BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Mahasiswa berada pada masa transisi dari usia remaja akhir menuju masa dewasa awal yang menuntut beberapa penyesuaian dalam berbagai aspek kehidupan. Selain itu, peran dan tanggung jawab sosial bagi mahasiswa dalam lingkungan di kampus dan lingkungan sekitar tempat tinggal mahasiswa.[1]

Banyak hal yang harus diselesaikan mahasiswa untuk mencapai pada tingkat tertentu guna memenuhi tanggung jawab mereka. Tanggung jawab tersebut antara lain adalah penyelesaian tugas-tugas, pembuatan laporan, makalah dan ujian yang akan menjadi akhir dalam diri satu individu dengan individu lain dalam penguasaan materi yang akan membuat mahasiswa tersebut mengalami keberhasilan atau malah mengalami kegagalan. Tuntutan kehidupan, baik dari dalam maupun dari luar kampus, menuntut mahasiswa untuk dapat menghadapi masalah yang muncul dengan lebih dewasa, bertanggung jawab, tangguh dan kuat.

Namun dari setiap tuntutan kehidupan yang di jalani pastinya tidak selalu berjalan dengan lancar, tanggung jawab yang harus dijalani terkadang dapat membuat semangat mahasiswa menjadi naik turun, apalagi mahasiswa itu berada di tingkat akhir.

[1] Shofiyanti Nur Zuama, "Kemampuan Mengelola Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Skripsi Angkatan 2009 Program Studi PG Paud," 2013, 78.

Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang akan menyelesaikan semua mata kuliahnya di perguruan tinggi, dan sedang mengerjakan tugas-tugas akhir perkuliahan guna memenuhi persyaratan-persyaratan untuk lulus dari perguruan tinggi.

Peranan mahasiswa dalam memenuhi tuntutan di tingkat akhir tidak selalu berhasil karena ada berbagai masalah yang harus dihadapi. Masalah yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir antara lain seperti terlihat dalam penelitian Yasemine, mahasiswa tingkat akhir menghadapi masalah-masalah yang spesifik dan cenderung lebih berat jika dibandingkan dengan mahasiswa baru atau mahasiswa tingkat awal. Masalah-masalah tersebut adalah pengulangan mata kuliah, tugas penulisan skripsi, perencanaan masa depan, tuntutan keluarga sebagai pendukung dana untuk mempercepat kuliah serta banyaknya teman sebaya yang telah lulus kuliah dan mendapatkan pekerjaan.[2] Oleh karena itu, tidak sedikit dari mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres. Sumber stres bagi mahasiswa terkadang muncul dari pola pikir yang negatif, menganggap semua masalah yang di hadapinya sangatlah besar dan bertubi-tubi sehingga mereka beranggapan tidak mampu menyelesaikannya sendiri.

Sejatinya pikiran negatif lebih berbahaya daripada yang dibayangkan. Karena merangkai hidup ini menjadi mata rantai penderitaan, perasaan negatif, perilaku negatif, dan hasil yang negatif seperti sakit jiwa, sakit fisik, kesepian, dan ketakutan.[3]

---

[2] Yasemine, "Hubungan Antara Kecenderungan Problem Focused Coping Dengan Depresi Mahasiswa Tingkat Akhir" (Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, 2000), 34.

[3] Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2009), 149–150.

Berdasarkan hasil wawancara pada 4 orang mahasiswa tingkat akhir prodi Psikologi Islam di kampus UIN Antasari Banjarmasin bahwa mahasiswa merasa dan mengalami stres dalam mengerjakan skripsi, yaitu pada saat setelah berkonsultasi kepada dosen pembimbing atau saat setelah maju seminar proposal karena masih harus menjalani revisi, ada pula yang merasa bingung dan kesulitan dalam pengerjaan skripsi karena takut terjadi kesalahan lagi.

Sesuai gejala stres menurut Rice dalam Triantoro, terdapat gejala fisiologis yang terjadi pada subjek S mengalami susah tidur dan subjek R mengalami meriang. Terdapat pula gejala psikologis yang terjadi pada subjek T mengalami gejala perasaan tidak enak dan merasa pusing. Subjek S mengalami mood menjadi kurang baik, subjek A megalami nafsu makan bertambah sedangkan pada subjek R mengalami merasa ingin menangis dan semangat menurun.

Akibat dari gejala stres yang dialami, mahasiswa ada yang merasakan pusing, susah tidur, meriang, perasaan tidak enak, ingin menangis, nafsu makan bertambah, mood atau semangat menurun. Jadi untuk mengembalikan semangat atau mood dalam mengerjakan skripsi, subjek A, R, T dan S memilih jalan-jalan dan berkumpul bersama teman satu kampus, karena mereka dapat tertawa, bercanda bersama teman agar tidak stres, untuk menghibur diri sejenak.[4]

Mahasiswa tingkat akhir prodi Psikologi Islam dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa cenderung mengalami tekanan, kebingungan, kesulitan dalam pengerjaan tugas akhir yaitu skripsi. Sehingga dalam proses pengerjaan skripsi menyebabkan sebagian mahasiswa menjadi malas dan tentu hal ini mempengaruhi

[4] A, S, R dan T, Wawancara Pribadi, Maret 2017.

kondisi psikologis mereka. Untuk meluapkan tekanan yang mereka alami, mereka memilih berkumpul dengan teman-temannya, bercerita-cerita kecil sesekali diselangi dengan hal-hal lucu atau lelucon-lelucon yang membuat orang lain tertawa. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan humor membantu mereka untuk tidak merasa terbebani dan terhindar dari stres.

Hal tersebut didukung berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sukoco pada tahun 2014 tentang "Hubungan *Sense Of Humor* Dengan Stres Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Surabaya." Bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *Sense of humor* dengan Stres pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Surabaya sebesar 7,1%, yang mana semakin tinggi *sense of humor* yang dimiliki individu maka semakin rendah stresnya.

Stres dalam bentuk apapun adalah bagian dari kehidupan sehari-hari. Apabila individu tersebut kurang mampu mengadaptasikan dirinya dengan tuntutan-tuntutan atau masalah-masalah yang muncul, maka individu tersebut akan cenderung mengalami stres.

Stres merupakan istilah yang membingungkan karena adanya pendapat-pendapat yang sangat beragam. Dalam arti umum stres merupakan pola reaksi serta adaptasi umum, dalam arti pola reaksi menghadapi stresor, yang dapat berasal dari dalam maupun luar individu yang bersangkutan, dapat nyata maupun tidak nyata sifatnya. Stres sendiri dapat berbentuk bermacam-macam tergantung

dan ciri-ciri individu yang bersangkutan, kemampuan untuk menghadapi *(coping skills)* dan sifat stresor yang dihadapinya.[5]

Menurut Greenberg dalam Rahmi menyatakan bahwa stres adalah peristiwa yang menekan sehingga seseorang dalam keadaan tidak berdaya dan menimbulkan dampak negatif, misalnya pusing, tekanan darah tinggi, mudah marah, sedih, sulit berkonsentrasi, nafsu makan bertambah, sulit tidur, ataupun merokok terus. Stres digambarkan sebagai kekuatan yang menimbulkan tekanan-tekanan dalam diri, dalam hal ini stres muncul jika tekanan yang dihadapi melebihi batas optimal.[6] Sedangkan menurut Hapsari dalam Syakrina melaporkan sebanyak 45,3% mahasiswa tingkat akhir mengalami stres saat mengerjakan skripsi. Stres pada mahasiswa dapat menurunkan motivasi dan mengurangi konsentrasi sehingga dapat mengganggu dalam penyelesaian skripsi.[7]

Stres dapat berdampak negatif atau positif. Menurut Rini dalam Noviyan Mumtahinnah, stres dapat berdampak pada interaksi interpersonal, orang yang sedang stres akan lebih sensitif dibandingkan orang yang tidak dalam kondisi stres. Pada tingkat stres yang berat, orang dapat menjadi depresi, kehilangan rasa percaya diri dan harga diri. Akibatnya, ia lebih banyak menarik diri dari lingkungan, jarang berkumpul dengan sesamanya, lebih suka menyendiri, mudah tersinggung, mudah marah dan mudah emosi.[8] Stres yang di alami seseorang tergantung bagaimana seseorang mengekspresikannya, atau bagaimana seseorang

---

[5] Musradinnur, "Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi" 2 (2016): 185.

[6] Rahmi Lubis, "Coping Stres Pada Mahasiswa Yang Bekerja" 1 (2015): 49.

[7] Syakrina Alfirani Abdullah, "Perfeksionisme dan Strategi Coping: Studi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir" 3 (2017): 10.

[8] Noviyan Mumtahinnah, "Hubungan Antara Stres Dengan Agresi Pada Ibu Rumah Tangga Yang Tidak Bekerja," t.t., 2.

meluapkan stresnya tersebut, entah dalam hal-hal positif agar menjadi lebih baik atau dengan hal-hal negatif yang dapat terjadi akan semakin memperburuk keadaan.

Sebagaimana firman Allah dalam Q.S Al-Baqarah 2; Ayat 155 :

وَلَنَبۡلُوَنَّكُم بِشَيۡءٖ مِّنَ ٱلۡخَوۡفِ وَٱلۡجُوعِ وَنَقۡصٖ مِّنَ ٱلۡأَمۡوَٰلِ وَٱلۡأَنفُسِ وَٱلثَّمَرَٰتِۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ١٥٥

"Dan kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar."[9]

Dari ayat tersebut maka kita di anjurkan untuk selalu sabar menghadapi masalah-masalah yang dihadapi dalam kehidupan, dengan sabar maka kita tidak hanya mendapatkan pahala namun juga akan mendapatkan suatu hal yang mungkin tidak pernah kita bayangkan dari Allah SWT.

Selain dengan bersabar untuk menghadapi segala ujian, salah satu cara mengatasi tekanan dan stres yaitu dengan humor. Humor adalah kemampuan merasai sesuatu yang lucu atau yang menyenangkan, dalam keadaan yang menggelikan hati; kejenakaan; kelucuan. Sedangkan humoris adalah orang yang (mempunyai rasa) suka berjenaka (melucu).[10]

Menurut Hodgkinson dalam Aquarista menyatakan bahwa humor dapat menimbulkan refleks tertawa dan tertawa merupakan obat yang terbaik untuk

---

[9] Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Tajwid Dan Terjemah* (Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2006), 23.

[10] Heppy El Rais, *Kamus Ilmiah Populer* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), 253.

melawan stres. Karena dapat mengamati, merasakan atau mengungkapkan humor, individu memerlukan kepekaan terhadap humor *(sense of humor)*.[11]

Kepekaan humor merupakan sebuah kemampuan seseorang atau individu untuk melihat sesuatu sisi yang lebih ringan dan lucu dalam kehidupannya. Karena dapat memberikan dampak kegembiraan dengan respon tertawa ataupun tersenyum pada orang yang merasakannya, namun jangan sampai terlalu berlebihan.

Banyak sekali bentuk hiburan dan seni yang diperbolehkan dalam Islam bagi kaum Muslimin untuk menghibur diri, dan sebagai sarana relaksasi. Pada saat yang sama juga, untuk mengondisikan jiwa mereka agar siap mengerjakan ibadah-ibadah dan kewajiban-kewajiban lain dengan lebih energik, dan lebih bersemangat. Termasuk dalam kategori hiburan ini adalah canda (humor) yang tidak mengandung kebohongan dan kedustaan, karena canda menyenangkan jiwa, dan membahagiakan tanpa menimbulkan dampak buruk apapun padanya.[12]

Banyak dalil di Al Qur'an dan hadis rasul yang menjelaskan tentang larangan canda (humor) yang berlebihan, mengandung kebohongan, perkataan buruk dan menyakiti perasaan, misalnya dalam Q.S Al-Hujurat; 11 :

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَا يَسۡخَرۡ قَوۡمٞ مِّن قَوۡمٍ عَسَىٰٓ أَن يَكُونُواْ خَيۡرٗا مِّنۡهُمۡ وَلَا نِسَآءٞ مِّن نِّسَآءٍ عَسَىٰٓ أَن يَكُنَّ خَيۡرٗا مِّنۡهُنَّۖ وَلَا تَلۡمِزُوٓاْ أَنفُسَكُمۡ وَلَا تَنَابَزُواْ بِٱلۡأَلۡقَٰبِۖ بِئۡسَ ٱلِٱسۡمُ ٱلۡفُسُوقُ بَعۡدَ ٱلۡإِيمَٰنِۚ وَمَن لَّمۡ يَتُبۡ فَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلظَّٰلِمُونَ ١١

[11] Aquarista Stevie Pramudita Sukoco, "Hubungan Sense Of Humor Dengan Stres Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi" 3 (2014): 3.

[12] Sulaiman, "Hubungan Antara Sense Of Humor Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Masyarakat Betawi" (Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah, 2007), 12.

"Hai orang-orang yang beriman! janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olok) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok), dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok kan) perempuan lain, (karena) boleh jadi perempuan (yang diperolok-olok kan) lebih baik paling bertakwa. Sungguh Allah maha mengetahui, maha teliti."[13]

Dalam hadis rasul, misalnya :

"Celakalah orang yang berkata agar manusia tertawa karena pembicaraannya, ia berdusta. Celakalah dia! Celakalah dia!" (diriwayatkan oleh At-Tarmidzi).[14]

Humor (canda) diperbolehkan karena memberikan dampak kegembiraan, menyenangkan hati dan menyegarkan pikiran, namun jika humor dilakukan secara berlebihan dan terus-menerus, maka akan mengeraskan hati dan menghilangkan harga diri. Humor yang baik tidak boleh mengolok-olok seseorang atau menjatuhkan seseorang hingga menimbulkan seseorang merasa sakit hati dan penderitaan. Jika ada humor yang demikian sebaiknya tidak tertawa, bahkan seharusnya bersedih. Dalam kondisi demikian humor menjadi mudharat.

Menurut Thorson dalam Indra Ratna bahwa humor sebagai bagian dari kualitas insani sungguh memiliki dampak positif bagi kesehatan ragawi dan mental manusia. Humor telah lama digunakan sebagai *coping mechanism*, yakni dalam menghadapi situasi-situasi sulit di kehidupan.[15]

Pengertian kepekaan humor menurut Thorson dan Powell dalam Galih, yaitu merupakan multidimensi, dan didalamnya termasuk kemampuan untuk membuat

---

[13] Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Tajwid Dan Terjemah*, 515.

[14] Sulaiman, "Hubungan Antara Sense Of Humor Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Masyarakat Betawi," 41.

[15] Indra Ratna Kusuma Wardani, "Hubungan Cita Rasa Humor (Sense Of Humor) Dengan Kebermakanaan Hidup Pada Remaja Akhir (Mahasiswa)" 3 (2012): 83.

humor, mengenali humor, mengapresiasikan humor, menggunakan humor sebagai mekanisme coping dan untuk mencapai tujuan sosial.[16]

Seperti pendapat menurut Nezu dalam Galih, menyatakan bahwa afiliatif humor adalah bentuk interpersonal humor yang melibatkan penggunaan humor (misalnya menceritakan lelucon, mengatakan hal-hal lucu, atau olok-olok cerdas) untuk membuat orang lain nyaman, menghibur orang lain, dan untuk meningkatkan hubungan.[17] Maka dari itu kepekaan humor memiliki peran pada mahasiswa untuk meluapkan tekanan yang mereka alami yaitu stres.

Setelah banyak pemaparan sebelumnya, peneliti terfokus pada masalah yang ingin diteliti lebih lanjut, maka penelitian ini mengangkat judul tentang **"Hubungan Kepekaan Humor Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin."**

[16] Galih Ageng Pradityo, "Hubungan Sense Of Humor Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Ambarawa," 2015, 3.

[17] Galih Ageng Pradityo, 3.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan uraian latar belakang sebelumnya, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat kepekaan humor pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin?
2. Bagaimana tingkat stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin?
3. Bagaimana hubungan kepekaan humor dengan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin?

C. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang diajukan, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengukur tingkat kepekaan humor pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
2. Untuk mengukur tingkat stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

3. Untuk mengetahui hubungan kepekaan humor dengan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora angkatan UIN Antasari Banjarmasin.

D. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi yang mengenai variabel yang dirumuskan dalam karakteristik variabel yang dapat diamati.[18] Agar pemahaman dalam penelitian ini tidak ambigu dan bias, maka definisi operasional dari penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Kepekaan Humor

   Menurut Hodgkinson dalam Aquarista menyatakan bahwa humor dapat menimbulkan refleks tertawa dan tertawa merupakan obat yang terbaik untuk melawan stres. Untuk dapat mengamati, merasakan atau mengungkapkan humor, individu memerlukan kepekaan humor *(sense of humor).*[19]

   Menurut Thorson dan Powell dalam Aquarista, kepekaan humor memiliki empat dimensi yang terkandung di dalamnya. Berikut ini adalah keempat dimensi tersebut:

   a. *Humor Production*

      Humor productiom merupakan suatu kemampuan dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu yang lucu dan/atau membuat sesuatu di sekitarnya menjadi terlihat lucu.

   b. *Humor Appreciation*

[18] Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 75.

[19] Aquarista Stevie Pramudita Sukoco, "Hubungan Sense Of Humor Dengan Stres Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi," 3.

Suatu perasaan yang ada dalam diri seseorang, dimana seseorang tersebut mau menghargai setiap humor dan/atau kelucuan yang ada di sekitarnya.

c. *Coping Humor*

Kemampuan seseorang untuk meredakan ketegangan dan/atau masalah yang terjadi dalam dirinya dengan menggunakan humor sebagai sarana.

d. *Humor Tolerance*

Dimensi ini merupakan suatu sikap seseorang dalam menyikapi humor yang ada di sekelilingnya.[20]

Jadi dalam penelitian ini kepekaan humor adalah merupakan kemampuan dalam diri seseorang dimana seseorang tersebut mampu menghargai kelucuan yang ada disekitarnya atau masalah yang terjadi didalam dirinya dengan menggunakan humor sebagai sarana untuk menyikapi keadaan yang ada disekelilingnya.

2. Stres

Menurut Greenberg dalam Rahmi menyatakan bahwa stres adalah peristiwa yang menekan sehingga seorang dalam keadaan tidak berdaya dan menimbulkan dampak negatif, misalnya pusing, tekanan darah tinggi, mudah marah, sedih, sulit berkonsentrasi, nafsu makan bertambah, sulit tidur, ataupun merokok terus. Stres digambarkan sebagai kekuatan yang menimbulkan tekanan-tekanan dalam diri, dalam hal ini stres muncul jika tekanan yang dihadapi melebihi batas optimal.[21]

---

[20] Aquarista Stevie Pramudita Sukoco, 3.
[21] Rahmi Lubis, “Coping Stres Pada Mahasiswa Yang Bekerja,” 49.

Menurut Rice dalam Triantoro, stres dapat menimbulkan dampak negatif bagi individu baik dari segi gejala fisik maupun psikis dan akan menimbulkan gejala-gejala tertentu seperti sebagai berikut:

a. Gejala fisiologis

   Berupa keluhan seperti sakit kepala, sembelit, diare, sakit pinggang, urat tegang pada tengkuk, tekanan darah tinggi, kelelahan, sakit perut, maag, berubah selera makan, susah tidur, dan kehilangan semangat.

b. Gejala emosional

   Berupa keluhan seperti gelisah, cemas, mudah marah, gugup, takut, mudah tersinggung, sedih, dan depresi.

c. Gejala kognitif

   Berupa keluhan seperti susah berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, mudah lupa, melamun secara berlebihan, dan pikiran kacau.

d. Gejala interpersonal

   Berupa sikap acuh tak acuh pada lingkungan, apatis, agresif, minder, kehilangan kepercayaan pada orang lain, dan mudah mempermasalahkan orang lain.

e. Gejala organisasional

   Berupa meningkatnya keabsenan dalam kerja/kuliah, menurunnya produktivitas, ketegangan dengan rekan kerja, ketidakpuasan kerja dan menurunnya dorongan untuk berpretasi.[22]

---

[22] Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi* (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), 30.

Jadi dalam penelitian ini stres adalah gejala yang berhubungan dengan psikis seperti kegelisahan, mudah tersinggung dan susah berkonsentrasi, baik pada lingkungannya ataupun ketegangan dalam melakukan suatu aktivitas, dan menurunnya dorongan untuk berprestasi.

Hubungan Kepekaan Humor dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin dalam penelitian ini adalah bahwa dengan humor dapat membantu seseorang untuk tidak merasa terbebani dan terhindar dari stres.

E. Signifikansi penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat yaitu:

1. Manfaat Teoritis

   Secara teoritis penelitian ini bermanfaat bagi bahan informasi pengembangan studi Psikologi, dan seluruh bidang ilmu yang terkait dengan penelitian ini.

2. Manfaat Praktis

   a. Penelitian ini diharapkan menjadi bahan bacaan bagi pembaca agar lebih memahami dan sebagai masukan bagi pembaca mengenai peranan penting kepekaan humor dengan stres.

   b. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman pembaca pada umumnya mengenai hubungan kepekaan humor dengan stres.

F. Penelitian Terdahulu

1. Aquarista Stevie Pramudita Sukoco Fakultas Psikologi Universitas Surabaya tahun 2014 dengan judul "Hubungan *Sense Of Humor* Dengan Stres Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi." Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah rersponden 171 mahasiswa. Berdasarkan analisis data penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara stres dan sense of humor, yang mana semakin tinggi sense of humor yang dimiliki individu maka semakin rendah stresnya.

   Adapun perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang ada adalah pada subjek, penelitian ini tertuju pada mahasiswa baru. Sedangkan penelitian yang ada tertuju pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

   Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang ada adalah sama-sama membahas tentang humor dengan stres.

2. Galih Ageng Pradityo Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga tahun 2015 dengan judul "Hubungan *Sense Of Humor* Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Ambarawa." Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah responden 200 siswa. Berdasarkan hasil analisis data di atas menunjukkan bahwa hubungan antara *sense of humor* dengan penyesuaian diri pada siswa kelas VII semester I di SMP Negeri 2 Ambarawa adalah sangat lemah walaupun kedua variabel tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Dibuktikan nilai $p= 0,005$ ($p<0,05$). Tetapi jika diamati hubungan kedua

variabel tersebut lemah, yaitu 0,199 sehingga hubungan kedua variabel dapat di abaikan.

Adapun perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang ada adalah pada subjek dan variabel terikat, penelitian ini tertuju pada siswa SMP, dan variabel terikatnya membahas tentang penyesuaian diri. Sedangkan penelitian yang ada tertuju pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi dan variabel terikatnya membahas tentang stres.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang ada adalah sama-sama membahas tentang humor.

3. I Made Afryan Susane L Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Bandar Lampung tahun 2017 dengan judul "Hubungan Tingkat Stres Terhadap Motivasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung". Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah responden 174 Mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian di atas terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap motivasi mengerjakan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, yaitu dengan tingkat stres sedang dan yang terendah adalah tingkat stres berat. Hampir seluruh mahasiswa tingkat akhir termotivasi dalam mengerjakan skripsi yang memiliki motivasi tinggi.

   Adapun perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang ada adalah pada variabel terikat, penelitian ini membahas tentang motivasi. Sedangkan penelitian yang ada membahas tentang stres.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang ada adalah sama-sama membahas tentang stres dan subjek tertuju pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, namun dalam penelitian yang ada stres terletak pada variabel bebas.

G. Sistematika Penelitian

Hasil dari penelitian ini untuk mempermudah penulisan maka disusun dengan sistematika penulisan yang terbagi menjadi lima bab, yaitu:

1. Bab pertama yaitu pendahuluan, peneliti memaparkan dari latar belakang masalah dengan mengemukakan beberapa alasan untuk penelitian terkait tema. Setelah itu dipertegas dengan rumusan masalah, tujuan dan signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, hipotesis penelitian serta sistematika penulisan.
2. Bab kedua yaitu landasan teori yang akan menjelaskan terkait masing-masing variabel penelitian. Seperti pengertian sense of humor, pengertian stres, dan mahasiswa tingkat akhir.
3. Bab ketiga yaitu penjabaran metode penelitian yang berisi jenis penelitian yang dilakukan, lokasi, subjek, dan objek penelitian, populasi dan sampel, sumber data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, validitas dan reliabilitas, teknik pengolahan dan analisis data, dan proses penelitian.
4. Bab keempat yang berisi tentang laporan hasil penelitian, gambaran umum lokasi penelitian, uji validitas dan reliabilitas, pelaksanaan penelitian, analisis data penelitian, dan pembahasan yang terkait dengan masalah dalam penelitian ini.

5. Bab kelima yaitu bab terakhir dalam penelitian ini. Berisikan kesimpulan dan saran dari penulis sebagai penutup dari pembahasan yang telah diuraikan dalam penelitian ini.

H. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan dalam penelitian, sampai terbukti data yang terkumpul.[23]

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Hipotesis Kerja (Ha)

   Terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kepekaan humor dengan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

2. Hipotesis nihil atau nol (Ho)

   Tidak ada hubungan signifikan antara kepekaan humor dengan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

[23] Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, 77.