

**HUBUNGAN ANTARA *SENSE OF HUMOR* DAN STRES KERJA PADA
KURIR PERUSAHAAN JASA ANTAR BARANG DI JAKARTA**



**Fitri Hanifah
1801619095**

SKRIPSI

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

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Hubungan antara *Sense of Humor* dengan Stres Kerja pada Kurir Perusahaan Jasa Antar
Barang di Jakarta”

Nama Mahasiswa : Fitri Hanifah
Nomor Registrasi : 1801619095
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 25 Juli 2023

Pembimbing I




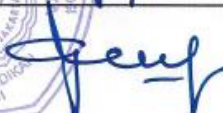

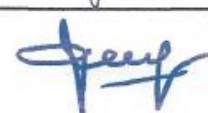
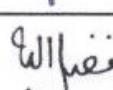
Adhissa Qonita, M.Psi.
NIP. 199211032020122016

Pembimbing II



Reny Rustyawati, M.A.
NIP. 199206082022032013

Panitia Ujian Sidang Skripsi

| Nama | Tanda Tangan | Tanggal |
|--|--|-----------------|
| Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)* |  | 07/07/23 |
| Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si (Wakil Penanggungjawab)** |  | 10/08/23 |
| Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Ketua Penguji)*** |  | 10 Agustus 2023 |
| Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si (Anggota)**** |  | 10 Agustus 2023 |
| Dr. R.A. Fadhallah, M.Si (Anggota)**** |  | 10 Agustus 2023 |

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji Selain Pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Fitri Hanifah

NIM : 1801619095

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Hubungan antara *Sense of Humor* dengan Stres Kerja pada Kurir Perusahaan Jasa Antar Barang di Jakarta” adalah:

- 1 Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari 2023 sampai dengan bulan Juli tahun 2023.
- 2 Bukan merupakan duplikasi skripsi atau karya inovasi yang pernah dibuat oleh 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, 5 September 2023

Yang membuat pernyataan


Fitri Hanifah

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Never give up, today is hard, tomorrow will be worse, but the day after tomorrow will be sunshine.”

- Jack Ma

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua dan kedua saudara kandung saya. Tidak lupa saya persembahkan skripsi ini kepada diri saya sendiri yang telah bertahan dan terus berjuang untuk menyelesaikan skripsi.



Menaceritakan dan
Memeristakan Bangsa

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021 – 4894221

Laman: 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 : Fitri Hanifah
NIM : 1801619095
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Psikologi
Alamat email : frhnhf@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:

Hubungan antara *Sense of Humor* dengan Stres Kerja pada Kurir Perusahaan Jasa Antar Barang di Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksekutif 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, 5 September 2023

Penulis



Fitri Hanifah

FITRI HANIFAH

**HUBUNGAN ANTARA SENSE OF HUMOR DENGAN STRES KERJA PADA
KURIR PERUSAHAAN JASA ANTAR BARANG DI JAKARTA**

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas
Negeri Jakarta, 2023.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *sense of humor* dengan stres kerja pada kurir perusahaan jasa antar barang di Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dimana hasil penelitian diuji menggunakan analisis korelasi *Pearson*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 152 responden, terdiri dari kurir perusahaan jasa antar barang di Jakarta. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah *Job Stress Scale* (JSS) yang disusun oleh Parker dan DeCotiis (1983) untuk mengukur variabel stres kerja dan *Multidimensional Sense of Humor Scale* (MSHS) yang dirancang oleh Thorson dan Powell (1993) untuk mengukur *sense of humor*. Hasil temuan memperoleh nilai $p = 0.644 > 0.05$, artinya variabel *sense of humor* tidak memiliki hubungan dengan stres kerja pada kurir perusahaan jasa antar barang di Jakarta.

Kata kunci: *Sense of Humor*, Stres Kerja, Kurir.

FITRI HANIFAH

THE RELATIONSHIP BETWEEN SENSE OF HUMOR AND JOB STRESS
IN COURIERS OF DELIVERY SERVICE COMPANY IN JAKARTA

Undergraduate Thesis

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas
Negeri Jakarta, 2023.

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between sense of humor and job stress in couriers of delivery service company in Jakarta. This study uses a quantitative method where the results of the study are tested using Pearson correlation analysis. The sampling technique used is non-probability sampling with purposive sampling. The sample in this study amounted to 152 respondents, consisting of couriers of freight forwarding company in Jakarta. The measuring instruments used in this study are the Job Stress Scale (JSS) developed by Parker and DeCotiis (1983) to measure job stress variables and the Multidimensional Sense of Humor Scale (MSHS) designed by Thorson and Powell (1993) to measure sense of humor. The results showed a value of $p = 0.644 > 0.05$, meaning that the sense of humor variable has no relationship with job stress in couriers of delivery service company in Jakarta.

Keywords: *Sense of Humor, Job Stress, Courier.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena atas Rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Sense of Humor* dengan Stres Kerja pada Kurir Perusahaan Jasa Antar Barang di Jakarta”. Kelancaran dalam proses penyusunan skripsi ini tentu tidak lepas atas banyaknya bantuan, dukungan, dan do’a dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M. Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D., selaku Wakil Dekan II, Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Phil. Zarina Akbar, M.Psi., selaku Koordinator Prodi Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Adhissa Qonita, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing pertama yang senantiasa meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk memberikan petunjuk, nasihat, masukan, serta dukungan sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Reny Rustiyawati, S.Pd, M.A. selaku dosen pembimbing kedua yang senantiasa meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk memberikan petunjuk, nasihat, masukan, serta dukungan sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi.
6. Ibu Mira Ariyani, Ph.D. selaku dosen penasihat akademik yang telah memberikan bantuan dan arahan selama peneliti menjalani perkuliahan.
7. Seluruh dosen Program Studi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dari awal masa perkuliahan hingga akhir.

8. Seluruh staf administrasi dan karyawan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu peneliti dalam mengurus proses administrasi selama perkuliahan.
9. Seluruh pihak responden yang telah meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam pengerjaan skripsi.
10. Mama dan Bapak yang selalu memberikan dukungan, kasih sayang, do'a, bantuan, dan perhatian, serta Kakak dan Adik peneliti yang telah memberikan dukungan dan hiburan kepada peneliti.
11. Teman dekat peneliti, Cantika dan Dias yang telah memberikan dukungan, bantuan, perhatian, dan bersedia mendengar keluh kesah peneliti selama pengerjaan skripsi.
12. Thrice, Gitri, Rere, Miai, Icha, Rei, Windy, dan Enno yang telah memberikan support, bantuan, dan mengisi hari-hari peneliti selama perkuliahan *online* dan pengerjaan skripsi.
13. Teman satu bimbingan, Dhilayla, Fahri, Lu'lu, Kea, Vinka, Charlos, dan Resqa yang telah membantu dan mendukung peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Rekan-rekan Psikologi UNJ Angkatan 2019 yang telah berjuang bersama-sama dari awal perkuliahan hingga akhir.
15. Semua pihak yang tanpa disadari sangat berkontribusi dan berjasa selama perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini.

Semoga kebaikan Bapak/ Ibu/Saudara diberikan balasan yang setimpal oleh Allah SWT. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi pembaca serta pengembangan ilmu pengetahuan. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak sempurna, sehingga kritik dan saran akan diterima dengan terbuka.

Jakarta, September 2023

Peneliti,

Fitri Hanifah

DAFTAR ISI

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA
SIDANG SKRIPSI**Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .Kesalahan! Bookmark tidak
ditentukan.

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHANKesalahan! Bookmark tidak
ditentukan.

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS** Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.

ABSTRAK v

KATA PENGANTAR..... vii

DAFTAR ISI..... iix

DAFTAR TABEL xiii

DAFTAR GAMBAR..... xiv

DAFTAR LAMPIRAN xv

BAB I PENDAHULUAN..... 1

1.1. Latar Belakang Masalah 1

1.2. Identifikasi Masalah 9

1.3. Pembatasan Masalah 10

1.4. Rumusan Masalah 10

1.5. Tujuan Penelitian..... 10

1.6. Manfaat Penelitian..... 10

1.6.1. Manfaat Teoritis 10

1.6.2. Manfaat Praktis 10

BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... 11

2.1. Stres Kerja 11

| | | |
|--|---|-----------|
| 2.1.1. | Definisi Stres Kerja..... | 11 |
| 2.1.2. | Dimensi Stres Kerja | 12 |
| 2.1.3. | Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja | 13 |
| 2.1.4. | Jenis Stres..... | 15 |
| 2.1.5. | Pengukuran Stres Kerja..... | 16 |
| 2.2. | <i>Sense of Humor</i> | 17 |
| 2.2.1. | Definisi <i>Sense of Humor</i> | 17 |
| 2.2.2. | Dimensi <i>Sense of Humor</i> | 18 |
| 2.2.3. | Faktor yang mempengaruhi <i>Sense of Humor</i> | 19 |
| 2.2.4. | Manfaat <i>Sense of Humor</i> | 22 |
| 2.2.5. | Fungsi <i>Sense of Humor</i> | 22 |
| 2.2.6. | Pengukuran <i>Sense of Humor</i> | 24 |
| 2.3. | Dewasa | 25 |
| 2.4. | Kurir | 26 |
| 1.4.1. | Definisi Kurir | 26 |
| 1.4.2. | Jam Kerja | 26 |
| 2.5. | Hubungan antara <i>Sense of Humor</i> dengan Stres Kerja..... | 28 |
| 2.6. | Kerangka Berpikir | 29 |
| 2.7. | Hipotesis | 30 |
| 2.8. | Penelitian yang Relevan | 30 |
| BAB III METODE PENELITIAN | | 33 |
| 3.1. | Tipe Penelitian..... | 33 |
| 3.2. | Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel..... | 33 |
| 3.2.1. | Definisi Konseptual..... | 34 |
| 3.2.2. | Definisi Operasionalisasi | 34 |
| 3.3. | Populasi dan Sampel | 34 |

| | | |
|--|---|-----------|
| 3.3.1. | Populasi..... | 35 |
| 3.3.2. | Sampel..... | 35 |
| 3.3.3. | Teknik Pengambilan Sampel..... | 35 |
| 3.4. | Teknik Pengumpulan Data | 36 |
| 3.4.1. | Instrumen Penelitian Stres Kerja..... | 36 |
| 3.4.2. | Instrumen Penelitian <i>Sense of Humor</i> | 37 |
| 3.5. | Uji Coba Instrumen | 38 |
| 3.5.1. | Hasil Uji Coba Instrumen Stres Kerja..... | 39 |
| 3.5.2. | Hasil Uji Coba Instrumen <i>Sense of Humor</i> | 40 |
| 3.6. | Analisis Data | 41 |
| 3.6.1. | Uji Statistik | 41 |
| 3.6.2. | Uji Normalitas..... | 41 |
| 3.6.3. | Uji Linearitas..... | 41 |
| 3.6.4. | Uji Korelasi | 42 |
| 3.6.5. | Uji Hipotesis | 42 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | | 43 |
| 4.1. | Gambaran Responden Penelitian..... | 43 |
| 4.1.1. | Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Jenis Kelamin..... | 43 |
| 4.1.2. | Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Usia | 44 |
| 4.1.3. | Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Domisili Kerja | 44 |
| 4.1.4. | Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Kurun Waktu Kerja. 45 | |
| 4.1.5. | Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Jam Kerja | 45 |
| 4.1.6. | Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Moda Kendaraan..... | 46 |
| 4.1.7. | Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Status Karyawan | 47 |
| 4.1.8. | Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Penghasilan | 47 |
| 4.1.9. | Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Pengeluaran..... | 48 |

| | | |
|---|---|-----------|
| 4.2. | Prosedur Penelitian | 48 |
| 4.2.1. | Persiapan | 48 |
| 4.2.2. | Pelaksanaan | 49 |
| 4.3. | Hasil Analisis Data | 50 |
| 4.3.1. | Data Deskriptif Stres Kerja | 50 |
| 4.3.2. | Data Deskriptif <i>Sense of Humor</i> | 51 |
| 4.3.3. | Kategorisasi Stres Kerja | 52 |
| 4.3.4. | Kategorisasi <i>Sense of Humor</i> | 53 |
| 4.3.5. | Tabulasi Silang | 53 |
| 4.3.6. | Uji Normalitas | 56 |
| 4.3.7. | Uji Linearitas | 56 |
| 4.3.8. | Uji Hipotesis | 57 |
| 4.4. | Pembahasan | 58 |
| 4.5. | Keterbatasan Penelitian | 62 |
| BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN | | 63 |
| 5.1. | Kesimpulan | 63 |
| 5.2. | Implikasi | 63 |
| 5.3. | Saran | 63 |
| 5.3.1. | Bagi Kurir | 64 |
| 5.3.2. | Bagi Perusahaan Ekspedisi | 64 |
| 5.3.3. | Bagi Penelitian Selanjutnya | 64 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 65 |
| LAMPIRAN..... | | 73 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrumen Stres Kerja | 37 |
| Tabel 3. 2 Skoring Instrumen Stres Kerja | 37 |
| Tabel 3. 3 Kisi-kisi Instrumen <i>Sense of Humor</i> | 38 |
| Tabel 3. 4 Skoring instrumen <i>Sense of Humor</i> | 38 |
| Tabel 3. 5 Kategori Reliabilitas Guilford..... | 39 |
| Tabel 3. 6 Analisis Item Stres Kerja..... | 40 |
| Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas <i>Job Stress Scale</i> | 40 |
| Tabel 3. 8 Analisis Item <i>Multidimensional Sense of Humor Scale</i> | 40 |
| Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas <i>Multidimensional Sense of Humor Scale</i> | 41 |
| Tabel 4. 1 Gambaran responden penelitian berdasarkan jenis kelamin | 43 |
| Tabel 4. 2 Gambaran responden penelitian berdasarkan usia | 44 |
| Tabel 4. 3 Gambaran responden penelitian berdasarkan domisili tempat kerja.... | 44 |
| Tabel 4. 4 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Kurun Waktu Kerja | 45 |
| Tabel 4. 5 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan jam kerja | 46 |
| Tabel 4. 6 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Moda kendaraan..... | 46 |
| Tabel 4. 7 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Status Karyawan | 47 |
| Tabel 4. 8 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Penghasilan | 47 |
| Tabel 4. 9 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pengeluaran..... | 48 |
| Tabel 4. 10 Data Deskriptif Stres Kerja | 50 |
| Tabel 4. 11 Data Deskriptif <i>Sense of Humor</i> | 51 |
| Tabel 4. 12 Kategorisasi stres kerja..... | 52 |
| Tabel 4. 13 Kategorisasi Skor <i>Sense of Humor</i> | 53 |
| Tabel 4. 14 Tabulasi Silang Stres Kerja dan Data Demografi..... | 54 |
| Tabel 4. 15 Tabulasi Silang Stres Kerja dan Data Demografi..... | 55 |
| Tabel 4. 16 Hasil Uji Linearitas <i>Sense of Humor</i> dengan Stres Kerja | 56 |
| Tabel 4. 17 Hasil uji korelasi..... | 57 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir | 30 |
| Gambar 4. 1 Grafik Scatterplot Linearitas | 57 |



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1 Verbatim Wawancara Studi Pendahuluan..... | 73 |
| Lampiran 2 Lembar Penjelasan dan Lembar Persetujuan..... | 87 |
| Lampiran 3 Hasil Analisis Item dan Uji Reliabilitas Stres Kerja..... | 91 |
| Lampiran 4 Hasil Analisis Item dan Uji Reliabilitas Sense of Humor | 93 |
| Lampiran 5 Kuesioner Penelitian..... | 97 |
| Lampiran 6 Hasil Uji Asumsi..... | 102 |
| Lampiran 7 Uji Hipotesis..... | 104 |
| Lampiran 8 Hasil Analisis Deskriptif..... | 105 |
| Lampiran 9 Grafik Gambaran Responden Penelitian | 106 |
| Lampiran 10 Hasil Tabulasi Silang Stres Kerja | 109 |
| Lampiran 11 Hasil Tabulasi Silang Sense of Humor | 111 |
| Lampiran 12 Surat Pernyataan Validasi Instrumen..... | 112 |
| Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup Peneliti | 116 |