

**PERAN *SENSE OF HUMOR* TERHADAP KESEPIAN
PADA DEWASA AWAL LAJANG**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Psikologi**

OLEH:

AMALIA HASNAH

04041381823046

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDERALAYA**

2022

**PERAN *SENSE OF HUMOR* TERHADAP KESEPIAN
PADA DEWASA AWAL LAJANG**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Psikologi**

OLEH:

AMALIA HASNAH

04041381823046

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDERALAYA**

2022

LEMBAR PENGESAHAN

**PERAN *SENSE OF HUMOR* TERHADAP KESEPIAN PADA DEWASA AWAL
LAJANG**

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh

AMALIA HASNAH

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 8 April 2022

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing I




Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog
NIP. 198703192019032010

Dosen Pembimbing II



M Zainal Fikri, S.Psi., MA
NIP. 198108132015104101

Penguji I



Amalia Juniarty, S.Psi., M.A., Psikolog
NIP. 197906262014062201

Penguji II



Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog
NIP. 199010282018032001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal 8 April 2022



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi, M.Si
NIP. 197805212002122004

LEMBAR PERSETUJUAN

UJIAN SKRIPSI

Nama : Amalia Hasnah
NIM : 04041381823046
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Kedokteran
Judul Skripsi : Peran *Sense of Humor* terhadap Kesenian pada Dewasa Awal Lajang

Indralaya, 4 April 2022

Menyetujui,

Dosen Pembimbing I



Marisyah Pratiwi, M.Psi., Psikolog
NIP. 198703192019032010

Dosen Pembimbing II



M Zainal Fikri, S.Psi., MA
NIP. 198108132015104101

Mengetahui,

Ketua Bagian
Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi persyaratan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Indralaya, 08 April 2022



Amalia Hasnah
NIM 04041381823046

HALAMAN PERSEMBAHAN

Peneliti mempersembahkan hasil penelitian skripsi ini dan mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Abah dan Emak karena telah memberikan banyak dukungan dan perhatian yang selalu diberikan kepada saya. Terima kasih banyak karena tidak pernah lelah mendoakan kesuksesan saya. Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya sebagai bukti bahwa Abah dan Emak telah berhasil mendidik anaknya dengan baik. Semoga dengan terselesaikannya skripsi ini dapat menjadi langkah awal saya untuk membahagiakan dan membanggakan kedua orang tua saya di masa mendatang.
2. Saudara dan teman-teman saya. Terima kasih banyak saya ucapkan kepada keluarga dan teman-teman yang telah membantu dan memberi dukungan kepada saya dalam proses penyelesaian skripsi ini. Terima kasih kepada kakak-kakak saya yang selalu mendoakan saya, teman-teman dekat saya yang selalu memberikan semangat, juga teman-teman virtual saya di aplikasi *twitter* yang juga banyak memberikan bantuan dan semangatnya sampai saya dapat menyelesaikan penelitian ini.
3. Diri sendiri, Amalia Hasnah. Terima kasih karena sudah mampu bertahan sampai akhir pengerjaan skripsi ini. Terima kasih karena tidak pernah menyerah meski terkadang merasa lelah.

HALAMAN MOTTO

“Tenang dan Bahagia”

-Anonim -

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti haturkan kepada Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat dan berkah-Nya sampai saat ini sehingga peneliti dapat membuat dan menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul **“Peran *Sense of Humor* terhadap Kesepian Pada Dewasa Awal Lajang”**.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sehingga pada akhirnya peneliti bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Ir. Anis Saggaf, MSCE, selaku Rektor Universitas Sriwijaya
2. dr. H. Syarif Husin, M.S., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
3. Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., MA, selaku Kepala Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
4. Rosada Dwi Iswari, M. Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan Dosen Pembimbing Akademik
5. Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog, selaku pembimbing I
6. M Zainal Fikri, S.Psi., MA, selaku pembimbing II
7. Para dosen dan staff di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

8. Keluarga tersayang yang menjadi motivasi saya, Abah Johan, Mak Iya, Ayuk Eka, Ayuk Indah, Kakak Dedi, dan (Almh) Makuwak Unah
9. Teman-teman dekat saya yang selalu mendukung, membantu dan memberi saya semangat, Noven, Mozza, Nio, Sabrina, Meta, Femy, Alya, Yun dan Eka. Sahabat humor saya yang selalu menghibur Fitra, Nia, dan Mia. Kemudian teman-teman dan adik-adik virtual saya jalur *twitter* Riva, Fio, Cheelzya, Deby, Bella Bunga, Yuki, Salsa dll. Serta teman-teman kelas B angkatan 2018 yang juga memberikan *support*, Owlster Twister, dan teman-teman lain yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.
10. Semua pihak yang membantu pelaksanaan penelitian ini

Peneliti menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan dalam penulisan skripsi ini, sehingga kritik dan saran yang bersifat membangun akan diterima dengan senang hati untuk bahan evaluasi agar bisa lebih baik lagi di masa mendatang. Dengan selesainya skripsi ini, diharapkan dapat memberikan manfaat baik bagi peneliti maupun bagi para pembaca.

Indralaya, 08 April 2022
Peneliti,

Amalia Hasnah
NIM 04041381823046

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACT	xviii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	8

BAB II LANDASAN TEORI

A. Kesepian	
1. Pengertian Kesepian.....	16
2. Faktor yang mempengaruhi Kesepian	17
3. Aspek-aspek Kesepian.....	20
4. Dimensi Kesepian.....	22
5. Faset Kesepian.....	23
B. <i>Sense of humor</i>	
1. Pengertian <i>sense of humor</i>	25
2. Faktor yang mempengaruhi <i>sense of humor</i>	26
3. Dimensi <i>sense of humor</i>	28
C. Peran <i>sense of humor</i> terhadap Kesepian	29
D. Kerangka Berpikir	33
E. Hipotesis Penelitian	33

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian	34
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	34
1. Kesepian.....	34
2. <i>Sense of Humor</i>	35
C. Populasi dan Sampel	35
1. Populasi Penelitian.....	35
2. Sampel Penelitian.....	36
D. Metode Pengumpulan Data.....	38
1. Skala Kesepian.....	38
2. Skala <i>Sense of Humor</i>	39
E. Validitas dan Reliabilitas.....	41
1. Validitas.....	41
2. Reliabilitas.....	42
F. Metode Analisis Data	43
1. Uji Asumsi.....	43

2. Uji Hipotesis.....	44
-----------------------	----

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancuh Penelitian	46
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian	51
1. Persiapan Administrasi.....	52
2. Persiapan Alat Ukur.....	52
3. Pelaksanaan Penelitian	59
C. Hasil Penelitian.....	62
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	62
2. Deskripsi Data Penelitian	65
3. Uji Analisis Data Penelitian	68
D. Hasil Analisis Tambahan.....	71
1. Uji Beda <i>Sense of Humor</i> dan Kesepian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	71
2. Uji Beda <i>Sense of Humor</i> dan Kesepian Berdasarkan Pekerjaan	72
3. Uji Beda <i>Sense of Humor</i> dan Kesepian Berdasarkan Pendidikan	74
4. Uji Beda <i>Sense of Humor</i> dan Kesepian Berdasarkan Pengalaman Berpacaran	75
5. Uji Tingkat Mean pada Dimensi Kesepian.....	76
6. Uji Sumbangan Efektif Dimensi <i>Sense of humor</i> terhadap Kesepian.....	76
E. Pembahasan	78

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	84
B. Saran	84

DAFTAR PUSTAKA.....	87
LAMPIRAN.....	93

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	33
--	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Skala kesepian.....	39
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Sense of Humor</i>	40
Tabel 3.3 Bobot Skor Pernyataan.....	41
Tabel 4.1 Distribusi Skala Kesepian Aitem Valid dan Gugur	55
Tabel 4.2 Distribusi Penomoran Baru Skala Kesepian	56
Tabel 4.3 Distribusi Skala <i>Sense of Humor</i>	58
Tabel 4.4 Distribusi Penomoran Baru Skala <i>Sense of Humor</i>	59
Tabel 4.5 Penyebaran Skala Try Out.....	61
Tabel 4.6 Jumlah Subjek Penelitian	62
Tabel 4.7 Deskripsi Usia Subjek Penelitian	63
Tabel 4.8 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian.....	63
Tabel 4.9 Deskripsi Pekerjaan Subjek Penelitian.....	64
Tabel 4.10 Deskripsi Pendidikan Subjek Penelitian.....	64
Tabel 4.11 Deskripsi Pengalaman Memiliki Pasangan/Berpacaran Subjek Penelitian.....	64
Tabel 4.12 Deskripsi Asal Daerah Subjek Penelitian.....	65
Tabel 4.13 Deskripsi Data Deskriptif Subjek Penelitian.....	66
Tabel 4.14 Formulasi Kategorisasi.....	66
Tabel 4.15 Deskripsi Kategorisasi Kesepian Pada Subjek Penelitian.....	67
Tabel 4.16 Deskripsi Kategorisasi <i>Sense of humor</i> Pada Subjek Penelitian	67
Tabel 4.17 Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian.....	68
Tabel 4.18 Hasil Uji Linear Variabel Penelitian	69
Tabel 4.19 Hasil Uji <i>Simple Regression</i> Variabel Kesepian dan <i>Sense of Humor</i>	70
Tabel 4.20 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek.....	71

Tabel 4.21 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Pekerjaan Subjek.....	72
Tabel 4.22 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Pendidikan.....	74
Tabel 4.23 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Pengalaman Berpacaran	75
Tabel 4.24 Hasil Uji <i>Mean</i> Variabel Kesepian.....	76
Tabel 4.25 Deskripsi Data Sumbangan Efektif Dimensi <i>Sense Of Humor</i> Terhadap Kesepian	77
Tabel 4.26 Deskripsi Sumbangan Efektif Dimensi <i>Sense of humor</i> Terhadap Kesepian	77

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	94
LAMPIRAN B	111
LAMPIRAN C	122
LAMPIRAN D	167
LAMPIRAN E	175
LAMPIRAN F	181
LAMPIRAN G	184

PERAN *SENSE OF HUMOR* TERHADAP KESEPIAN PADA DEWASA AWAL LAJANG

Amalia Hasnah¹, Marisya Pratiwi²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *sense of humor* terhadap kesepian pada dewasa awal lajang. Hipotesis dari penelitian ini adalah ada peran *sense of humor* terhadap kesepian pada dewasa awal lajang.

Penelitian ini menggunakan responden sebanyak 201 orang dewasa awal yang masih lajang, serta menggunakan 50 responden dewasa awal lajang untuk uji coba. Teknik *sampling* yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala kesepian berdasarkan dimensi-dimensi kesepian dari Cacioppo dkk, (2015) dan menggunakan skala *sense of humor* berdasarkan dimensi-dimensi dari Thorson dan Powell (1993). Analisis data menggunakan teknik regresi sederhana.

Dari hasil analisis diperoleh nilai *R square* sebesar 0,056, nilai *F* sebesar 11,862 dan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,005$). Hal ini menunjukkan bahwa *sense of humor* memiliki peran yang signifikan terhadap kesepian. Dengan demikian hipotesis penelitian ini dapat diterima dimana kontribusi *sense of humor* terhadap kesepian sebesar 5,6%.

Kata Kunci : *Sense of humor*, Kesepian

¹Mahasiswa Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

²Dosen Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I



Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog
NIP 198703192019032010

Dosen Pembimbing II



M Zainal Fikri, S.psi., MA
NIP 198108132015104101



Mengetahui
Ketua Bagian Program Studi Psikologi

Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP 197805212002122004

THE ROLE OF SENSE OF HUMOR TOWARDS LONENESS IN EARLY SINGLE ADULTS

Amalia Hasnah¹, Marisya Pratiwi²

ABSTRACT

This study aims to determine the role of sense of humor on loneliness in early single adults. The hypothesis of this study is that there is a role for a sense of humor on loneliness in early single adults.

This study used 201 early adult respondents who were still single, and 50 single early adult respondents were used for the trial. The sampling technique used is purposive sampling technique. The measuring instrument used in this study uses a loneliness scale based on the dimensions of loneliness from Cacioppo et al, (2015) and uses a sense of humor scale based on the dimensions of Thorson dan Powell (1993). Data analysis using simple regression technique.

From the results of the analysis, it was obtained that the R square value was 0.056, the F value was 11.862 and the significance value was 0.001 ($p < 0.005$). This shows that a sense of humor has a significant role in loneliness. Thus the hypothesis of this study can be accepted where the contribution of sense of humor to loneliness is 5.6%.

Keywords: *Sense of humor, Loneliness*

¹*Student of Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Sriwijaya University*

²*Lecturer of Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Sriwijaya University*

Dosen Pembimbing I



Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog
NIP 198703192019032010

Dosen Pembimbing II



M Zainal Fikri, S.psi., MA
NIP 198108132015104101

Mengetahui
Ketua Bagian Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardiyah, S.Psi., M.Si
NIP 197805212002122004

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa dewasa merupakan salah satu tahap perkembangan yang harus dilalui individu dalam rentang kehidupan manusia dimana pada masa ini terdiri dari tiga tahapan yaitu dewasa awal, dewasa tengah, dan dewasa akhir. Dewasa awal merupakan tahap permulaan individu ketika menginjak masa dewasa terjadi pada usia 20-30 tahun dimana pada masa ini ditandai dengan tahapan *intimacy vs isolation*, dimana *intimacy* dapat dicapai dengan menjalin hubungan interpersonal yang intim dan membuat komitmen dengan orang lain dan jika hal ini tidak terpenuhi maka seseorang akan mengalami perasaan terisolasi (Santrock, 2011).

Pada masa dewasa awal umumnya individu membangun dan membentuk hubungan yang dekat dan intim dengan pasangan (Rauer, Pettit, Lansford, Bates, & Dodge 2013). Menurut Rydz (2011) menjalin hubungan yang dekat dengan pasangan merupakan salah satu tujuan penting yang harus dicapai pada tahap dewasa awal. Namun menurut Koropecjy-Cox (dalam Santrock, 2011) masalah umum yang dialami oleh dewasa awal khususnya yang lajang adalah membentuk hubungan intim dengan orang dewasa lain, menghadapi kesepian, dan menemukan rintangan dalam masyarakat yang berorientasi pada pernikahan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sorgi, Chen, Dean, Halpern, dan Harris (2016) yang membahas mengenai status hubungan dewasa awal, dapat disimpulkan bahwa dewasa lajang adalah individu tidak sedang menjalin hubungan dengan orang lain, belum menikah, tidak sedang berpacaran, dan *cohabiting* atau tinggal serumah dengan pasangan tanpa status pernikahan. Indonesia sendiri selama 10 tahun terakhir, mengikuti pola dunia tentang meningkatnya prevalensi dewasa awal lajang berdasarkan rata-rata usia dewasa awal yang telah memiliki pasangan atau sudah menikah yang tercantum dalam (Statistik Pemuda Indonesia, 2020).

Menurut Batara dan Kristianingsih (2020), individu pada tahap dewasa awal lajang yang tidak atau belum memiliki pasangan akan mengalami kesepian. Sementara menurut Rokach dan Brock (dalam Adamczyk, 2016) kurangnya hubungan dengan pasangan romantis atau hubungan yang intim dengan orang lain merupakan salah satu faktor penyebab perasaan kesepian individu. Keintiman dan kesepian merupakan tantangan yang harus dihadapi oleh individu dewasa awal lajang (Santrock, 2011).

Penelitian terbaru telah menggaris bawahi pentingnya kesepian sebagai salah satu masalah kesehatan mental yang paling umum ditemui selama masa dewasa awal (Pitman, Mann, & Jhonson 2018). Penelitian yang dilakukan oleh (Cacioppo, Grippo, London, Goossens, & Cacioppo 2015) menemukan bahwa memiliki pasangan dikaitkan dengan tingkat kesepian intim yang lebih rendah.

Chiao, Chen, dan Yi (2019) menemukan bahwa orang dewasa awal yang memiliki pasangan secara signifikan lebih kecil kemungkinannya untuk merasakan kesepian emosional yang serius dibandingkan mereka yang tinggal sendiri atau belum memiliki pasangan. Manfaat yang diperoleh ketika seseorang menjalin hubungan intim, yaitu mampu memiliki rasa empati, dapat memberikan dukungan emosional, kemampuan untuk bersikap terbuka, dan kemampuan dalam mengatasi konflik, akan tetapi jika hal ini tidak terpenuhi maka individu lajang tersebut akan merasa kesepian (Sari & Listiyandini, 2015).

Sementara penelitian yang dilakukan oleh Cacioppo dkk (2015) menunjukkan bahwa kesepian merupakan pengalaman negatif ketika individu merasa sendirian karena terisolasi secara sosial bahkan ketika di antara keluarga atau teman atau dengan arti lain bahwa individu dapat merasakan perasaan kesepian meskipun saat sedang bersama orang lain. Lebih lanjut Cacioppo dkk, (2015) memaparkan ada tiga dimensi kesepian yaitu *intimate loneliness*, *relational loneliness* dan *collective loneliness*. *Intimate loneliness* sendiri mengacu pada tidak adanya seseorang yang. *Relational loneliness*, hal ini mengacu pada perasaan ada atau tidaknya koneksi persahabatan atau kekeluargaan yang berkualitas. Selanjutnya yaitu *collective loneliness*, mengacu pada identitas nilai sosial seseorang (misalnya dalam kelompok, sekolah, tim, atau identitas nasional) di mana seseorang dapat terhubung dengan orang lain pada jarak jauh dalam ruang kolektif.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat diketahui bahwa perasaan kesepian tersebut bisa dikaitkan dengan perasaan hampa, kesedihan, dan rasa malu di samping persepsi subjektif bahwa individu tidak memiliki hubungan dengan orang lain seperti yang dikemukakan oleh Pietrabissa dan Simpson (2020). Artinya kesepian yang dialami oleh dewasa lajang tidak hanya bisa disebabkan oleh ketiadaan hubungan romantis, namun bisa juga disebabkan oleh berkurangnya relasi sosial dengan orang lain ataupun tidak adanya keterikatan dengan kelompok sosial.

Lebih lanjut Schiau (2016) dalam penelitiannya mengatakan bahwa kesepian dapat dialami pada usia berapa pun, dan humor dapat bertindak sebagai mekanisme mengatasi kesulitan hidup, dan dapat memicu emosi positif. Ini selaras dengan yang dikemukakan oleh Alkan (2014) bahwa humor digunakan sebagai koping dimana berfungsi untuk mengurangi kesepian bagi individu sekaligus stress yang dihadapi dengan meningkatkan suasana hati.

Marina (2018) juga mengatakan bahwa *sense of humor* memiliki pengaruh terhadap kesepian yang dialami individu. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Tse, Lo, Cheng, Chan, Chan, dan Chung (2010) menunjukkan bahwa humor dapat mengurangi rasa sakit, kesepian, meningkatkan kebahagiaan dan kepuasan hidup. Selera humor yang dimiliki individu dapat membantu dalam mengatasi keadaan yang beragam seperti saat situasi kegembiraan ataupun situasi penderitaan yang dirasakan juga selain itu selera humor yang dimiliki individu membantu

individu untuk memiliki pandangan hidup yang mendalam terhadap masalah, lebih bijaksana dan lebih merasa tidak terbebani dengan masalah yang dihadapi (Schiau, 2016).

Dengan memiliki selera humor yang tinggi, individu mampu dalam merestrukturisasi kognitif dan menilai kembali peristiwa kehidupan yang penuh tekanan dengan cara yang lebih positif kemudian dengan memiliki selera humor yang baik juga individu dapat menemukan makna dalam peristiwa stres dan menganggap peristiwa stres sebagai tantangan untuk pertumbuhan pribadi mereka dengan mengantisipasi beberapa keuntungan dari pengalaman (Abel, 2012).

Selain itu humor dapat digunakan sebagai sumber subjektif bagi individu untuk mengatasi situasi sulit dan pengambilan perspektif dalam bentuk koping untuk menghadapi situasi yang digambarkan sebagai stres, situasi menuntut dan kegagalan (Kruczek & Basińska, 2018). Sifat humor yang fleksibel memungkinkan setiap individu untuk menyajikan humor dalam berbagai bentuk dan situasi serta dapat dihadirkan dimana-mana seperti saat interaksi sosial, hiburan, atau dengan melalui media (Ping, 2011).

Thorson dan Powell (1993^a) menyatakan bahwa *sense of humor* adalah selera humor yang dimiliki individu dimana didalamnya terdiri dari elemen-elemen termasuk kemampuan untuk membuat humor, mengenali humor, mengapresiasi humor, menggunakan humor sebagai

mekanisme *coping* dan untuk mencapai tujuan sosial. Thorson dan Powell (1993^b) menyatakan bahwa *sense of humor* terdiri dari empat dimensi, yaitu *humor generation or creativity (humor production)* yang mengacu pada kemampuan kreatif untuk menjadi lucu, membuat lelucon, mengidentifikasi hal yang lucu dalam suatu situasi, menciptakan dan menghubungkannya untuk menghibur orang lain. *Coping humor* yaitu mekanisme adaptif, mampu menertawakan masalah atau menguasai situasi sulit melalui penggunaan humor. *Appreciation of humor* yaitu kemampuan untuk mengapresiasi sesuatu yang lucu yang membuat seseorang tertawa ataupun tersenyum dan dimensi terakhir *appreciation of humorous people (attitudes toward humor)* yaitu kemampuan untuk mengapresiasi orang-orang humoris pada setiap situasi lucu yang membuat tersenyum atau tertawa.

Sense of humor banyak mengandung keuntungan diantaranya individu dengan *sense of humor* yang lebih tinggi, lebih termotivasi, lebih ceria, dapat dipercaya mempunyai *self-esteem* yang lebih tinggi dan salah satu keuntungan yang terbesar dengan memiliki kepekaan terhadap humor (*sense of humor*) adalah pengaruhnya pada kesehatan (Septiana, 2017). Humor telah dianggap sebagai sumber emosi positif, yang dapat mengalihkan perhatian individu dari emosi negatif dan dengan demikian mengurangi perasaan negatif tersebut (Samson & Gross, 2012). Ping (2011) mengatakan bahwa *sense of humor* berfokus pada ada tidaknya sifat humoris yang dimiliki individu dan juga individu dapat menggunakan

humor sebagai bentuk hubungan interpersonal, menggunakan humor sebagai pandangan hidup, atau menggunakan humor untuk mengurangi tekanan yang dirasakan dan penggunaan ini bergantung pada elemen humor yang dimiliki individu.

Berdasarkan pemaparan fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Peran *sense of humor* terhadap kesepian pada dewasa awal lajang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan maka permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada peran *sense of humor* terhadap kesepian pada dewasa awal lajang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui peran *sense of humor* terhadap kesepian pada dewasa awal lajang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik yang bersifat teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan mengenai peran *sense of humor* terhadap kesepian pada dewasa awal lajang dan diharapkan dapat menjadi sumbangan yang berguna bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi terkait peran *sense of humor* terhadap kesepian pada dewasa awal lajang agar dapat meningkatkan kemampuan mekanisme koping dalam bentuk humor atau menggunakan humor sebagai cara pandang yang berbeda dalam menghadapi tekanan untuk melewati masa sulit tahap perkembangan seperti kesepian pada masa lajang.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil temuan penelusuran terkait dengan penelitian yang hendak dilakukan, peneliti belum menemukan penelitian yang mengangkat pembahasan mengenai peran *sense of humor* terhadap kesepian pada dewasa awal lajang. Akan tetapi, terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang menggunakan variabel *sense of humor* dan kesepian yang peneliti temukan baik penelitian di dalam negeri maupun di luar negeri.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Miftahurrahmah dan Harahap (2020) dengan judul “Hubungan Kecanduan Sosial Media dengan Kesepian pada Mahasiswa”. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan hubungan antara kecanduan sosial media dengan kesepian pada mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini merupakan 110 mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta dan dilakukan dengan metode *purposive sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kecanduan sosmed dengan kesepian.

Perbedaan penelitian yang hendak dilakukan oleh peneliti terletak pada penggunaan variabel dan subjek dari penelitian. Pada penelitian yang dilakukan oleh Miftahurrahmah dan Harahap (2020), variabel kecanduan sosial media dihubungkan dengan kesepian (*loneliness*). Sedangkan pada penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan variabel *sense of humor* sebagai variabel bebas (independen) dan kesepian sebagai variabel terikat (dependen). Selain itu perbedaan lainnya juga terletak pada subjek pada penelitian tersebut yaitu mahasiswa. Sedangkan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti menggunakan subjek dewasa awal lajang yang belum memiliki pasangan.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Sari dan Listiyandini (2015) dengan judul “Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kesepian Pada Remaja (Studi Korelasi Pada Siswa Kelas IX Smp Negeri 2 Semarang)”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kesepian pada remaja awal. Populasi dalam penelitian ini adalah

siswa kelas IX SMP Negeri 2 Semarang. Sampel penelitian berjumlah 150 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang negatif signifikan antara konsep diri dengan kesepian. Semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah kesepian, demikian pula sebaliknya semakin rendah konsep diri maka semakin tinggi kesepian pada siswa.

Penelitian tersebut memiliki perbedaan dengan yang penelitian yang akan dilakukan. Pada penelitian oleh Sari dan Listiyandini (2015) ini, peneliti mencari hubungan antara konsep diri dengan kesepian, berbeda dengan penelitian yang akan peneliti lakukan dimana peneliti mencari peran *sense of humor* sebagai variabel bebas dengan kesepian sebagai variabel terikat. Selain itu yang menjadi pembeda adalah penelitian tersebut meneliti kesepian pada siswa. Sedangkan, peneliti meneliti dewasa awal lajang yang belum memiliki pasangan.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Chandra (2016) dengan judul “Hubungan *Sense of Humor* dan *Romantic Relationship* pada Mahasiswa”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *sense of humor* dan *romantic relationship* pada mahasiswa. Subjek yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan subjek sebanyak 115 orang mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *sense of humor* dan *romantic relationship* pada mahasiswa Universitas Surabaya.

Perbedaan penelitian yang hendak dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel terikat yang digunakan. Pada penelitian yang dilakukan oleh

Chandra (2016) ini menggunakan *romantic relationship* sebagai variabel terikat (dependen) yang kemudian dihubungkan dengan kesepian sebagai variabel bebas (independen). Sedangkan penelitian yang hendak peneliti lakukan yaitu menghubungkan antara *sense of humor* sebagai variabel bebas (independen) terhadap kesepian sebagai variabel terikat (dependen). Selanjutnya yang menjadi pembeda adalah subjek pada penelitian tersebut yaitu mahasiswa. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan subjek yaitu dewasa awal lajang yang belum memiliki pasangan.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Puspita dan Rangkuti (2015) dengan judul “Hubungan *Sense of Humor* dengan Kebahagiaan pada Lansia”. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *sense of humor* dengan kebahagiaan pada lansia. Subjek penelitian berjumlah 195 orang lansia dengan rentang usia 60-85 tahun yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara *sense of humor* dengan kebahagiaan pada lansia.

Perbedaan penelitian yang hendak dilakukan oleh peneliti terletak pada penggunaan variabel dan subjek dari penelitian ini. Pada penelitian Puspita dan Rangkuti (2015) ini, variabel *sense of humor* dihubungkan dengan kebahagiaan. Sedangkan pada penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan variabel *sense of humor* sebagai variabel bebas yang dihubungkan dengan variabel kesepian sebagai variabel terikat. Kemudian, yang menjadi pembeda antara penelitian tersebut dengan

peneliti terletak pada subjek. Pada penelitian tersebut subjek penelitiannya adalah lansia. Sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan subjek dewasa awal lajang yang belum memiliki pasangan.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Best, Herring, Clarke, Kirby, dan Gilbert (2021) dengan judul “*The experience of loneliness: The role of fears of compassion and social safeness*”. Penelitian ini menggunakan survei online yang bertujuan untuk mengeksplorasi kesepian dan hubungannya dengan konstruksi psikologis terkait keterhubungan sosial, keamanan sosial, kebahagiaan subjektif, dan ketakutan akan kasih sayang pada 177 orang dewasa (Perempuan = 126), berusia 18-70 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mereka yang memiliki kesepian tinggi melaporkan ketakutan yang lebih tinggi secara signifikan untuk mengekspresikan belas kasih kepada orang lain dan diri sendiri, dan menerima kasih sayang dari orang lain, serta melaporkan keamanan sosial, kebahagiaan subjektif dan hubungan sosial yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang melaporkan kesepian rendah. Temuan menunjukkan bahwa keamanan sosial, dan ketakutan menerima kasih sayang dari orang lain atau diri sendiri sangat terkait dengan mereka yang memiliki tingkat kesepian yang tinggi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Best dkk. (2021) memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Pada penelitian tersebut, variabel *loneliness* dihubungkan dengan *fears of compassion and social safeness*. Sedangkan pada penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan variabel bebas (independen) yaitu *loneliness* yang akan

dihubungkan dengan variabel *fears of compassion and social safeness* sebagai variabel terikat (dependen). Kemudian pada penelitian tersebut subjek penelitiannya menggunakan orang dewasa perempuan berusia 18-70 tahun. Sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan subjek dewasa awal lajang yang belum memiliki pasangan.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Barreto, Victor, Hammond, Eccles, Richins, dan Qualter (2021) dengan judul “*Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness*”. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji perbedaan dalam pengalaman kesepian lintas budaya, usia, dan jenis kelamin, dan interaksi antara faktor-faktor ini. Subjek penelitian ini adalah 46.054 peserta berusia 16-99 tahun, tinggal di 237 negara, pulau, dan wilayah, yang mewakili berbagai budaya individualisme-kolektivisme, sebagaimana didefinisikan oleh Hofstede (1997). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesepian meningkat dengan individualisme, menurun seiring bertambahnya usia, dan lebih besar pada pria dibandingkan pada wanita. Penelitian ini juga menemukan bahwa usia, jenis kelamin, dan budaya berinteraksi untuk memprediksi kesepian, meskipun interaksi tersebut tidak memenuhi syarat efek utama, dan hanya menonjolkannya. Selain itu pada penelitian ini juga menemukan yang paling banyak rentan terhadap kesepian adalah pria muda yang hidup dalam budaya individualistis.

Perbedaan penelitian yang hendak dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel penelitian ini. Penelitian yang dilakukan oleh Barreto dkk.,

(2021) menghubungkan satu variabel yaitu *loneliness* dengan faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, dan perbedaan budaya. Sedangkan pada penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan dua variabel yaitu *sense of humor* sebagai variabel bebas (independen) kemudian dihubungkan dengan dengan kesepian sebagai variabel terikat (dependen). Kemudian, yang menjadi pembeda antara penelitian tersebut dengan peneliti terletak pada subjek. Pada penelitian tersebut subjek penelitiannya berdasarkan usia yang sudah ditentukan dan tersebar di berbagai tempat dengan budaya individualisme-kolektivisme. Sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan subjek dewasa awal lajang yang belum memiliki pasangan.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Cann dan Collette (2014) dengan judul “*Sense of Humor, Stable Affect, and Psychological Well-Being*”. Penelitian saat ini bertujuan untuk memeriksa apakah selera humor yang baik dapat beroperasi secara global dengan membantu mempertahankan pengaruh positif yang lebih stabil. Pengaruh positif yang stabil telah terbukti memfasilitasi pemecahan masalah yang lebih efektif dan untuk membangun resiliensi. subjek pada penelitian ini berjumlah 120 peserta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa afek yang stabil terkait dengan resiliensi dan kesejahteraan psikologis, dan bahwa rasa humor yang melibatkan humor yang meningkatkan diri, humor yang didasarkan pada mempertahankan perspektif humor tentang pengalaman seseorang, secara positif terkait dengan afek positif yang stabil, terkait secara negatif.

ke afek negatif yang stabil, dan dimediasi melalui afek yang stabil dalam mempengaruhi resiliensi, kesejahteraan dan kesusahan. Jadi, sementara selera humor yang baik dapat menyebabkan resiliensi yang lebih besar dan kesehatan psikologis yang lebih baik.

Penelitian tersebut memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Cann dan Collette (2014) ini menggunakan tiga variabel yaitu *sense humor* yang dihubungkan dengan resiliensi dan *psychological well-being*. Sedangkan pada penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan dua variabel yaitu *sense of humor* yang dihubungkan dengan kesepian. Selain itu, yang menjadi pembeda antara penelitian tersebut dengan peneliti terletak pada subjek. Pada penelitian tersebut subjek penelitiannya tidak diketahui karakteristik khusus namun berjumlah 120 peserta. Sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan subjek dewasa awal lajang yang belum memiliki pasangan.

Berdasarkan beberapa referensi penelitian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa adapun yang menjadi perbedaan penelitian ini dengan peneliti sebelumnya adalah variabel penelitian dan subjek penelitian yang digunakan. Sehingga penelitian dengan judul hubungan antara *sense of humor* terhadap kesepian pada dewasa awal lajang dapat dipertanggungjawabkan keasliannya karena berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abel, M. H. (2012). *Humor , stress , and coping strategies*. 4(2012), 365–381.
- Adamczyk, K. (2016). An investigation of loneliness and perceived social support among single and partnered young adults. *Current Psychology*, 35(4), 674–689. <https://doi.org/10.1007/s12144-015-9337-7>
- Adamczyk, K. (2017). Voluntary and Involuntary Singlehood and Young Adults' Mental Health: an Investigation of Mediating Role of Romantic Loneliness. *Current Psychology*, 36(4), 888–904. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9478-3>
- Alkan, N. (2014). *Humor , loneliness and acceptance : predictors of university drop-out intentions*. 152, 1079–1086. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.09.278>
- Analysis of characteristics and circumstances associated with loneliness. (2018). *Loneliness - what characteristics and circumstances are associated with feeling lonely? - office for national statistics*. 1–19. <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/articles/lonelinesswhatcharacteristicsandcircumstancesareassociatedwithfeelinglonely/2018-04-10>
- Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi (edisi II)*.
- Azwar, Saifuddin. (2018). *Metode penelitian psikologi edisi II (II)*. Pustaka Pelajar.
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2021). Loneliness around the world: Age , gender , and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, 169(January 2020), 110066. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066>
- Batara, G. A., & Kristianingsih, S. A. (2020). Hubungan dukungan sosial dengan kesepian pada narapidana dewasa awal lajang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(1), 187. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i1.797>
- Best, T., Herring, L., Clarke, C., Kirby, J., & Gilbert, P. (2021). The experience of loneliness : The role of fears of compassion and social safeness. *Personality and Individual Differences*, 183, 111161. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111161>
- BPS. (2021). *Statistik Indonesia 2021* (D. D. Statistik (ed.)). Badan Pusat

Statistik.

- Cacioppo, S., Grippo, A. J., London, S., Goossens, L., & Cacioppo, J. T. (2015). Loneliness: clinical Import and Interventions. *Perspectives on Psychological Science*, *10*(2), 238–249. <https://doi.org/10.1177/1745691615570616>
- Cann, A., & Collette, C. (2014). Sense of humor, stable affect, and psychological well-being. *Europe's Journal of Psychology*, *10*(3), 464–479. <https://doi.org/10.5964/ejop.v10i3.746>
- Chan, Y. C., Hsu, W. C., Liao, Y. J., Chen, H. C., Tu, C. H., & Wu, C. L. (2018). Appreciation of different styles of humor: An fMRI study. *Scientific Reports*, *8*(1), 1–12. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-33715-1>
- Chandra, J. Y. (2016). *Hubungan antara sense of humor dan romantic relationship pada mahasiswa*. *5*(1), 1–9.
- Chiao, C., Chen, Y. H., & Yi, C. C. (2019). Loneliness in young adulthood: Its intersecting forms and its association with psychological well-being and family characteristics in Northern Taiwan. *PLoS ONE*, *14*(5), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217777>
- Confederation, W. T. (2016). Global Report on The Power of Youth Travel. *Affiliate Members Global Report*, *13*, 60.
- Davies, C. E. (2019). An autoethnographic approach to understanding identity construction through the enactment of sense of humor as embodied practice. *Journal of Pragmatics*, *152*, 200–215. <https://doi.org/10.1016/j.pragma.2019.02.010>
- Fokkema, T., Gierveld, J. D. J., & Dykstra, P. A. (2012). Cross-national differences in older adult loneliness. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, *146*(1–2), 201–228. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.631612>
- Ford, T. E., Lappi, S. K., & Holden, C. J. (2016). *Personality , Humor Styles and Happiness : Happy People Have Positive Humor Styles*. <https://doi.org/10.5964/ejop.v12i3.1160>
- Geukens, F., Maes, M., Spithoven, A., Pouwels, J. L., Danneel, S., Cillessen, A. H. N., Berg, Y. H. M. van den, & Goossens, L. (2020). Changes in adolescent loneliness and concomitant changes in fear of negative evaluation and self-esteem. *International Journal of Behavioral Development*. <https://doi.org/10.1177/0165025420958194>
- Hardianti, H. (2011). Pengaruh sense of humor terhadap kualitas hidup pada lansia pensiunan di kota malang. *Universitas Brawijaya Malang*. <https://doi.org/10.1201/b18844-21>

- Hawkley, L. C., Browne, M. W., & Cacioppo, J. T. (2005). *How can i connect with thee? let me count the ways*. 16(10).
- Hehl, F. J., & Ruch, W. (1985). The location of sense of humor within comprehensive personality spaces: An exploratory study. *Personality and Individual Differences*, 6(6), 703–715. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(85\)90081-9](https://doi.org/10.1016/0191-8869(85)90081-9)
- Himawan, K. K., Bambling, M., & Edirippulige, S. (2018). The Asian Single Profiles: Discovering Many Faces of Never Married Adults in Asia. *Journal of Family Issues*, 39(14), 3667–3689. <https://doi.org/10.1177/0192513X18789205>
- Hoffart, A., Johnson, S. U., & Ebrahimi, O. V. (2020). Loneliness and social distancing during the covid-19 pandemic: risk factors and associations with psychopathology. *Frontiers in Psychiatry*, 11(November), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.589127>
- Hutten, E., Jongen, E. M. M., Hajema, K. J., Ruiter, R. A. C., Hamers, F., & Bos, A. E. R. (2021). Risk factors of loneliness across the life span. *Journal of Social and Personal Relationships*, 0(0), 1–26. <https://doi.org/10.1177/02654075211059193>
- Kruczek, A., & Basińska, M. A. (2018). Humour, stress and coping in adults. *Postepy Psychiatrii i Neurologii*, 27(3), 181–195. <https://doi.org/10.5114/ppn.2018.78712>
- Marina, I. (2018). *Pengaruh rasa humor terhadap kesepian pada remaja yang tinggal dengan orang tua tunggal di kota bandung* [Universitas Pendidikan Indonesia]. <http://repository.upi.edu/33421/>
- Martin, R. A. (2003). Sense of humor. *University of Western Ontario*.
- Miftahurrahmah, H., Harahap, F., Psikologi, P. S., & Yogyakarta, U. N. (2020). *Acta Psychologia*. 2, 153–160.
- Miller, R. S. (2015). *Intimate relationships*. McGraw-Hill Education.
- Omwake, L. (1939). Factors influencing the sense of humors. *Journal of Social Psychology*, 10(1), 95–104. <https://doi.org/10.1080/00224545.1939.9713348>
- Overholser, J. C. (1992). With life stress. *Personality and Individual Differences*, 13(7), 799–804.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness - a sourcebook of current theory, research and therapy*. simultaneously in Canada.
- Pérez-Aranda, A., Hofmann, J., Feliu-Soler, A., Ramírez-Maestre, C., Andrés-Rodríguez, L., Ruch, W., & Luciano, J. V. (2019). Laughing away the pain: a narrative review of humour, sense of humour and pain. *European Journal of*

- Pain (United Kingdom)*, 23(2), 220–233. <https://doi.org/10.1002/ejp.1309>
- Ping, C. (2011). *Sense of humor and Use of humor : Implication of humor and well-being in Hong Kong*.
- Pitman, A., Mann, F., & Johnson, S. (2018). Advancing our understanding of loneliness and mental health problems in young people. *The Lancet Psychiatry*, 5(12), 955–956. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(18\)30436-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30436-X)
- Pramuji, S. (2019). *Potret jomlo di Indonesia*. <https://beritagar.id/artikel/gaya-hidup/potret-jomlo-di-indonesia>
- Puspita, A., & Rangkuti, R. P. (2015). *Hubungan sense of humor dengan kebahagiaan pada lansia*. 7.
- Puspitasari, D. A., & Mas'ud, F. (2018). Pengaruh nilai budaya nasional indonesia terhadap preferensi gaya manajemen konflik (Studi Pada Karyawan Tendik FISIP Undip). *Diponegoro Journal of Management*, 7(4), 1–12.
- Putri, F. L. (2017). Studi korelasi antara sense of humor dengan tingkat stress pada mahasiswa fakultas psikologi. *Universitas Padjadjaran*.
- Quintero, Á., Henao, M. E., Villamil, M. M., & León, J. (2015). *Changes in depression and in the feeling of loneliness after laughter's therapy*. 90–100. <https://doi.org/10.7705/biomedica.v35i1.2316>
- Radomska, A. (2011). *Humor from the perspective of positive psychology. implications for research on development in adulthood*. 42(4), 215–225. <https://doi.org/10.5702/massspec1953.22.173>
- Rauer, A. J., Pettit, G. S., Lansford, J. E., Bates, J. E., & Dodge, K. A. (2013). Romantic relationship patterns in young adulthood and their developmental antecedents. *Developmental Psychology*, 49(11), 2159–2171. <https://doi.org/10.1037/a0031845>
- Richard, A., Rohrmann, S., Vandeleur, C. L., Schmid, M., Barth, J., & Eichholzer, M. (2017). Loneliness is adversely associated with physical and mental health and lifestyle factors: Results from a Swiss national survey. *PLoS ONE*, 12(7), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0181442>
- Ruch, W. (2012). Towards a new structural model of the sense of humor: preliminary findings. *AAAI Fall Symposium - Technical Report, FS-12-02*, 68–75.
- Rumas, R., Shamblaw, A. L., Jagtap, S., & Best, M. W. (2021). Predictors and consequences of loneliness during the COVID-19 Pandemic. *Psychiatry Research*, 300(November 2020), 113934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113934>
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness

- scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>
- Rydz, E. (2011). *Important life decisions of young people*. 25–43. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.12.011>
- Samson, A. C., Gross, J. J., Samson, A. C., & Gross, J. J. (2012). *Humour as emotion regulation : the differential consequences of negative versus positive humour* *Humour as emotion regulation : The differential consequences of negative versus positive humour*. March 2013, 37–41.
- Sánchez, J. C., Echeverri, L. F., Londoño, M. J., Ochoa, S. A., Quiroz, A. F., Romero, C. R., & Ruiz, J. O. (2017). *Effects of a Humor Therapy Program on Stress Levels in Pediatric Inpatients*. 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.1542/hpeds.2016-0128>
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development* (Thirteenth). Mike Sugarman. <http://hdr.undp.org/en/data>
- Sari, I. P., & Listiyandini, R. A. (2015). Hubungan antara resiliensi dengan kesepian (loneliness) pada dewasa muda lajang. *Prosiding Pesat (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur Dan Teknik Sipil) Universitas Gunadarma*, 6(October 2015), 45–51.
- Schiau, I. (2016a). *Loneliness, social interactions and sense of humor. a quantitative study comparing*. 23, 60–68.
- Schiau, I. (2016b). Loneliness, social interactions and sense of Humor. a quantitative study comparing romanian students and older adults. *Studies and Scientific Researches. Economics Edition*, 23, 60–68. <https://doi.org/10.29358/sceco.v0i23.355>
- Septiana, O. (2017). *Hubungan antara sense of humor dan subjective well-being dengan mahasiswa*.
- Shovestul, B., Han, J., Germine, L., & Dodell-Feder, D. (2020). Risk factors for loneliness: The high relative importance of age versus other factors. *PLoS ONE*, 15(2), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229087>
- Shuzhuo, L., Qunlin, Z., Xueyan, Y., & Attané, I. (2010). Male singlehood, poverty and sexuality in rural china: An exploratory survey. *Population*, 65(4), 679–693. <https://doi.org/10.3917/pope.1004.0679>
- Sorgi, B. A., Chen, P., Ph, D., Dean, S. C., Halpern, C. T., Ph, D., & Harris, K. M. (2016). *Characteristics of young adult relationships: the national longitudinal study of adolescent to adult health young adult relationship summary*. 3, 1–9.

- Statistik Pemuda Indonesia. (2020). *Statistik pemuda indonesia*.
- Sugiyono, P. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung : ALFABETA.
- Sugiyono, P. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sugiyono, P. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Alfabeta.
- Sugiyono, P. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d (D. I. Sutopo (ed.))*. Alfabeta.
- Sugiyono, P. D. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d (D. I. Sutopo (ed.))*. Alfabeta.
- Sukoco, A. S. P. (2014). Jurnal tugas skhir hubungan sense of humor dengan stres pada mahasiswa baru fakultas psikologi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1). <http://eprints.undip.ac.id/40874/>
- Svebak, S. (2014). *Definitions, theories, and measurement of humor*. 17. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-65691-5>
- Svendsen, L. (2017). *A philosophy of loneliness*. Reaktion Books Ltd.
- Thorson, J. A., & Powell, F. C. (1993). Relationships of death anxiety and sense of humor. *Psychological Reports*, 72(3 Pt 2), 1364–1366. <https://doi.org/10.2466/pr0.1993.72.3c.1364>
- Thorson, James A., & Powell, F. C. (1993). Sense of humor and dimensions of personality. *Journal of Clinical Psychology*, 49(6), 799–809. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199311\)49:6<799::AID-JCLP2270490607>3.0.CO;2-P](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199311)49:6<799::AID-JCLP2270490607>3.0.CO;2-P)
- To, S. (2015). “My mother wants me to jiaru-haomen (marry into a rich and powerful family)!”: Exploring the pathways to “altruistic individualism” in Chinese professional women’s filial strategies of marital choice. *SAGE Open*, 5(1). <https://doi.org/10.1177/2158244014567057>
- Tse, M. M. Y., Lo, A. P. K., Cheng, T. L. Y., Chan, E. K. K., Chan, A. H. Y., & Chung, H. S. W. (2010). Humor therapy: relieving chronic pain and enhancing happiness for older adults. *Journal of Aging Research*, 2010. <https://doi.org/10.4061/2010/343574>
- Widhiarso, W. (2012). Tanya jawab tentang uji normalitas. *Fakultas Psikologi UGM*.

Zhao, J., Kong, F., & Wang, Y. (2012). *Self-esteem and humor style as mediators of the effects of shyness on loneliness among Chinese college students*. 52, 2005–2007. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.12.024>