

**PENGARUH SENSE OF HUMOR TERHADAP PSYCHOLOGICAL  
WELL-BEING MAHASISWA MERANTAU DARI LUAR PULAU  
JAWA DI JABODETABEK SELAMA PANDEMI COVID-19**



**PUTRI NATHANIA**

**1801617261**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2021**

# LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

“Pengaruh *Sense of Humor* terhadap *Psychological Well-Being* Mahasiswa Merantau dari Luar Pulau Jawa di JABODETABEK selama Pandemi COVID19”

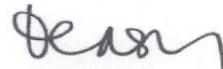
Nama Mahasiswa : Putri Nathania  
Nomor Registrasi : 1801617261  
Jurusan/Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : 13 Agustus 2021

Pembimbing I



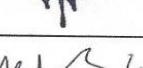
Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D  
NIP. 197512162006042001

Pembimbing II



Deasyanti, Ph.D  
NIP. 196612072005012001

### Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*	 	2 sep 21
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		2 - sept 21
Dr.phil. Zarina Akbar, M.Psi (Ketua Penguji)***		31 Agustus 2021
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Anggota)****		31 Agustus 2021
Rahmadianty Gazadinda, M.Sc (Anggota)		31 Agustus 2021

Catatan:

\*Dekan FPPsi

\*\*Wakil Dekan I

\*\*\*Ketua Penguji

\*\*\*\*Dosen Penguji selain pembimbing

## **LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

### **LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Putri Nathania  
NIM : 1801617261  
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “*Pengaruh Sense of Humor Terhadap Psychological Well-Being Mahasiswa Merantau dari Luar Pulau Jawa di JABODETABEK selama Pandemi COVID-19*” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juli 2021.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 31 Agustus 2021

Yang Membuat Pernyataan



(Putri Nathania)

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

### LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Putri Nathania  
NIM : 1801617261  
Fakultas/Prodi : Fakultas pendidikan Psikologi  
Alamat email : utrinata23@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Sense of Humor terhadap Psychological Well-Being Mahasiswa

Merantau dari Luar Pulau Jawa di JABODETABEK selama Pandemi

COVID-19

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta , 10 September 2021



( PUTRI-NATHANIA )  
*nama dan tanda tangan*

## LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*“Kesuksesan tidak serta merta hadir hanya karena manusia berusaha. Namun bukan berarti pula kita tidak melakukan apa-apa. Selama masih bernafas, maka masih ada kehidupan, maka masih ada harapan-sekecil apapun itu”*

*“Believe Yourself”*

*Inna Ma’al ‘usri yusra*

*“Sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan”*

Skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri karena telah berjuang hingga skripsi ini selesai. Skripsi ini juga saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yang tidak kenal lelah mendo’akan saya di setiap jalan yang saya hadapi. Serta teman-teman saya yang terus memberikan dukungan sehingga membuat saya tetap optimis

Saya persembahkan juga untuk mahasiswa rantau yang sedang berjuang di perantauan di tengah masa pandemi ini. Semoga sukses dan

*A gift for my 22<sup>nd</sup> birthday*

**PENGARUH SENSE OF HUMOR TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING MAHASISWA MERANTAU DARI LUAR PULAU JAWA DI JABODETABEK SELAMA PANDEMI COVID-19**

Putri Nathania

JAKARTA: PROGRAM STUDI PSIKOLOGI, FAKULTAS PENDIDIKAN  
PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

**ABSTRAK**

(2021)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *sense of humor* terhadap *psychological well-being* mahasiswa merantau dari luar pulau Jawa di JABODETABEK selama pandemi COVID-19. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan menyebarluaskan kuesioner melalui *google form* kepada 245 partisipan, yaitu 62 partisipan laki-laki dan 183 partisipan perempuan yang merupakan mahasiswa rantau di JABODETABEK. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur disposisi *sense of humor* adalah *Multidimensional Sense of Humor Scale*, sedangkan *psychological well-being* diukur dengan instrumen *The Scales of Psychological Well-Being*. Analisis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah dengan analisis regresi satu prediktor.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $F = 3,87$ ;  $p = 0,002 < 0,05$ , dengan nilai koefisien determinasi sebesar 0,051 atau 5,1%, maka artinya terdapat pengaruh positif *sense of humor* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa merantau dari luar pulau jawa di JABODETABEK selama pandemi COVID-19.

Kata Kunci: *Sense of Humor, Psychological Well-Being, Mahasiswa Merantau*

**THE EFFECT OF SENSE OF HUMOR ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING  
OF OVERSEAS STUDENTS FROM OUTSIDE JAVA ISLAND IN  
JABODETABEK DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

*Putri Nathania*

**JAKARTA: PSYCHOLOGY STUDY PROGRAM, FACULTY OF  
PSYCHOLOGY EDUCATION, STATE UNIVERSITY OF JAKARTA**

**ABSTRACT**

(2021)

*This study aims to find out the influence of a sense of humor on students psychological well-being traveling from outside of Java Island in JABODETABEK during the COVID-19 pandemic. The research approach used is a quantitative approach by disseminating questionnaires through google form to 245 participants, namely 62 male participants and 183 female participants who are regional students in JABODETABEK. The measuring instrument used to measure the disposition of humor is the Multidimensional Sense of Humor Scale. In contrast, the psychological well-being is measured by the instrument The Scales of Psychological Well-Being. Statistical analysis used to test hypotheses is by analyzing the regression of one predictor.*

*The results showed that  $F = 3.87$ ;  $p = 0.002 < 0.05$ , with a coefficient of determination of 0.051 or 5.1%, meaning a sense of humor influences psychological well-being in students traveling in JABODETABEK during the COVID-19 pandemic.*

*Keywords:* *Sense of Humor, Psychological Well-Being, Student Wandering*

## KATA PENGANTAR

Segala puji peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberi rahmat dan nikmatnya, yang membuat peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh *Sense of Humor* terhadap *Psychological Well-Being* Mahasiswa Merantau dari Luar Pulau Jawa di JABODETABEK selama Pandemi COVID-19”.

Peneliti menyadari dalam pembuatan skripsi ini masih dapat dikatakan belum sempurna. Keberhasilan dalam penyelesaian skripsi ini juga tidak terlepas dari andil dari berbagai pihak yang memberikan bantuan serta dukungannya kepada peneliti. Oleh karena itu, peneliti ingin berterima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. phil Zarina Akbar, M.Psi selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku Dosen Pembimbing I yang berperan besar dalam penyusunan skripsi ini dengan memberikan ilmu, kepercayaan, dan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini serta telah meluangkan waktunya, memberikan saran, kritik, dan memotivasi.
5. Dosen Pembimbing II, Ibu Deasyanti, Ph.D yang banyak memberikan masukan dan penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Dr. phil Zarina Akbar, M.Psi selaku Pembimbing Akademik yang telah memberi saran dan arahan selama penulis melaksanakan perkuliahan.
7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu selama peneliti menjalani kuliah.
8. Bapak dan Ibu di bagian Tata Usaha Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah banyak membantu peneliti untuk mengurus berbagai keperluan administrasi dan

surat menyurat selama menjalankan perkuliahan.

9. Seluruh mahasiswa rantau khususnya di JABODETABEK sebagai responden penelitian yang bersedia meluangkan waktunya dalam mengisi kuesioner penelitian ini.
10. Bapak, Ibu, Adik, dan keluarga besar yang selalu berdo'a tiada henti, memberikan motivasi, mendengarkan keluh kesah dan bahagia peneliti setiap saat, serta selalu menanyakan setiap *progress* yang dikerjakan.
11. Teman-teman dekat peneliti, Dinar, Abiyyah, Nurfalira, Yasmin, Laras, Naomi, Devy Septy, yang saya tidak dapat sebutkan satu persatu sebagai orang-orang yang selalu memberikan kenyamanan, mengingatkan tugas-tugas, dan pendengar setia setiap cerita hidup peneliti selama kuliah.
12. Teman-teman seperjuangan yang selalu berbagi keluh kesah dan saling memberikan semangat tiada henti serta memberikan motivasi, Khonila, Ocha, Shafira, Ilak, Winne, Aulia, Nabila A, Nabila Feb, Mega, Firda, Husna, Purnama, dan Kurnia.
13. Teman-teman "Erwin Ketawai Lovers" yang selalu memberikan semangat dan menghibur disaat masa-masa sulit mengerjakan skripsi.
14. Terkhusus untuk Limah, teman satu bimbingan skripsi yang berkontribusi banyak dalam pengerjaan skripsi serta memberikan semangat yang tiada henti kepada penulis.
15. Kakak tingkat yang mengajarkan serta membimbing dalam mengerjakan skripsi, Bang Irfan, Kak Tia, dan Kak Marthia Sari.
16. Teman satu bimbingan yang bertahan bersama peneliti dalam menjalani skripsi ini.
17. Teman-teman Psikologi UNJ angatan 2017 yang telah berbagi banyak hal selama perkuliahan sejak tahun 2017.

Jakarta, Agustus 2021

Peneliti

Putri Nathania

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	i
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI .....	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1    Latar Belakang Masalah.....	1
1.2    Identifikasi Masalah .....	8
1.3    Batasan Masalah .....	9
1.4    Rumusan Masalah .....	9
1.5    Tujuan Penelitian .....	9
1.6    Manfaat Penelitian .....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 <i>Psychological Well-Being</i> .....	11
2.1.1    Definisi Psychological Well-Being .....	11

2.1.2	Dimensi Psychological Well-Being .....	13
2.1.3	Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Psychological well-being</i> .....	16
2.1.4	Pengukuran Psychological Well-Being .....	18
2.2	Sense of Humor .....	19
2.2.1	Definisi Sense of Humor.....	19
2.2.2	Fungsi Sense of Humor .....	20
2.2.3	Dimensi Sense of Humor .....	22
2.2.4	Manfaat Sense of Humor .....	23
2.2.5	Pengukuran Sense of Humor.....	23
2.3	Mahasiswa Merantau .....	24
2.4	Hubungan antar Sense of Humor terhadap Psychological Well-Being .....	26
2.5	Kerangka Berpikir .....	28
2.6	Hipotesis penelitian.....	29
2.7	Penelitian yang Relevan .....	29
BAB III METODE PENELITIAN .....		31
3.1	Tipe Penelitian .....	31
3.2	Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian .....	31
3.2.1	Definisi Konseptual Variabel.....	32
3.2.2	Definisi Operasional.....	32
3.3	Populasi dan Sampel .....	33
3.3.1	Populasi.....	33
3.3.2	Sampel .....	33
3.3.3	Teknik Pengambilan Sampel .....	34
3.4	Teknik Pengumpulan Data .....	35
3.4.1	Instrumen Psychological Well-Being.....	35

3.4.2	Instrumen Sense of Humor .....	38
3.5	Uji coba instrumen .....	41
3.5.1	Hasil Uji Coba Validitas dan Realibilitas Instrumen <i>Psychological Well-Being</i> .....	41
3.5.2	Hasil Uji Coba Validitas dan Realibilitas Instrumen Sense of Humor ..	44
3.6	Analisis Data.....	45
3.6.1	Uji Statistik .....	45
3.6.2	Uji Normalitas.....	46
3.6.3	Uji Linearitas.....	46
3.6.4	Uji Korelasi .....	46
3.6.5	Uji Analisis Regresi.....	46
3.6.6	Uji Analisis Regresi.....	47
	BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	48
4.1	Gambaran Responden/Subjek Penelitian .....	48
4.1.1	Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Kategori Usia .....	48
4.1.2	Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....	49
4.1.3	Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Domisili .....	50
4.1.4	Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Asal Daerah .....	51
4.2	Prosedur Penelitian .....	53
4.2.1	Persiapan Penelitian.....	53
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian.....	55
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian .....	56
4.3.1	Variabel Sense of Humor.....	56
4.3.2	Variabel Psychological Well-Being .....	59
4.3.3	Uji Normalitas .....	63

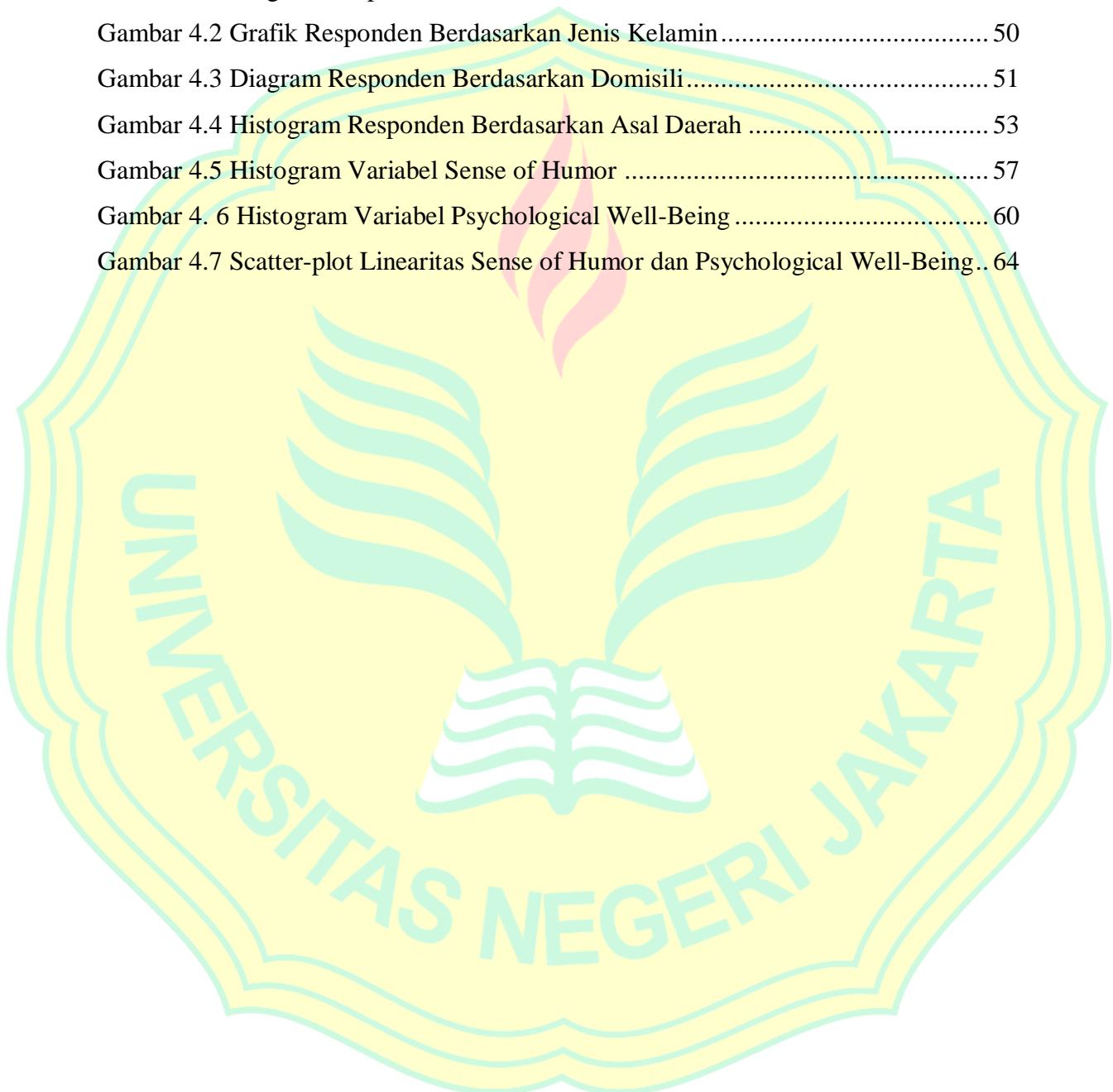
4.3.4	Uji Linearitas.....	64
4.3.5	Uji Korelasi .....	65
4.3.6	Uji Analisis Regresi.....	65
4.3.7	Uji Hipotesis .....	67
4.4	Pembahasan .....	68
4.5	Keterbatasan Penelitian .....	71
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....		72
5.1	Kesimpulan.....	72
5.2	Implikasi.....	72
5.3	Saran.....	73
5.3.1	Untuk Subjek Penelitian .....	73
5.3.2	Untuk Institusi .....	73
5.3.3	Untuk Peneliti Selanjutnya .....	73
DAFTAR PUSTAKA .....		74
LAMPIRAN .....		78
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....		89

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Respon Instrumen <i>The Scales of Psychological Well-Being</i> .....	36
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen The Scales of Psychological Well-Being.....	36
Tabel 3.3 Skala Respon Instrumen <i>Multidimensional Sense of Humor Scale</i> .....	39
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen MSHS .....	40
Tabel 3.5 Kategori Reliabilitas Guilford .....	41
Tabel 3.6 Validitas Butir Instrumen <i>The Scale of Psychological Well-Being</i> .....	42
Tabel 3.7 Validitas Butir Instrumen Multidimensional Sense of Humor Scale.....	44
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Usia.....	48
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Jenis Kelamin .....	49
Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Domisili .....	50
Tabel 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Asal Daerah.....	51
Tabel 4.5 Data Deskriptif Variabel Sense of Humor.....	56
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor <i>Sense of Humor</i> .....	58
Tabel 4.7 Kategorisasi Skor <i>Sense of Humor</i> Berdasarkan Jenis Kelamin .....	59
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor <i>Sense of Humor</i> Berdasarkan Usia .....	59
Tabel 4.9 Data Deskriptif Variabel <i>Pscyhological Well-Being</i> .....	60
Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Psychological Well-Being.....	62
Tabel 4.11 Kategorisasi Skor <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	62
Tabel 4.12 Kategorisasi Skor <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Usia .....	63
Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas dengan Perhitungan Kolmogrov-Smirnov.....	63
Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas Variabel <i>Sense of Humor</i> dan <i>Psychological Well-Being</i> .....	64
Tabel 4.15 Hasil Perhitungan Uji Korelasi .....	65
Tabel 4.16 Uji Signifikansi Keseluruhan ANOVA .....	65
Tabel 4.17 Hasil Koefisien Determinasi.....	66
Tabel 4.18 Koefisien Persamaan Regresi .....	66

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	28
Gambar 4.1 Diagram Responden Berdasarkan Usia .....	49
Gambar 4.2 Grafik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	50
Gambar 4.3 Diagram Responden Berdasarkan Domisili.....	51
Gambar 4.4 Histogram Responden Berdasarkan Asal Daerah .....	53
Gambar 4.5 Histogram Variabel Sense of Humor .....	57
Gambar 4. 6 Histogram Variabel Psychological Well-Being .....	60
Gambar 4.7 Scatter-plot Linearitas Sense of Humor dan Psychological Well-Being..	64



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Uji Coba Instrumen dengan IBM Statistic SPSS 25 .....	78
Lampiran 2. Data Demografi Subjek.....	80
Lampiran 3. Hasil Analisis Deskriptif Variabel Sense of Humor dan Psychological Well-Being .....	81
Lampiran 4. Hasil Uji Normalitas .....	82
Lampiran 5. Hasil Uji Linearitas .....	82
Lampiran 6. Hasil Uji Korelasi .....	83
Lampiran 7. Hasil Uji Analisis Regresi .....	83
Lampiran 8. Kuesioner Instrumen Final Skala Sense of Humor.....	84
Lampiran 9. Kuesioner Instrumen Final Skala Psychological Well-Being .....	85
Lampiran 10. Surat-Surat.....	86

