



PERAN *HUMOR STYLE* TERHADAP STRES PADA PERAWAT

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

RAFAELA SHANIA LINETTA

705150065

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2019



PERAN *HUMOR STYLE* TERHADAP STRES PADA PERAWAT

**Skripsi ini Diajukkan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian Sarjana Strata Satu (S-1)
Psikologi**

DISUSUN OLEH:

RAFAELA SHANIA LINETTA


705150065

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2019

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
	SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH	
05 NOVEMBER 2010		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Rafaela Shania Linetta**

NIM : **705150065**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

Peran Humor Style terhadap Stres pada Perawat

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.


Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 23 Desember 2019

Yang Memberikan Pernyataan



Rafaela Shania Linetta

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
	SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH	
05 NOVEMBER 2010		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Rafaela Shania Linetta**
 N I M : **705150065**
 Alamat : **Taman Surya V Blok GG3 No. 21
 Jakarta 11840**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

Peran Humor Style terhadap Stres pada Perawat

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 23 Desember 2019

Yang Membuat Pernyataan



Rafaela Shania Linetta

LEMBAR PEGESAHAN SKRIPSI
PERAN HUMOR STYLE TERHADAP STRES PADA PERAWAT

Rafaela Shania Linetta

705150065



(Erik Wijaya, M.Si)

Pembimbing

Jakarta, Desember 2019

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara



(Dr. Rostiana, M.Si., Psi)

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

LEMBAR PEGESAHAN SKRIPSI
PERAN HUMOR STYLE TERHADAP STRES PADA PERAWAT

Rafaela Shania Linetta

705150065

PANITIA UJIAN



(Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, M.Si., Psi.)

Penguji I



(Debora Basaria, M.Psi., Psi.)

Penguji II



(Erik Wijaya, M.Si)

Penguji III

Kata Pengantar

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi tepat di tahun ini. Skripsi yang penulis susun dengan judul *Peran Humor Style terhadap Stres dan Konflik Peran Ganda pada Perawat* merupakan syarat untuk mendapat gelar sarjana program studi Psikologi. Dalam penyusunan skripsi ini, tidak lupa penulis berterima kasih kepada orang-orang yang telah berjasa bagi penulis.

Pertama, kepada Orangtua penulis yang telah mendukung penulis dari awal penulis menempuh pendidikan sarjana hingga penulis menyelesaikan penyusunan skripsi ini, terima kasih atas jasa dan pengorbanan penulis berterima kasih atas doa serta dukungannya dari awal perkuliahan hingga akhir.

kedua, kepada ko Erik Wijaya, M.Si, selaku dosen pembimbing. Terima kasih penulis ucapkan karena telah membantu penulis dalam menyusun skripsi ini dari awal pembuatan konsep hingga terakhir. Terima kasih telah memberi masukan bagi penulis, sehingga skripsi ini dapat selesai tahun ini.

ketiga, kepada ko Joshua Sandjaja selaku *Department Head* Human Capital tempat penulis bekerja yang telah membantu penulis telah memberikan saran dalam penyusunan skripsi, serta membantu penulis dalam perizinan menyebarkan kuisisioner. Tanpa adanya bantuan dari Ko Jo, penulis tidak dapat menyelesaikan skripsi tahun ini.

keempat, kepada teman-teman di HRD yang telah membantu penulis dalam memberikan data para partisipan penelitian dan mengizinkan penulis keluar saat jam kerja untuk mengumpulkan kuesioner. Penulis tidak dapat menyelesaikan skripsi ini tanpa adanya bantuan dari HRD, baik dalam memberi semangat dan juga dalam hal jumlah partisipan penelitian.

kelima, kepada Nursing and Development Division. Penulis tidak akan mampu menyelesaikan skripsi tanpa bantuan divisi keperawatan. Terima kasih atas kerjasamanya dalam hal membantu menyebarkan kuesioner penelitian.

keenam, kepada para perawat. Terima kasih penulis ucapkan karena mau meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner yang berguna bagi penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini. Bantuan yang telah diberikan sangatlah berarti bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi.

ketujuh, kepada teman saya, Melisa Prasetyo, S.Psi. Terima kasih atas dukungan serta semangat yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi. Terima kasih atas bantuannya dalam memberi referensi. Penulis berharap kita tetap menjalin hubungan yang baik meskipun sudah memiliki jalannya masing-masing. Semoga sukses selalu, dan semoga kita dapat bertemu di lain waktu.

Penulis berterima kasih kepada pihak-pihak yang belum disebutkan yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, terima kasi atas dukungan, semangat , serta doanya. Segala sesuatu tentunya ada kekurangan dan kelebihan, penulis menyadari tentunya penelitian ini tak luput dari kekurangan. Oleh sebab itu, peneliti terbuka akan saran serta kritik. Penulis sepenuhnya bertanggung jawab atas keseluruhan skripsi ini.

Jakarta, 08 November 2019

Rafaela Shania Linetta

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoretis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Sistematika Penulisan.....	6
BAB II KAJIAN TEORETIS.....	7
2.1 Stres	7
2.1.1 Definisi Stres	7
2.1.2 Komponen Stres.....	8
2.1.3 Faktor yang Menyebabkan Stres	9
2.1.4 Gejala Stres.....	10
2.2 Humor.....	11
2.2.1 Definisi Humor	11
2.2.2 Dimensi Humor	12

2.3 Perawat	13
2.4 Perkembangan Dewasa Awal	14
2.4.1 Perkembangan Fisik	14
2.4.2 Perkembangan Psikososial	15
2.4.3 Perkembangan Kognitif	15
2.5 Hubungan Stres dengan <i>Humor Style</i>	16
2.6 Kerangka Berpikir	17
2.7 Hipotesis Penelitian	18
BAB III METODE PENELITIAN	19
3.1 Karakteristik dan Responden Penelitian	19
3.1.1 Populasi dan Sampel Penelitian	20
3.1.2 Teknik Pengambilan Sampel	20
3.2 Jenis Penelitian	20
3.3 <i>Setting</i> dan Penelitian	21
3.3.1 <i>Setting</i> Penelitian	21
3.3.2 Peralatan Penelitian	21
3.4 Pengukuran Penelitian	21
3.4.1 Alat Ukur <i>Humor Style</i>	21
3.4.2 Alat Ukur Stres	24
3.5 Prosedur Penelitian	25
3.5.1 Persiapan Penelitian	25

3.5.2 Pelaksanaan Penelitian.....	25
3.6 Pengolahan dan Teknis Analisis Data.....	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	28
4.1 Gambaran Data dan Penggolongan Variabel Penelitian	28
4.1.1 Gambaran Dimensi Stres.....	28
4.1.2 Gambaran <i>Humor Style</i>	29
4.2 Gambaran Data Penelitian	31
4.2.1 Uji Normalitas Dimensi Stres	31
4.2.2 Uji Normalitas Dimensi <i>Humor Style</i>	31
4.3 Analisis Data Utama Peran <i>Humor Style</i> Terhadap Stres.....	31
4.3.1 Uji Peran Stres Terhadap <i>Self Defeating Humor</i> pada Perawat.....	31
4.3.2 Uji Peran Stres Terhadap <i>Affiliative Humor</i> pada Perawat	32
4.3.3 Uji Peran Stres Terhadap <i>Self Enhancing Humor</i> pada Perawat	32
4.3.4 Uji Peran Stres Terhadap <i>Aggressive Humor</i> pada Perawat.....	33
4.4 Analisis Data Tambahan Uji Peran <i>Self Defeating Humor</i> Terhadap Stres	33
4.4.1 Uji Peran Stres Mental Terhadap <i>Self Defeating Humor</i> pada Perawat.....	33
4.4.2 Uji Peran Stres Perilaku Terhadap <i>Self Defeating Humor</i> pada Perawat....	34
4.4.3 Uji Peran Stres Fisik Terhadap <i>Self Defeating Humor</i> pada Perawat	34
BAB V KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN	36
5.1 Kesimpulan	36
5.2 Diskusi.....	37

5.3 Saran.....	38
5.3.1 Saran Teoretis	38
5.3.2 Saran Praktis	39
Abstract	xiii
Daftar Pustaka	P-1
Lampiran	L-1

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Gambaran Subjek berdasarkan Usia	20
Tabel 2. Dimensi <i>Affiliative Humor</i>	22
Tabel 3. Dimensi <i>Self Enhancing Humor</i>	23
Tabel 4. Dimensi <i>Aggressive Humor</i>	23
Tabel 5. Dimensi <i>Self Defeating Humor</i>	24
Tabel 6. Dimensi Gejala Stres Mental	25
Tabel 7. Dimensi Gejala Stres Perilaku.....	25
Tabel 8. Dimensi Gejala Stres Fisik	26
Tabel 9. Gambaran Gejala Stres	29
Tabel 10. Gambaran Dimensi <i>Humor Style</i>	30
Tabel 11. Gambaran Uji Normalitas	31
Tabel 12. Uji Peran <i>Humor Style</i> dengan Stres	35
Tabel 13. Uji Peran <i>Self Defeating Humor</i> dengan Stres	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Ijin Penyebaran Kuesioner	L-1
Lampiran 2.	Blueprint Alat Ukur	L-1
Lampiran 3.	Kuesioner	L- 7
Lampiran 4.	Uji Reliabilitas <i>Affiliative Humor</i>	L-19
Lampiran 5.	Uji Reliabilitas <i>Self Enhancing Humor</i>	L-21
Lampiran 6.	Uji Reliabilitas <i>Aggresive Humor</i>	L- 23
Lampiran 7.	Uji Reliabilitas <i>Self Defeating Humor</i>	L-25
Lampiran 8.	Uji Reliabilitas Gejala Stres Mental	L-27
Lampiran 9.	Uji Reliabilitas Gejala Stres Perilaku	L-29
Lampiran 10.	Uji Reliabilitas Gejala Stres Fisik.....	L-31
Lampiran 11.	Uji Normalitas	L-33
Lampiran 12.	Regresi Humor Terhadap Stres	L-34
Lampiran 13.	Regresi <i>Self Defeating Humor</i> Terhadap Stres	L-36
Lampiran 14.	Regresi <i>Affiliative Humor</i> Terhadap Stres	L-37
Lampiran 15.	Regresi <i>Self Enhancing Humor</i> Terhadap Stres	L-39
Lampiran 16.	Regresi <i>Aggresive Humor</i> Terhadap Stres	L-40
Lampiran 17.	Regresi <i>Self Defeating Humor</i> Terhadap Gejala Stres Fisik	L-42
Lampiran 18.	Regresi <i>Self Defeating Humor</i> Terhadap Gejala Stres Perilaku	L-43
Lampiran 19.	Regresi <i>Self Defeating Humor</i> Terhadap Gejala Stres Mental	L-45
Lampiran 20.	Deskriptif Humor	L-47

Lampiran 21. Deskriptif StresL-48

ABSTRAK

Rafaela Shania Linetta (705150065)

Peran *Humor Styles* terhadap Stres Pada Perawat. (Erik Wijaya, M. Si.); Program Studi Psikologi. Program Sarjana Tarumanagara. (i-xiii, 1-39, P1-P2, L1-L21)

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *humor style* terhadap stres pada perawat dengan rentang usia dewasa awal. Stres dapat terjadi pada seorang perawat dengan peran ganda khususnya usia dewasa awal. Hal ini dapat diredakan dengan menggunakan humor. Humor yang dapat digunakan oleh seorang individu terbagi menjadi empat yaitu *affiliative humor*, *self enhancing humor*, *aggressive humor*, dan *self defeating humor*. Penelitian ini melibatkan perawat yang terdiri dari 68 responden berjenis kelamin wanita. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Humor Styles Questionnaire* oleh Martin et al. (2003), dan stres alat ukur kondisi stres UNTAR yang sudah diadaptasi dari Christian (2005). Hasil analisis data dengan menguji peran antara *self defeating humor* dengan stres $r = 0,501$, $p = 0,041$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat peran yang positif dan signifikan antara *self defeating humor* dengan stres, sedangkan pada *affiliative humor* berperan secara negatif, yaitu $r = 0,023$, $p = 0,930$ ($p > 0,05$), *self enhancing humor* berperan secara negative, yaitu $r = 0,019$, $p = 0,943$ ($p > 0,05$), dan *aggressive humor* berperan secara negatif yaitu $r = 0,210$, $p = 0,418$ ($p > 0,05$). Dengan demikian, seorang perawat usia dewasa muda yang menggunakan *self defeating humor* cenderung mengalami stres.

Kata Kunci : *humor style*, stres, dewasa awal, perawat.