Variabel Terikat ( <i>Dependent Variabel</i> ) .....	21
3.2.2 Variabel Bebas ( <i>Independent Variabel</i> ) .....	21
3.3 Definisi Operasional.....	22
3.3.1 Definisi Operasional <i>Sense Of Humor</i> .....	22
3.3.2 Definisi Operasional <i>Psychological Well-Being</i> .....	22
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian .....	22
3.4.1 Populasi Penelitian.....	22
3.4.2 Sampel Penelitian .....	23
3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	23
3.5 Teknik Pengambilan Data.....	24
3.5.1 Instumen Penelitian.....	24
3.5.2 Skala Penelitian.....	24
3.5.3 Validitas dan Reliabilitas .....	28
3.6 Analisis data .....	29
<b>BAB IV .....</b>	<b>30</b>
4.1 Profil Responden Penelitian .....	30
4.2 Pelaksanaan Penelitian .....	32
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	32

4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	34
4.2.3 Validitas dan Reabilitas Alat Ukur.....	34
4.3 Hasil Penelitian.....	38
4.3.1 Profil Demografis .....	38
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian .....	40
4.3.3 Kategorisasi Penelitian .....	41
4.3.4 Uji Hipotesis .....	45
4.4 Diskusi dan Pembahasan.....	47
<b>BAB V.....</b>	<b>51</b>
5.1 Kesimpulan.....	51
5.2 Saran.....	51
5.2.1 Saran Praktis .....	51
5.2.2 Saran Teoritis .....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>50</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>56</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Penilaian Skor Skala Likert .....	24
Tabel 3. 2 Blueprint Skala <i>Sense Of Humor</i> .....	25
Tabel 3. 3 Blueprint Skala <i>Psychological Well-Being</i> .....	26
Tabel 3. 4 Klasifikasi Skor Reabilitas .....	28
Tabel 4. 1 Profil Responden Penelitian .....	31
Tabel 4. 2 Validitas Skala <i>Sense Of Humor</i> .....	35
Tabel 4. 3 Validitas Skala <i>Psychological Well-Being</i> .....	36
Tabel 4. 4 Skor Reabilitas .....	37
Tabel 4. 5 Profil Demografis .....	38
Tabel 4. 6 Hasil Perhitungan Signifikansi .....	39
Tabel 4.7 Uji Asumsi Penelitian .....	40
Tabel 4. 8 Deskripsi Statistik Variabel <i>Sense Of Humor</i> .....	42
Tabel 4. 9 Kategorisasi Skor <i>Sense Of Humor</i> .....	43
Tabel 4. 10 Deskripsi Statistik <i>Psychological Well-Being</i> .....	44
Tabel 4. 11 Kategorisasi Skor <i>Psychological Well-Being</i> .....	45
Tabel 4. 12 Uji Korelasi <i>Sense Of Humor</i> dengan <i>Psychological Well-Being</i> .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 – Lembar Bimbingan Skripsi .....	
Lampiran 2 – Hasil Mini Survey .....	57
Lampiran 3 – Izin Penggunaan Alat Ukur .....	62
Lampiran 4 – Kuisisioner Penelitian .....	63
Lampiran 5 – Bukti Penyebaran Kuisisioner .....	64
Lampiran 6 – Hasil Perhitungan G-Power .....	66
Lampiran 7 – Hasil Uji Profil Responden .....	66
Lampiran 8 – Hasil Uji Validitas dan Reabilitas <i>Sense of Humor</i> .....	68
Lampiran 9 – Hasil Uji Validitas dan Reabilitas <i>Psychological Well-Being</i> .....	69
Lampiran 10 – Hasil Uji Normalitas .....	70
Lampiran 11 – Hasil Uji Linearitas .....	70
Lampiran 12 – Hasil Profil Demografi .....	70
Lampiran 13 – Hasil Uji Kategorisasi .....	70
Lampiran 14 – Hasil Uji Korelasi .....	71
Lampiran 15 – Hasil Uji Homogeneity .....	71
Lampiran 16 – Try Out Skala <i>Psychological Well-being</i> .....	72
Lampiran 17 – Try Out <i>Skala Sense Of Humor</i> .....	73
Lampiran 18 – Aitem Skala <i>Psychological Well-Being</i> .....	74
Lampiran 19 – Aitem Skala <i>Sense Of Humor</i> .....	82
Lampiran 20 – Data Mentah <i>Psychological Well-Being</i> .....	85
Lampiran 21 – Data Mentah <i>Sense Of Humor</i> .....	88