



**PERAN *HUMOR STYLES* TERHADAP STRES PADA  
*EMERGING ADULTS* DENGAN KEMATANGAN EMOSIONAL  
SEBAGAI MEDIATOR**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH:**

**MAGINDA LAIA**

**705140116**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**2018**



**PERAN *HUMOR STYLES* TERHADAP STRES PADA  
*EMERGING ADULTS* DENGAN KEMATANGAN EMOSIONAL  
SEBAGAI MEDIATOR**

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian**

**Sarjana Strata Satu (S-1) Psikologi**

**DISUSUN OLEH:**

**MAGINDA LAIA**

**705140116**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**2018**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Peran *Humor Styles* terhadap Stres pada *Emerging Adults* dengan Kematangan Emosional sebagai Mediator”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi dari Universitas Tarumanagara.

Selesainya penulisan skripsi ini tentu berkat dukungan dan bantuan yang diberikan beberapa pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Pertama peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga yang selama ini telah memberikan dukungan secara materi dan moral. Peneliti juga ingin berterima kasih kepada Ibu Dr. Rostiana, M.Si, Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian ini. Secara khusus peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada Ibu Monika, M.Psi dan Ko Erik Wijaya, M.Si selaku pembimbing skripsi yang telah rela meluangkan waktunya untuk mengarahkan, membimbing, mendukung, dan membantu peneliti selama skripsi. Kepada Bapak Yohanes Budiarto, S.Pd., M.Si yang telah memberikan konsultasi kepada peneliti saat pemilihan judul. Terima kasih juga kepada Ibu Dr. Riana Sahrani, M.Si dan Ibu Agustina, M.Psi yang telah membantu memberikan *expert judgement* dalam proses adaptasi kuesioner. Peneliti juga berterima kasih kepada seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara yang telah memberikan ilmunya sehingga peneliti dapat menyelesaikan studi sampai semester akhir.

Terima kasih kepada Cardinsa Gemelli Swantika, Maria Octaviana, Hanny Gunawan, Ray Caesarly Santosa, Vania, Elvina Salim, Petnas Epafres Sombu,

Elika Esterina Larope, Gabriella Veronica Jayanti, dan Grecia Michellike yang selalu memberikan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini. Kepada Giovan Saputra, Michael, Peiter Houtama, dan teman-teman lainnya yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, peneliti berterima kasih atas bantuannya dalam penyebaran kuesioner. Tidak lupa peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara yang telah membantu peneliti dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa terdapat beberapa kekurangan dalam penyusunan skripsi ini sehingga peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk membantu peneliti menjadi lebih baik ke depannya. Peneliti juga berharap skripsi ini dapat menambah wawasan bagi para pembaca. Sebagai penutup, mengutip dari Warkop DKI, peneliti ingin mengatakan “Tertawalah sebelum tertawa itu dilarang.” Terima kasih.

Tangerang, 28 Mei 2018

Maginda Laia

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	
DAFTAR ISI.....	
DAFTAR GAMBAR.....	
DAFTAR TABEL.....	
DAFTAR LAMPIRAN.....	
ABSTRAK.....	

### BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.....	
1.2 Rumusan Masalah.....	
1.3 Tujuan Penelitian.....	
1.4 Manfaat Penelitian	
1.4.1Manfaat Teoretis.....	
1.4.2Manfaat Praktis.....	
1.5 Sistematika Penulisan.....	

### BAB II KAJIAN PUSTAKA

#### 2.1 Humor

2.1.1 Definisi Humor.....	
2.1.2 Komponen Humor.....	
2.1.3 Kategori Humor.....	
2.1.4 <i>Humor Styles</i> .....	

#### 2.2 Stres

2.2.1 Definisi Stres.....	
2.2.2 Gejala Stres.....	
2.2.3 Penyebab Stres.....	
2.2.4 Dampak Stres.....	

#### 2.3 Kematangan Emosional

2.3.1	Definisi Kematangan Emosional.....	
2.3.2	Karakteristik Kematangan Emosional.....	
2.3.3	Tingkatan Kematangan Emosional.....	
2.3.4	Dimensi Kematangan Emosional.....	
2.4	<i>Emerging Adulthood</i>	
2.4.1	Definisi <i>Emerging Adulthood</i> .....	
2.4.2	Karakteristik <i>Emerging Adulthood</i> .....	
2.5	Peran <i>Humor Styles</i> terhadap Stres pada <i>Emerging Adults</i> dengan Kematangan Emosional sebagai Mediator.....	
2.6	Kerangka Berpikir.....	
2.7	Hipotesis Penelitian.....	

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1	Subjek Penelitian.....	
3.2	Jenis Penelitian.....	
3.3	Setting dan Peralatan Penelitian	
3.3.1	Setting Penelitian.....	
3.3.2	Peralatan Penelitian.....	
3.4	Pengukuran Penelitian	
3.4.1	Alat Ukur <i>Humor Styles</i> .....	
3.4.2	Alat Ukur Stres.....	
3.4.3	Alat Ukur Kematangan Emosional.....	
3.5	Prosedur Penelitian	
3.5.1	Tahapan Persiapan Penelitian.....	
3.5.2	Tahapan Pelaksanaan Penelitian.....	

3.6 Pengolahan dan Teknik Analisis Data.....

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1 Gambaran Subjek Penelitian.....

### 4.2 Gambaran Data Penelitian

4.2.1 Gambaran Data *Humor Styles*.....

4.2.2 Gambaran Data Stres.....

4.2.3 Gambaran Data Kematangan Emosional.....

4.3 Uji Normalitas Data.....

4.4 Analisis Data Utama Uji Peran *Humor Styles* terhadap Stres pada  
*Emerging Adults* dengan Kematangan Emosional sebagai Mediator.....

### 4.5 Analisis Data Tambahan

4.5.1 Uji Peran *Humor Styles* terhadap Stres pada *Emerging Adults*  
dengan Dimensi *Emotional Stability* dari Kematangan Emosional  
sebagai Mediator.....

4.5.2 Uji Peran *Humor Styles* terhadap Stres pada *Emerging Adults*  
dengan Dimensi *Emotional Progression* dari Kematangan  
Emosional sebagai Mediator.....

4.5.3 Uji Peran *Humor Styles* terhadap Stres pada *Emerging Adults*  
dengan Dimensi *Social Adjustment* dari Kematangan Emosional  
sebagai Mediator.....

4.5.4 Uji Peran *Humor Styles* terhadap Stres pada *Emerging Adults*  
dengan Dimensi *Personality Integration* dari Kematangan  
Emosional sebagai Mediator.....

4.5.5 Uji Peran *Humor Styles* terhadap Stres pada *Emerging Adults*

dengan Dimensi *Independence* dari Kematangan Emosional  
sebagai Mediator.....

**BAB V KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN**

5.1 Kesimpulan.....

5.2 Diskusi.....

5.3 Saran

5.3.1 Saran Teoretis.....

5.3.2 Saran Praktis.....

*Abstract*.....

**DAFTAR PUSTAKA**.....

**LAMPIRAN**.....



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Peran <i>self-enhancing humor</i> terhadap stress pada <i>emerging adults</i> dengan kematangan emosional sebagai mediator.....	44
Gambar 2	Peran <i>affiliative humor</i> terhadap stress pada <i>emerging adults</i> dengan kematangan emosional sebagai mediator.....	45
Gambar 3	Peran <i>self-defeating humor</i> terhadap stress pada <i>emerging adults</i> dengan kematangan emosional sebagai mediator.....	46
Gambar 4	Peran <i>aggressive humor</i> terhadap stress pada <i>emerging adults</i> dengan kematangan emosional sebagai mediator.....	47
Gambar 5	Peran <i>humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan kematangan emosional sebagai mediator.....	64
Gambar 6	Uji peran <i>affiliative humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan kematangan emosional sebagai mediator dengan menggunakan kalkulator Sobel.....	65
Gambar 7	Uji peran <i>self-enhancing humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan kematangan emosional sebagai mediator dengan menggunakan kalkulator Sobel.....	66
Gambar 8	Uji peran <i>aggressive humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan kematangan emosional sebagai mediator dengan menggunakan kalkulator Sobel.....	66
Gambar 9	Uji peran <i>self-defeating humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan kematangan emosional sebagai mediator dengan menggunakan kalkulator Sobel.....	67
Gambar 10	Peran <i>humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>emotional stability</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	68
Gambar 11	Peran <i>affiliative humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>emotional stability</i> dari kematangan	69

Gambar 12	emosional sebagai mediator..... Peran <i>self-enhancing humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>emotional stability</i> dari	
Gambar 13	kematangan emosional sebagai mediator..... Peran <i>aggressive humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>emotional stability</i> dari kematangan emosional sebagai	70
Gambar 14	mediator..... Peran <i>self-defeating humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>emotional stability</i> dari	71
Gambar 15	kematangan emosional sebagai mediator..... Peran <i>humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>emotional progression</i> dari kematangan	71
Gambar 16	emosional sebagai mediator..... Peran <i>affiliative humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging</i> <i>adults</i> dengan dimensi <i>emotional progression</i> dari	72
Gambar 17	kematangan emosional sebagai mediator..... Peran <i>self-enhancing humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>emotional progression</i> dari	73
Gambar 18	kematangan emosional sebagai mediator..... Peran <i>aggressive humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>emotional progression</i> dari	74
Gambar 19	Peran <i>self-defeating humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>emotional progression</i> dari	74
Gambar 20	kematangan emosional sebagai mediator..... Peran <i>humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>social adjustment</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	75 76

Gambar 21	Peran <i>affiliative humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>social adjustment</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	76
Gambar 22	Peran <i>self-enhancing humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>social adjustment</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	77
Gambar 23	Peran <i>aggressive humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>social adjustment</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	78
Gambar 24	Peran <i>self-defeating humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>social adjustment</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	78
Gambar 25	Peran <i>humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>personality integration</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	79
Gambar 26	Peran <i>affiliative humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>personality integration</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	80
Gambar 27	Peran <i>self-enhancing humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>personality integration</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	81
Gambar 28	Peran <i>aggressive humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>personality integration</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	81
Gambar 29	Peran <i>self-defeating humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>personality integration</i> dari	82

Gambar 30	kematangan emosional sebagai mediator..... Peran <i>humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>independence</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	83
Gambar 31	Peran <i>affiliative humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>independence</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	83
Gambar 32	Peran <i>self-enhancing humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>independence</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	84
Gambar 33	Peran <i>aggressive humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>independence</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	85
Gambar 34	Peran <i>self-defeating humor styles</i> terhadap stres pada <i>emerging adults</i> dengan dimensi <i>independence</i> dari kematangan emosional sebagai mediator.....	85

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	58
Tabel 2	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	59
Tabel 3	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Domisili.....	60
Tabel 4	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Fakultas.....	60
Tabel 5	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkatan Semester...	61
Tabel 6	Gambaran Data <i>Humor Styles</i> .....	62
Tabel 7	Gambaran Data Kematangan Emosional.....	63
Tabel 8	Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian.....	64

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Ijin Penyebaran Kuesioner.....	L-1
Lampiran 2	Blueprint Alat Ukur.....	L-3
Lampiran 3	Form Kuesioner Penelitian.....	L-9
Lampiran 4	Gambaran Subjek Penelitian.....	L-19
Lampiran 5a	Uji Reliabilitas Variabel <i>Humor Styles</i> Dimensi <i>Affiliative</i> <i>Humor</i> .....	L-21
Lampiran 5b	Uji Reliabilitas Variabel <i>Humor Styles</i> Dimensi <i>Self-enhancing Humor</i> .....	L-23
Lampiran 5c	Uji Reliabilitas Variabel <i>Humor Styles</i> Dimensi <i>Aggressive</i> <i>Humor</i> .....	L-25
Lampiran 5d	Uji Reliabilitas Variabel <i>Humor Styles</i> Dimensi <i>Self-defeating Humor</i> .....	L-27
Lampiran 5e	Uji Reliabilitas Variabel Stres.....	L-29
Lampiran 5f	Uji Reliabilitas Variabel Kematangan Emosional Dimensi <i>Emotional Stability</i> .....	L-30
Lampiran 5g	Uji Reliabilitas Variabel Kematangan Emosional Dimensi <i>Emotional Progression</i> .....	L-32
Lampiran 5h	Uji Reliabilitas Variabel Kematangan Emosional Dimensi <i>Social Adjustment</i> .....	L-34
Lampiran 5i	Uji Reliabilitas Variabel Kematangan Emosional Dimensi <i>Personality Integration</i> .....	L-36
Lampiran 5j	Uji Reliabilitas Variabel Kematangan Emosional Dimensi <i>Independence</i> .....	L-38
Lampiran 6	Uji Normalitas Data.....	L-40
Lampiran 7	Gambaran Data Penelitian.....	L-40
Lampiran 8	Analisis Data Utama Uji Regresi <i>Humor Styles</i> terhadap Stres dengan Kematangan Emosional sebagai Mediator....	L-41
Lampiran 9a	Analisis Data Tambahan Uji Regresi <i>Humor Styles</i> terhadap Stres dengan Dimensi <i>Emotional Stability</i> dari Kematangan Emosional sebagai Mediator.....	L-48
Lampiran 9b	Analisis Data Tambahan Uji Regresi <i>Humor Styles</i> terhadap Stres dengan Dimensi <i>Emotional Progression</i> dari Kematangan Emosional sebagai Mediator.....	L-55

Lampiran 9c	Analisis Data Tambahan Uji Regresi <i>Humor Styles</i> terhadap Stres dengan Dimensi <i>Social Adjustment</i> dari Kematangan Emosional sebagai Mediator.....	L-62
Lampiran 9d	Analisis Data Tambahan Uji Regresi <i>Humor Styles</i> terhadap Stres dengan Dimensi <i>Personality Integration</i> dari Kematangan Emosional sebagai Mediator.....	L-69
Lampiran 9e	Analisis Data Tambahan Uji Regresi <i>Humor Styles</i> terhadap Stres dengan Dimensi <i>Independence</i> dari Kematangan Emosional sebagai Mediator.....	L-76

## ABSTRAK

**Maginda Laia (705140116)**

**Peran Humor Styles terhadap Stres pada Emerging Adults dengan Kematangan Emosional sebagai Mediator (Monika, M.Psi & Erik Wijaya, M. Si); Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-xv; halaman 1-97, P1-P11, L1-L82)**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *humor styles* terhadap stres pada *emerging adults* dengan menggunakan kematangan emosional sebagai mediatornya. Penelitian ini melibatkan 498 *emerging adults* berusia 18-25 tahun dengan kesibukan sebagai mahasiswa. Alat ukur yang digunakan adalah *Humor Styles Questionnaire* yang telah diadaptasi Fauziah (2016), *Perceived Stress Scale* hasil adaptasi Lim (2015), dan adaptasi dari *Emotional Maturity Scale* (Singh & Bhargava dalam Dutta, 2016). Hasil analisis data melalui uji regresi menggunakan *Lisrel 8.8* menunjukkan bahwa peran *affiliative humor* terhadap stres adalah  $t = -3.96, p < .05$ . Peran *Self-enhancing humor* terhadap stres memiliki  $t = -2.24, p < .05$ . Setelah dimediasi kematangan emosional, kedua nilai  $t = -8.46, p < .05$ . Artinya kematangan emosional merupakan mediator dalam peran *affiliative humor* dan *self-enhancing humor* terhadap stres pada *emerging adults*.



*Kata kunci: Humor styles, stres, kematangan emosional, emerging adults*