

**HUBUNGAN KEPEKAAN HUMOR DENGAN STRES
PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN
SKRIPSI DI PRODI PSIKOLOGI ISLAM FAKULTAS
USHULUDDIN DAN HUMANIORA UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI (UIN) ANTASARI BANJARMASIN**

SKRIPSI

Oleh:

MAR'IE HANA MAULIDA

NIM. 1401451612



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
BANJARMASIN
2018**

**HUBUNGAN KEPEKAAN HUMOR DENGAN STRES
PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN
SKRIPSI DI PRODI PSIKOLOGI ISLAM FAKULTAS
USHULUDDIN DAN HUMANIORA UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI (UIN) ANTASARI BANJARMASIN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Program Sarjana
Psikologi Islam

Oleh:

Mar'ie Hana Maulida
NIM. 1401451612



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN
2018**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mar'ie Hana Maulida
NIM : 1401451612
Tempat Tanggal Lahir : Banjarmasin, 02 Agustus 1995
Jurusan : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul: “Hubungan Kepakaan Humor Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 28 Agustus 2018

Yang membuat pernyataan,

Mar'ie Hana Maulida
NIM. 1401451612

PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN KEPEKAAN HUMOR DENGAN STRES PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI PRODI PSIKOLOGI ISLAM FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) ANTASARI BANJARMASIN

Yang dipersembahkan dan disusun oleh:

**Mar'ie Hana Maulida
NIM. 1401451612**

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dapat diajukan kepada Dewan Pengaji

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Yulia Hairina,M.Psi,Psikolog

Imadduddin,M.A

NIP. 19840318012011 2 009

NIP. 19820925201503 1 004

Mengetahui,

Ketua Jurusan Psikologi Islam

Yulia Hairina,M.Psi,Psikolog

NIP. 19840318012011 2 009

Banjarmasin, 28 Agustus 2018

PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN KEPEKAAN HUMOR DENGAN STRES PADA
MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI PRODI
PSIKOLOGI ISLAM FAKULTAS USHULUDDIN DAN
HUMANIORA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
ANTASARI BANJARMASIN**

Dipersembahkan dan disusun oleh:

**Mar'ie Hana Maulida
NIM.1401451612**

Telah Diajukan pada Tim Pengaji

Pada: Hari Senin, 10 September 2018

Tim Pengaji

Nama	Tanda Tangan
1. Dra. Mulyani, M.Ag (Ketua)	1
2. Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog (Anggota)	2
3. Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog (Anggota)	3
4. Imadduddin, M.A (Anggota)	4
5. Mahdia Fadhila, M. Psi, Psikolog (Notulis)	5

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora
UIN Antasari Banjarmasin

Dr. Irfan Noor, M.Hum
NIP. 19710414 200312 1 005

ABSTRAK

Mar'ie Hana Maulida. 1401451612 “*Hubungan Kepekaan Humor Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin*” Skripsi Jurusan Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, 2018, Pembimbing: (1) Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog. Pembimbing (2) Imadduddin, M.A.

Kata Kunci : Kepekaan Humor, Stres, Skripsi, Mahasiswa

Mahasiswa seringkali dilanda stres baik dengan tugas perkuliahan dan juga tugas akhir skripsi yang wajib ditempuh mahasiswa tingkat akhir sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana. Oleh karena itu, mahasiswa yang menghadapi stres dalam pengerjaan skripsi memerlukan suatu strategi atau upaya yang efektif untuk menghadapi dan mengatasi masalah tersebut. Salah satunya dengan menggunakan kepekaan humor. Para ahli menyatakan bahwa humor dapat menimbulkan refleks tertawa dan tertawa merupakan obat terbaik untuk melawan stres. Dengan kepekaan humor mahasiswa setidaknya merasa tekanan yang di alaminya sedikit berkurang dan kembali stabil atau normal.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepekaan humor dengan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan teknik *Purposive Sampling*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa aktif Prodi Psikologi Islam angkatan 2013 dan 2014 yang berjumlah 52 orang. Instrumen pengumpulan data menggunakan Skala *Likert* dan analisis data menggunakan korelasi *Product Moment* dengan bantuan *SPSS (Statistical Program for Social Service) for window versi 21*.

Berdasarkan hasil perhitungan dengan *SPSS*. Menunjukkan kategori subjek pada variabel kepekaan humor diperoleh 33 subjek dari 42 subjek atau 78,6% termasuk kategori sedang. Sedangkan hasil perhitungan pada variabel stres 36 subjek dari 42 subjek atau 85,7% termasuk kategori sedang. Karena nilai r hitung yang didapat $(-0,668) > r$ tabel ($\text{sig } 5\% = 0,304$) ($p \text{ value} < 0,05$). Hal ini sesuai dengan hipotesis peneliti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepekaan humor dengan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin.

MOTTO

*"Jangan bandingkan prosesmu dengan orang lain,
karena tak semua bunga tumbuh dan mekar bersamaan"*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ
وَالْمُرْسَلِينَ. سَيِّدُنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٌ وَعَلَى أَلْهِ وَصَاحْبِهِ أَجْمَعِينَ.

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat serta karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Shalawat dan salam juga penulis haturkan kepada suri tauladan terbaik ummat yaitu Nabi Muhammad SAW beserta para kerabat, sahabat serta orang yang istiqamah mengikuti petunjuknya hingga akhir jaman.

Setelah melewati hambatan dan rintangan, akhirnya penulisan skripsi dengan judul “Hubungan Kepekaan Humor Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin” ini dapat diselesaikan. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan semua pihak baik dalam bentuk dukungan, bimbingan dan arahan serta motivasi sehingga tugas yang terasa berat ini dapat diselesaikan.

Sehubungan dengan itu, maka dengan segala kerendahan hati, penulis ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan. Khususnya, penulis ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. Irfan Noor, M.Hum selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang berkenan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.

2. Ibu Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog selaku ketua Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan arahan penulisan skripsi ini.
3. Bapak Imadduddin,M.A dan Ibu Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk membimbing dan mengoreksi penulisan skripsi.
4. Para dosen, asisten dosen, karyawan dan karyawati Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah banyak memberikan ilmu dan layanan yang baik selama penulis berstudi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
5. Kepala perpustakaan pusat UIN Antasari Banjarmasin, Kepala perpustakan Fakultas Ushuluudin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, yang telah banyak membantu meminjamkan buku-buku yang diperlukan untuk kepentingan studi maupun dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh subjek Mahasiswa Jurusan Psikologi Islam angkatan 2014 dan 2013 yang telah bersedia memberikan informasi dalam rangka pencarian data serta penyelesaian skripsi ini.
7. Untuk keluarga tercinta, yaitu mama dan almarhum papa tersayang yang mendo'akan, memberikan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
8. Seluruh teman-teman Psikologi Islam 2014, sahabat-sahabat bakulats squad, dan calon imamku yang telah banyak membantu serta memberikan dorongan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap agar skripsi ini bermanfaat untuk kita semua dan atas segala bantuan dan bimbingan semua pihak, penulis berdoa semoga Allah SWT berkenan membendasnya dengan ganjaran pahala Amin Ya Rabbal 'Alamin.

Banjarmasin, 28 Agustus 2018

Penulis

PEDOMAN TRANSLITERASI

1. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dengan huruf dan tanda sekaligus. Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasinya dengan huruf latin.

No	Arab	Nama	Latin	No	Arab	Nama	Latin
1.	ا	Alif	A	16.	ط	Tha	Ta
2.	ب	Ba	B	17.	ظ	Zha	Zh
3.	ت	Ta	T	18.	ع	‘Ain	‘
4.	ث	Tsa	Ts	19.	غ	Ghain	Gh
5.	ج	Jim	J	20.	ف	Fa	F
6.	ح	Ha	H	21.	ق	Qaf	Q
7.	خ	Kha	<u>Kh</u>	22.	ك	Kaf	K
8.	د	Dal	D	23.	ل	Lam	L
9.	ذ	Dzal	Dz	24.	م	Mim	M
10.	ر	Ra	R	25.	ن	Nun	N
11.	ز	Zai	Z	26.	و	Waw	W
12.	س	Sin	S	27.	ه	Ha	H
13.	ش	Syin	Sy	28.	ء	A	,
14.	ص	Shad	Sh	29.	ڙ	Ya	Y
15.	ض	Dlad	Dh				

2. Mad dan Diftong

- | | | | |
|-------------------|---|-----|---------|
| 1. Fathah | : | â/â | 4. او : |
| Aw | | | |
| 2. Kasrah panjang | : | î/î | 5. اي : |
| Ay | | | |
| 3. Dhamah panjang | : | û/û | |

3. Konsonan rangkap

Konsonan rangkap, termasuk tanda *syaddah* ditulis rangkap, ditulis *Ahmadiyyah* أَحْمَدِيَّةً

4. Ta' marbutah di akhir kata

- a. Bila dimatikan ditulis h, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi bahasa Indonesia seperti shalat, zakat dan sebagainya.

جَمَاعَةٌ ditulis *jama'ah*

- b. Bila hidup ditulis t.

الْأُولِيَاءِ كَرَامَةٌ ditulis *karamat al-awliyâ*

- c. Bila susunan kalimat sifat mausufah, maka ditulis h,
الاسلامية الجماعة ditulis *al-jama'ah al-Islâmiyyah*

5. Vokal Pendek

Fathah ditulis (a), Kasrah (i), dan Dhammah ditulis (u),

6. Vokal Panjang

A panjang ditulis â

I panjang ditulis î

U panjang ditulis û

7. Vokal-Vokal Pendek Yang Berurutan dalam Kata dipisahkan dengan Apostrof(*)

أَنْتُمْ ditulis a“antum

مُؤْنَثٌ ditulis mu“anats

8. Kata Sandang Alif + Lam (الـ)

Baik huruf qamariyah dan syamsiyah ditulis sesuai dengan bunyi hurufnya.

الْقُرْآن ditulis *al-Qur'an*

الشِّيعَةٌ ditulis *al-Syi'ah*

9. Huruf Besar

Penulisan huruf besar disesuaikan EYD.

10. Kata dalam Rangkaian Kalimat

Ditulis perkata: الإِسْلَام شِيخ ditulis *Syaykh al-Islâm*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v

MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI	x
DAFTAR ISI.....	xii

BAB I: PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Definisi Operasional	11
E. Signifikansi Penelitian.....	14
F. Penelitian Terdahulu	15
G. Sistematika Penelitian.....	17
H. Hipotesis	18

BAB II: KEPEKAAN HUMOR DAN STRES

A. Kepekaan Humor	19
1. Pengertian Kepekaan humor	19
2. Dimensi-Dimensi Dalam Kepekaan Humor	23
3. Fungsi Kepekaan Humor.....	25
4. Jenis-jenis Kepekaan Humor.....	29
5. Karakteristik Individu yang Memiliki Rasa Kepekaan Humor	30
6. Kepekaan Humor Dalam Pandangan Islam.....	31
B. Stres.....	35
1. Pengertian Stres.....	35
2. Sumber-Sumber Stres	39
3. Tingkatan Stres.....	41
4. Faktor-Faktor Penyebab Stres	43
5. Jenis-Jenis Stres	44
6. Reaksi-Reaksi Stres.....	45
7. Gejala-Gejala Stres	46
C. Kerangka Berpikir.....	47

bab III: METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	51
B. Lokasi Penelitian.....	51
C. Data dan Sumber data	51
D. Variabel Penelitian.....	52
E. Populasi Dan Sampel	53

F. Metode Pengumpulan Data.....	55
G. Instrumen Penelitian	57
H. Validitas Dan Reliabilitas	60
I. Teknik Pengolahan Data.....	61
J. Analisis Data.....	62

BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	63
1. Selayang Pandang Prodi Psikologi Islam.....	63
2. Visi Dan Misi	63
3. Tujuan	64
4. Tenaga Pengajar Prodi Psikologi Islam	64
5. Peminatan Prodi Psikologi Islam	65
6. Data Mahasiswa Prodi Psikologi Islam.....	65
B. Uji Validitas dan Reliabilitas	66
1. Uji Validitas	66
2. Uji Reliabilitas	71
C. Uji Asumsi	72
1. Uji Normalitas.....	72
2. Uji Linearitas.....	73
D. Analisis Deskripsi Data Hasil Penelitian	74
E. Pembahasan.....	80
F. Keterbatasan Penelitian.....	91

BAB V: PENUTUP

A. Simpulan	92
B. Saran-saran.....	93

DAFTAR PUSTAKA LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Mahasiswa Angkatan 2013 Dan 2014.....	53
Tabel 3.2 Sampel Mahasiswa Angkatan 2013 Dan 2014.....	55
Tabel 3.3 Skor Untuk Setiap Pernyataan Pada Skala.....	57

Tabel 3.4 Skala Kepekaan Humor.....	58
Tabel 3.5 Skala Stres.....	59
Tabel 4.1 Data Mahasiswa Prodi Psikologi Islam.....	65
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Angket Kepekaan Humor.....	68
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas Angket Stres.....	69
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas.....	71
Tabel 4.5 Hasil Uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test.....	73
Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas (Anova).....	74
Tabel 4.7 Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	75
Tabel 4.8 Tingkat Kepekaan Humor.....	76
Tabel 4.9 Tingkat Stres.....	77
Tabel 4.10 Hubungan Antar Variabel.....	78
Tabel 4.11 Interpretasi Nilai.....	79
Tabel 4.12 Nilai <i>Correlasion Product Moment</i> (R_{xy}).....	79
Tabel 4.13 Rangkuman <i>Correlasion Product Moment</i> (R_{xy}).....	80

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Kuesioner Try Out.....
Lampiran B Uji Validitas Kepekaan Humor.....

Lampiran C	Uji Reliabilitas Kepakaan Humor.....
Lampiran D	Uji Validitas Stres.....
Lampiran E	Uji Reliabilitas Stres.....
Lampiran F	Kuesioner Penelitian.....
Lampiran G	Uji Normalitas.....
Lampiran H	Uji Linearitas.....
Lampiran I	Uji Correlations.....