

HUBUNGAN SENSE OF HUMOR DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MASA DEWASA AWAL

Jefry Amando^{*1}, Sulistiasih²¹Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya²Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya*Corresponding Author: jefriamando12@gmail.com

ABSTRACT

Early adulthood is a crucial developmental stage marked by significant transitions and challenges, particularly in achieving psychological well-being. Sense of humor has been recognized as a potential factor influencing psychological well-being during this phase, yet studies in this context, especially in Bekasi Utara, Indonesia, are limited. This study aimed to explore the relationship between sense of humor and psychological well-being among young adults in Bekasi Utara, Indonesia. A quantitative correlational research design was employed, involving 129 young adults (69 males, 60 females) residing in Bekasi Utara. The Sense of humor and Psychological well-being scales were used to collect data. Data analysis included descriptive statistics, correlation analysis, and tests of significance to examine associations between variables. The findings indicated a significant positive correlation between sense of humor and psychological well-being ($r = 0.514, p < 0.01$). Participants reported higher psychological well-being scores when they exhibited a greater sense of humor. Differences in psychological well-being across gender and residential areas were also noted, suggesting varying impacts of sense of humor on well-being based on demographic factors. Sense of humor plays a crucial role in enhancing psychological well-being among young adults in Bekasi Utara. These findings underscore the importance of fostering humor as a coping mechanism and social tool to promote mental health during the early adult years. Future interventions could focus on enhancing humor-related skills to improve overall well-being outcomes in this demographic.

Keyword: Sense of humor, Psychological well-being, Young Adults, North Bekasi, Indonesia.

ABSTRAK

Masa awal dewasa merupakan tahapan perkembangan yang penting yang ditandai dengan transisi dan tantangan signifikan, terutama dalam mencapai kesejahteraan psikologis. *Sense of humor* telah diakui sebagai faktor potensial yang memengaruhi kesejahteraan psikologis selama fase ini, namun studi dalam konteks ini, khususnya di Bekasi Utara, Indonesia, masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara *sense of humor* dan kesejahteraan psikologis di kalangan dewasa muda di Bekasi Utara, Indonesia. Desain penelitian korelasional kuantitatif digunakan, melibatkan 129 dewasa muda (69 pria, 60 wanita) yang tinggal di Bekasi Utara. Skala *Sense of humor* dan skala Kesejahteraan Psikologis digunakan untuk mengumpulkan data. Analisis data meliputi statistik deskriptif, analisis korelasi, dan uji signifikansi untuk menguji hubungan antar variabel. Temuan

Article History

Received: Juli 2024

Reviewed: Juli 2024

Published: Juli 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara *sense of humor* dan kesejahteraan psikologis ($r = 0,514$, $p < 0,01$). Peserta melaporkan skor kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi ketika mereka memiliki *sense of humor* yang lebih besar. Perbedaan dalam kesejahteraan psikologis antara gender dan area tempat tinggal juga ditemukan, menunjukkan dampak yang bervariasi dari *sense of humor* terhadap kesejahteraan berdasarkan faktor demografis. *Sense of humor* memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis di kalangan dewasa muda di Bekasi Utara. Temuan ini menegaskan pentingnya memupuk humor sebagai mekanisme pemecahan masalah dan alat sosial untuk meningkatkan kesehatan mental selama tahun-tahun awal dewasa. Intervensi di masa depan dapat berfokus pada meningkatkan keterampilan terkait humor untuk meningkatkan hasil kesejahteraan secara keseluruhan pada demografi ini.

Keyword: *Sense of humor*, Kesejahteraan Psikologis, Dewasa Muda, Bekasi Utara, Indonesia.

1. Pendahuluan

Setiap individu akan melalui sebuah perkembangan hidup yang akan terjadi dalam dirinya mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, dan bahkan sampai lansia. Behubungan dengan hal itu ada beberapa tugas perkembangan yang harus di lewati agar kehidupan menjadi bahagia dan tidak mengalami permasalahan yang berarti, terutama bagi orang sudah beranjak dewasa (Putri, 2018). Kehidupan dewasa yang dijalani oleh manusia memiliki tahap dan rintangan yang berbeda setiap individunya, namun permasalahan yang dialami secara garis besarnya sama.

Dewasa awal adalah masa dimana individu sudah siap menerima kedudukan yang baru dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya, dan telah menyelesaikan pertumbuhannya sehingga mencapai kematangan dalam berbagai aspek (Wijaya & Muslim, 2021). Selanjutnya menurut Santrock (2011) bahwa masa dewasa awal yaitu kata yang digunakan untuk merujuk ke masa perpindahan dari remaja menuju dewasa. Individu antara usia 18 dan 25 tahun, digolongkan sebagai seorang remaja secara sah atau dapat juga dikatakan sebagai orang muda sudah dewasa, namun masih belum pasti, masih bersifat eksplorasi dan relatif bebas dari komitmen jangka panjang (Robinson, 2019).

Kegagalan dalam menangani masa remaja dan masalah kesehatan mental dewasa muda termasuk pada kaum muda dapat meningkatkan risiko bunuh diri, masalah dengan penyalahgunaan zat atau gangguan makan, serapan yang lebih rendah intervensi kesehatan seksual dan reproduksi, dan prestasi akademik yang lebih rendah (Carvajal et al., 2021). Data global menunjukkan bahwa perkiraan sekitar 1 dari 7 remaja memiliki masalah kesehatan mental, konsekuensi dari kegagalan dalam mengatasi kondisi kesehatan mental remaja akan meluas hingga masa dewasa awal, hal tersebut dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental, serta membatasi peluang untuk menjalani kehidupan yang memuaskan di masa dewasa (WHO, 2021). Berbagai faktor mempengaruhi kesehatan mental. Semakin banyak faktor risiko yang dialami remaja, semakin besar potensi dampaknya terhadap kesehatan mental mereka di masa depan. Remaja dengan kondisi mentalnya, sangat rentan terhadap pengucilan sosial, diskriminasi, stigma (yang mempengaruhi kesiapan dalam mencari bantuan), perilaku mengambil risiko, dan masalah perkembangannya (WHO, 2021).

Selanjutnya dampak negatif dalam jangka panjang juga dapat terjadi apabila kesehatan mental pada remaja ini tidak segera diatasi seperti, dapat mengakibatkan berkurangnya

kesempatan bagi individu dewasa awal baik itu perempuan maupun laki-laki untuk dapat menjalani kehidupan yang bermakna dan bahagia, hingga konsekuensi sosial yang lebih luas termasuk seperti tinggi nya tingkat pengangguran, kecanduan narkoba atau alkohol, dan juga menimbulkan hasil kesehatan yang buruk, tingkat resiliensi yang lebih rendah, dan meningkatnya paparan kekerasan (Carvajal et al., 2021). Kondisi kesehatan mental merupakan beban penyakit yang banyak dialami bagi remaja secara global. Seterusnya data pada tahun 2019, menunjukkan perkiraan satu dari tujuh remaja mengalami gangguan jiwa. Jumlah ini diperkirakan berjumlah 166 juta remaja (89 juta laki-laki dan 77 juta perempuan) laki-laki dan perempuan di seluruh dunia (UNICEF, 2021).

Individu yang berada di masa dewasa awal ini merupakan harapan di masa depan. namun, banyak generasi kelahiran tahun 2000-2010, mengalami masalah kesehatan mental sehingga mengganggu perkembangannya, yang juga berdampak terhadap sosial dan ekonomi sehingga merugikan kehidupan mereka di masa depan jika tidak ditangani dengan baik sejak dini (Khalish, 2024). Badan Pusat Statistik (2023) menyatakan bahwa tingkat pengangguran di kota bekasi ditahun 2023 mencapai 7,90% dan tingkat partisipasi angkatan kerja 64,65%, presentase ini mengalami penurunan jika dibandingkan dengan angkatan kerja tahun 2022 dengan tingkat partisipasi angkatan kerja mencapai 65,33%. Lebih lanjut Kurniati et al., (2023) mengatakan bahwa seorang individu yang belum memperoleh pekerjaan, maka kebutuhan psikologis individu tersebut tidak dapat terpenuhi, sehingga *psychological well-being* individu tersebut akan menurun. Lebih lanjut Badan Pusat Statistik (2023) menyatakan bahwa jumlah penduduk miskin di jawa barat mencapai 7,62 persen. Sedangkan Badan Pusat Statistik (2023) menyatakan bahwa jumlah penduduk miskin di bekasi 4,10%. Angka kemiskinan yang cukup tinggi akan sangat berdampak pada masyarakat terutama keluarga (Ardila et al., 2020). Kondisi kemiskinan juga akan menyebabkan terganggunya kondisi mental individu (Noviawati & Undarwati, 2017)

Individu yang akan memasuki usia dewasa akan dibebankan untuk mengambil tanggung jawab atas kehidupan sendiri dan untuk mendapatkan kendali atasnya. jika individu tersebut tidak berhasil dalam melaksanakan tugas perkembangan sebelumnya, maka akan mengantarkannya pada ketidakbahagiaan, mengacaukan tugas perkembangan yang akan dijalani, dan akan mengganggu kesehatan mentalnya. Jeffrey Arnet mengidentifikasi bahwa menjelang masa dewasa adanya ketidakstabilan dalam cinta, pekerjaan, dan pendidikan (King, 2016). Pada masa dewasa awal Erikson 1968 berpendapat bahwa pada tahap ini individu mengalai dilema perkembangan yang melibatkan keintiman versus isolasi, dimana pada tahap ini individu akan membentuk hubungan intim dengan individu lain atau terisolasi dari lingkungan sosial (King, 2016).

Berdasarkan hal tersebut jika individu tersebut gagal dalam membentuk hubungan dengan individu lain maka, hal itu akan membuat individu tersebut tertutup dan terpisah dari lingkungan sosialnya. Hal tersebut dapat mempengaruhi *psychological well-being* individu tersebut, jika individu tidak mampu melewati permasalahan tersebut. Sejalan dengan pendapat Robinson (2019) individu dewasa awal yang tidak mampu menghadapi atau kurang mampu menerima kondisi diri sendiri dan kurang mampu mengoptimalkan potensi diri dalam upaya pengembangan diri yang berpengaruh pada kondisi *psychological well-being* dalam dirinya.

Psychological well being adalah sebuah keadaan dimana individu mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan-tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungannya, memiliki arti dan tujuan dalam hidup, dan mampu merealisasikan potensi dalam dirinya secara berkelanjutan (Prabowo, 2016). Selanjutnya individu dimasa dewasa awal apabila memiliki perkembangan yang baik maka individu tersebut seharusnya memiliki tingkat *psychological well being* yang baik pula (Kirana & Suprpti, 2021). Namun, jika individu tersebut memiliki *psychological well-being* yang buruk hal tersebut dapat mempengaruhi perkembangannya dan

cara dia dalam mengatasi masalah-masalahnya. Untuk itu *psychological well-being* dibutuhkan sebagai elemen penting yang akan mempengaruhi kondisi mental dimasa depan

Terdapat enam aspek yang menyusun kesejahteraan psikologi yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pengembangan diri (Ryff, 1989). Hal tersebut berarti bahwa *psychological wellbeing* merupakan sebuah keadaan dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap dirinya atau menerima dirinya sepenuhnya, berani atau dapat membuat keputusan sendiri, dapat memilih dan menciptakan lingkungannya agar mampu melihat peluang-peluang yang ada, memiliki tujuan hidup yang jelas dan membuat hidup lebih bermakna, serta berusaha mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya.

Psychological well-being mampu mengubah pandangan individu di tahap dewasa awal dalam menghadapi berbagai masalah perkembangannya dan mengubahnya menjadi sebuah tantangan baru dengan pandangan yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Harimukthi & Dewi, 2014) bahwa pengalaman-pengalaman dalam kehidupan yang beragam dan unik akan memberikan pengaruh terhadap kondisi kesejahteraan psikologis secara berkelanjutan. *Psychological well-being* harus dimiliki individu dimasa dewasa awal untuk membuat individu tersebut lebih memiliki emosi yang positif sehingga mengurangi perilaku negatif dan mengurangi perasaan depresi (Mimi Deviana, Tri Umari, 2023).

Oleh sebab itu salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* yang baik pada individu yang berada di masa dewasa awal yaitu membutuhkan emosi positif, dimana emosi positif merupakan suatu pertanda individu memiliki kesejahteraan psikologi yang baik (Arif, 2016). Terdapat sepuluh emosi positif menurut Fredrickson (2008), yaitu sukacita, perasaan bersyukur, ketenangan, minat, harapan, kebanggaan, hiburan, inspirasi, kekaguman, dan cinta. Lebih lanjut, di dukung oleh penelitian martin dalam Cann dan Collette (2014), dari sepuluh emosi positif tersebut, hiburan memiliki nilai yang relatif cukup tinggi dan hiburan berhubungan dengan dorongan dalam berbagi humor. Sehingga, *sense of humor* dapat berperan dalam *Psychological well being* (Kuiper dalam Cann & Collette 2014).

Penggunaan humor telah lama dipakai sebagai coping dalam menghadapi masa-masa sulit dalam kehidupan, individu yang memiliki *sense of humor* yang baik cenderung dapat melihat setiap masalah dengan cara yang lebih positif (Azlizan et al., 2023). Humor yang dimiliki individu akan membantu individu menghadapi perubahan aspek kehidupan, memberikan ketenangan dan kenyamanan, dan mampu menghadapi berbagai situasi permasalahan yang terjadi, mampu berhadapan dengan situasi-situasi yang sangat sulit. Lebih lanjut, humor juga dapat membantu seseorang keluar dari situasi yang memalukan atau situasi yang menyakitkan (Thorson & Powel, 1993).

Sense of humor merupakan aspek penting untuk membantu individu beradaptasi, dan juga membantu mengatasi permasalahan yang dialami individu terutama dimasa dewasa awal. Individu pada masa dewasa awal yang memiliki *sense of humor* yang tinggi diharapkan dapat memperoleh reaksi yang lebih menyenangkan serta dapat mengatasi permasalahan yang ada dalam dirinya (Sungkar & Partini, 2015). Selanjutnya dalam penelitian Wiratama dan Romadhani (2021) menunjukkan bahwa humor juga dapat menimbulkan interaksi sosial yang positif, dan menjauhkan diri dari emosi negatif sehingga fokus pada emosi positif yang dapat mengurangi stres. Hal ini berarti jika individu tersebut memiliki *sense of humor* yang baik maka, akan memiliki emosi positif yang baik bahkan ketika individu tersebut mengalami peristiwa yang negatif dalam hidupnya. Daripada itu seterusnya penelitian Sungkar dan Partini (2015) menunjukkan bahwa Individu yang kurang mampu untuk memfungsikan *sense of humor* yang terdapat dalam dirinya akan lebih sering kelihatan tegang dan tidak menunjukkan adanya kesegaran jiwa dalam dirinya.

Ketika individu yang memiliki *sense of humor* akan membuat individu tersebut lebih santai lebih memaknai positif terhadap permasalahan yang terjadi dalam dirinya (Zulfadri & Raudatussalamah, 2019). Hal tersebut berarti, individu yang berada di tahap dewasa awal

dapat menjadikan *sense of humor* sebagai sebuah sarana untuk memandang pikiran-pikiran yang negatif menjadi pikiran-pikiran yang positif terhadap sebuah masalah yang individu tersebut alami dimasa tersebut.

Peneliti melakukan survei awal untuk lebih mendalami fenomena yang akan diteliti, survei awal dilakukan secara acak pada 41 orang yang berdomisili di kota Bekasi pada tanggal 1-7 juni 2024 melalui google form. Dari hasil survei awal, sebanyak 97,5% responden merasa bahwa kehidupan saat ini belum memuaskan bagi mereka. Hal ini sesuai dengan pendapat Robinson (2019) bahwa individu di dewasa awal kurang mampu mengoptimalkan potensi diri dalam upaya pengembangan diri yang akan berpengaruh pada kondisi mentalnya. Selanjutnya, hasil survei awal menunjukkan 70% individu menyatakan bahwa mereka sulit menerima hal-hal negatif yang ada dalam dirinya. Hal ini sejalan dengan pernyataan Sa'diyah dan Amiruddin (2020) yang menyatakan bahwa para individu di dewasa awal masih kurang mampu dalam menerima kondisi dirinya sendiri

Lebih lanjut, hasil survei awal juga menunjukkan bahwa sebanyak 95% para responden yang berada di usia dewasa awal merasa bahwa terkadang tuntutan kehidupan sehari-hari dapat membuat mereka patah semangat. Berdasarkan dari hasil survei awal, sebesar 87,5% individu merasa bahwa coping humor adalah cara elegant untuk beradaptasi. Data tersebut menyatakan bahwa humor membantu mereka untuk dapat beradaptasi di lingkungannya.

Selain itu, sebesar 87,5% individu menjawab bahwa lelucon pernah membantu mereka dalam situasi yang sulit. Data tersebut menyatakan bahwa lelucon atau humor dapat membantu mereka melewati hal sulit yang dialami. Penelitian yang dilakukan Thorson dan Powel (1993) mengatakan bahwa penggunaan humor telah lama dipakai sebagai coping dalam menghadapi masa-masa sulit dalam kehidupan

Berdasarkan uraian fenomena dari permasalahan di atas menjelaskan bahwa jika *sense of humor* memiliki hubungan terhadap psychological well being pada permasalahan yang di alami individu dalam masa dewasa awal, hal ini dapat membantu individu tersebut untuk menangani gangguan kesehatan mental. Dengan adanya emosi positif melalui *sense of humor*, individu akan mendapatkan *psychological well-being*. Oleh karena itu, peneliti ingin melihat hubungan *sense of humor* dengan *psychological well-being* pada dewasa awal di kota bekasi utara.

Masa dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa, dimana ini adalah suatu masa yang penuh dengan masalah dan ketegangan emosional (Putri, 2018). Dengan adanya fenomena tersebut dibutuhkan emosi positif, dimana emosi positif merupakan suatu pertanda individu memiliki psychological well being yang baik (Arif, 2016). Dengan *psychological well-being* yang dimiliki individu dimasa dewasa awal, dapat membantu individu tersebut untuk mengurangi perilaku negatif dalam dirinya (Mimi Deviana, Tri Umari, 2023). Humor dapat membantu individu menimbulkan interaksi sosial yang positif, dan menjauhkan diri dari emosi negatif sehingga fokus pada emosi positif (Wiratama & Romadhani, 2021). Dengan demikian dibutuhkan humor bagi individu untuk dapat memiliki emosi positif, agar membantu dalam melewati permasalahan yang terjadi.

Pada penelitian pertama yang berjudul "Harmony and Distress: Humor, Culture, and *Psychological well-being* in South Korea Organizations" (Kim & Plester, 2019). Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara humor, budaya, dan kesejahteraan psikologis dalam organisasi Korea selatan. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan etnografi dari tiga organisasi di Korea Selatan. Hasilnya adalah humor memiliki hubungan dalam kesejahteraan psikologis di Organisasi Korea Selatan. Namun, humor juga dapat menciptakan tekanan dan emosi negatif bagi mereka yang berada dalam posisi jabatan yang lebih rendah dan hal itu dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis karyawan

Selanjutnya pada penelitian kedua yang berjudul "*Sense of humor and Resiliency: Explanatory Components of Psychological well-being*" (Elahi et al., 2017). Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara selera humor, ketahanan dan kesejahteraan psikologis siswa pribumi dan non-pribumi. Penelitian ini menggunakan pendekatan

kuantitatif dengan menggunakan sampel 332 mahasiswa yang dipilih secara acak. Hasilnya adalah penelitian mengkonfirmasi bahwa subskala humor berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis.

Pada penelitian ketiga yang berjudul "*Sense of humor* dengan Subjective Well-Being Pada Remaja dengan Orangtua yang Bercerai" (Yustia et al., 2021). Berdasarkan hasil analisis data terlihat bahwa tidak terdapat korelasi antara *sense of humor* dengan subjective well-being.

Pada penelitian selanjutnya yang dilakukan Olatunji (2022) yang berjudul "*The Association Between Sense of Humour and Psychological well-being among Undergraduates*" memiliki tujuan untuk mengeksplorasi dimensi pengertian humor dan hubungannya dengan dimensi kesejahteraan psikologis. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan sampel 189 mahasiswa di Universitas Federal Oye Ekiti, Nigeria. Hasilnya adalah penelitian ini mengkonfirmasi adanya korelasi positif dan signifikan antara selera humor dan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Penelitian kelima yang berjudul "*Hubungan Antara Sense of humor dan Gratitude Terhadap Psychological well-being Mahasiswa Universitas Surabaya*" (Taufiq, 2022). Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan ditemukan bahwa *psychological well-being* memiliki korelasi dengan gratitude dan *sense of humor*. Dalam hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki sikap yang baik atau bertindak baik dalam mengapresiasi humor orang lain, dapat meningkatkan *psychological well-being* mahasiswa tersebut.

Berdasarkan berbagai hasil penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa masih jarang penelitian mengenai hubungan *sense of humor* dengan *psychological well-being* di Indonesia dan lebih banyak penelitian yang mengkaitkannya dengan subjective well-being. Selanjutnya untuk melakukan kebaruan dalam penelitian tentang hal ini maka peneliti memutuskan untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan *sense of humor* dengan *psychological well-being* yang dilakukan pada individu dewasa awal di Bekasi utara. Peneliti juga ingin melihat lebih dalam mengenai *psychological well-being* pada masa dewasa awal di Bekasi utara.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional untuk menguji hipotesis tentang hubungan antara *sense of humor* dan *psychological well-being*. Variabel terikatnya adalah *psychological well-being*, sementara variabel bebasnya adalah *sense of humor*. *Sense of humor* didefinisikan sebagai kecenderungan tertawa, bercerita lucu, dan menghibur orang lain, diukur dengan dimensi *humor production*, *coping with humor*, *appreciation with humor*, dan *attitudes toward humor* (Thorson et al., 1997). *Psychological well-being* didefinisikan sebagai kemampuan individu menghadapi kekurangan dan kelebihan diri, serta beradaptasi dengan lingkungan, diukur dengan aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989).

Populasi penelitian ini adalah individu yang berdomisili di Bekasi Utara, dengan sampel berjumlah minimal 115 individu dewasa awal yang dipilih menggunakan teknik non-probability sampling, khususnya purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan skala Likert dengan item favorable dan unfavorable untuk mengukur variabel *sense of humor* dan *psychological well-being*. Validitas diuji dengan *Corrected Item-Total Correlation*, sementara reliabilitas diuji berdasarkan koefisien yang menunjukkan konsistensi alat ukur. Analisis data dilakukan dengan program SPSS untuk mengelompokkan, mentabulasi, dan menguji hipotesis mengenai hubungan antara kedua variabel tersebut.

3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Hasil penelitiannya meliputi kategorisasi subjek penelitian, uji korelasi antara dua variabel yaitu, *sense of humor* dengan *psychological well-being* dan uji homogenitas dengan melakukan

perkategori yaitu usia, jenis kelamin, domisili. Sebelum melakukan uji korelasi untuk melihat hubungan antara dua variabel ini, perlu dilakukan uji asumsi dasar terlebih dahulu untuk melihat data yang didapatkan memenuhi syarat untuk uji parametrik. Uji asumsi dasar ini meliputi uji normalitas, uji linearitas, dan uji homogenitas.

Jumlah responden dalam penelitian ini adalah sebanyak 129 responden yang terdiri dari 69 laki-laki dan 60 perempuan, terdapat hasil perhitungan mean, median, dan standar deviasi pada masing-masing variabel demografis adalah sebagai berikut:

Tabel 1: Demografis Variabel

Variabel	Mean	Median	SD
<i>Sense of humor</i>	73,60	77,00	9,595
<i>Psychological well-being</i>	128,68	136,00	19,360

Berdasarkan perhitungan menggunakan program SPSS statistic 25 pada kedua variabel dalam penelitian menunjukkan hasil data yang diperoleh, maka didapatkan hasil untuk setiap variabel. Pada variabel *sense of humor* memiliki nilai mean 73,60 dengan nilai median 77,00 dan standart deviasi 9,595. Sedangkan untuk variabel *psychological well-being* memiliki nilai mean 128,68 dengan nilai median 136,00 dan memiliki nilai standart deviasi 19,360.

Tabel 2: Hasil Penghitungan Signifikansi

Karakteristik Responden	<i>Sense of humor</i>			<i>Psychological well-being</i>		
	Mean	SD	Sig.	Maen	SD	Sig.
Jenis kelamin			0,000			0,000
Laki-laki	69,30	9,214		119,51	19,611	
Perempuan	78,55	7,443		139,23	12,582	
Usia			0,506			0,515
18	75,00	8,018		135,00	10,744	
19	73,43	10,383		128,79	21,250	
20	79,56	5,151		139,11	13,950	
21	74,94	10,636		132,67	16,117	
22	72,27	9,302		126,85	18,562	
23	71,60	10,522		124,31	20,931	
24	75,15	6,866		127,69	25,808	
25	73,33	11,994		128,00	17,158	
Domisili			0,031			0,000
Harapan Jaya	69,60	9,878		117,49	20,633	
Harapan Baru	74,33	10,836		131,44	18,853	
Kaliabang Tengah	77,06	8,171		133,94	19,191	
Marga Mulya	75,48	8,796		133,62	18,076	
Perwira	75,90	9,252		136,71	11,795	
Teluk Pucung	74,75	5,203		136,75	3,105	

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat melalui t-tes atau anova hal ini menggambarkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada karateristik jenis kelamin pada variabel *sense of humor* dengan *psychological well-being*. Selanjutnya berdasarkan nilai yang diperoleh, tidak ada perbedaan yang signifikan pada karakteristik usia pada variabel *sense of humor* dengan *psychological well-being*. Lebih lanjut berdasarkan nilai yang diperoleh, terdapat perbedaan pada karakteristik domisili pada variabel *psychological well-being*.

Tabel 3: Uji Asumsi Penelitian

	Uji Normalitas	Uji Linearitas	Uji Homogeneity
Sig.	0,000	0,056	0,000
Keterangan	Data tidak terdistribusi normal	Data terdistribusi linear	Data tidak homogeneity

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh terdistribusi secara normal atau tidak. Dengan menggunakan rumus yang dibantu oleh software IBM SPSS. Dalam pengujian normalitas acuan yang dipakai adalah jika $p > 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa data berdistribusi normal. Sebaliknya jika $p < 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa data tidak berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas yang didapat nilai signifikan (p) sebesar 0,000 hasil menunjukkan bahwa signifikan (p) $< 0,05$ artinya data dalam variabel ini tidak terdistribusi normal.

Uji linearitas memiliki fungsi apakah ada hubungan yang linear antar *sense of humor* dengan *psychological well-being*. pengujian ini menggunakan deviation from Linearity dengan signifikansi $< 0,05$ maka bisa dikatakan linear. Dalam pengujian linearitas acuan yang dipakai jika $p > 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa ada hubungan yang linear. Sebaliknya jika $p < 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa tidak ada hubungan yang linear dari dua variabel. Berdasarkan hasil uji linear maka didapatkan nilai signifikan (p) sebesar 0,056. Hasil menunjukkan bahwa signifikasi (p) $> 0,05$ artinya data dalam variabel ini terdistribusi linear.

Uji homogenitas pada penelitian ini menggunakan teknik uji variance test untuk mengetahui apakah variasi untuk beberapa data dari populasi memiliki varians yang sama atau tidak. Dari hasil uji, data diperoleh dengan hasil signifikansi sebesar 0,000 untuk variabel *sense of humor* dan *psychological well-being*. Dengan hasil asumsinya yaitu sebesar $p < 0,05$. Maka, dapat dinyatakan bahwa varians data tidak homogen.

Penelitian ini dilakukan dengan tahap pengambilan data, peneliti mengukur tingkat *sense of humor* pada dewasa awal yang di ukur menggunakan skala *sense of humor* terdiri dari 23 aitem valid dengan skor tertinggi 5 dan skor terendah 1.

Tabel 4: Deskripsi Statistik Variabel Sense of humor

Variabel	Mean Empirik	Mean Hipoetik	Standart Deviasi
	($\bar{x}$)	(μ)	(σ)
<i>Sense of humor</i>	73,6047	69	15,333

Tabel 5: Kategorisasi Skor Sense of humor

Rumus	Kategorisasi	Batas Nilai	N	Presentase
$x < \mu - 1.\sigma$	Rendah	$< 67,650$	35	27,1%
$(\mu - 1.\sigma) \leq x \leq (\mu + 1.\sigma)$	Sedang	67,650 -70,350	4	3,1%
$(\mu + 1.\sigma) \leq x$	Tinggi	70,350	90	69,8%
total			129	100%

Berdasarkan tabel diatas diketahui skor kategorisasi, maka didapatkan hasil dengan 35 responden yang masuk kategori rendah dengan presentase 27,1%, kemudian diperoleh 4 responden yang masuk kategori sedang dengan presentase 3,1%, disusul dengan 90 responden yang masuk kategori tinggi dengan presentase 69,8%. Merujuk pada hasil mean empirik yang sudah diketahui maka rata-rata skor pada *sense of humor* berada dalam kategori tinggi.

Tabel 6: Deskripsi Statistik Psychological well-being

Variabel	Mean Empirik	Mean Hipotetik	Standart Deviasi
	($\bar{x}$)	(μ)	(σ)
<i>Psychological well-being</i>	128,682	123	27,333

Tabel 7: Kategorisasi Skor Psychological well-being

Rumus	kategorisasi	Batas Nilai	N	Presentase
$x < \mu - 1.\sigma$	Rendah	$< 120,594$	54	41,9%
$(\mu - 1.\sigma) \leq x \leq (\mu + 1.\sigma)$	Sedang	120,594 – 125,406	3	2,3%

$(\mu + 1.\sigma) \leq x$	Tinggi	125,406	72	55,8%
total			129	100%

Berdasarkan tabel diatas diketahui skor kategorisasi, maka didapatkan hasil dengan 54 responden yang termasuk dalam kategori rendah dengan presentase 41,9%, kemudian diperoleh 3 responden dengan hasil sedang dengan presentase 2,3%, disusul dengan 72 responden dengan hasil tinggi dengan presentase 55,8%. menunjukkan pada hasil mean empirik, maka rata-rata skor *psychological well-being* berada pada kategori tinggi. Sehingga *psychological well-being* pada dewasa awal terpenuhi dengan baik.

Tabel 8: uji korelasi *Sense of humor* dengan *Psychological well-being*

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikasi	Jumlah Subjek
<i>Sense of humor</i>	0,492**	0,000	129
<i>Psychological well-being</i>			

Berdasarkan hasil uji korelasi didapat nilai signifikan hitung sebesar 0,000 dan koefisien korelasi 0,492**. Hasil menunjukkan bahwa signifikan (α) < 0.05 artinya data dalam variabel ini berkorelasi. Dilihat dari hasil perhitungan uji korelasi maka dapat diketahui nilai signifikansi 0,000 yang berarti nilai signifikansi hitung $p < 0,05$ dan dinyatakan bahwa terdapat hubungan antara variabel *sense of humor* dengan *psychological well-being*. Selain itu, arah korelasi pada hubungan ini adalah positif.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *sense of humor* dengan *psychological well-being* pada individu dewasa awal di bekasi utara. Penelitian ini menggunakan uji asumsi dan uji korelasi sehingga berhasil dan mampu untuk membuktikan bahwa terdapat hubungan yang terjadi antara *sense of humor* dengan *psychological well-being*.

Pada hasil kategorisasi *sense of humor* menunjukkan bahwa 90 responden menilai bahwa *sense of humor* pada dewasa awal berada pada kategori tinggi, 4 responden pada kategori sedang, dan 35 responden berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa *sense of humor* pada dewasa awal berada pada kategori tinggi, artinya individu tersebut memiliki kemampuan menghasilkan humor diberbagai situasi, mampu menyelesaikan berbagai masalah dengan menggunakan humor, mampu menciptakan humor yang lucu, serta mampu menciptakan sikap humor yang dapat mengundang tawa (Riska & Widyastuti, 2019). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Hasnah & Pratiwi, (2022) yaitu bahwa *sense of humor* yang dimiliki dewasa awal beradap pada kategori tinggi dengan presentase 97,5%.

Selanjutnya, dalam hasil uji kategorisasi yang dilakukan pada variabel *psychological well-being* menunjukkan bahwa 72 responden berada pada kategori tinggi, 3 responden berada pada kategori sedang, dan 54 responden berada dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada dewasa awal termasuk dalam kategori tinggi. Pada penelitian yang dilakukan Andi Annisa Kurnia et al., (2023) *psychological well-being* pada dewasa awal berada pada kategori tinggi dengan presentase 54% meskipun ada perbedaan latar belakang seperti sedang mengalami putus cinta. Individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi mampu memahami, peduli, tidak menghakimi diri sendiri (Andi Annisa Kurnia et al., 2023).

Berdasarkan hasil uji hipotesis simultan atau uji f , ditemukan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu terdapat hubungan antara *sense of humor* dengan *psychological well-being* dengan signifikansi $p < 0,05$ dilihat dari nilai koefisien korelasi dengan skor 0,492 maka terdapat hubungan yang bersifat positif (searah). Hal tersebut berarti jika semakin tinggi *sense of humor* maka akan semakin tinggi juga *psychological well-being*, begitupun sebaliknya jika semakin rendah *sense of humor* maka semakin rendah pula *psychological well-being* pada dewasa awal di bekasi utara. Sehingga, sejalan dengan penelitian Taufiq, (2022) bahwa *sense of humor*

berkorelasi dengan *psychological well-being* artinya *sense of humor* berpengaruh positif terhadap *psychological well-being*.

Berdasarkan dari penelitian yang telah peneliti lakukan, tentu saja terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah lokasi yang ditentukan pada penelitian ini. Pada penelitian ini lokasi penelitian termasuk kedalam lingkup yang sempit, tidak sebesar pada lingkup penelitian ini yang mencakup satu wilayah kota. Pelaksanaan penelitian ini tidak terlepas dari berbagai keterbatasan yang dihadapi peneliti, seperti penyebaran kuesioner yang dilakukan secara daring dengan menggunakan google form yang memungkinkan adanya responden yang kurang dapat bertanya jika ada pertanyaan yang kurang dipahami, memiliki keterbatasan dalam mengkaji setiap fakta-fakta lain karena adanya keterbatasan memperoleh kriteria responden. Bagi peneliti selanjutnya, direkomendasikan untuk penambahan mediasi atau hubungan langsung dari penelitian yang berkaitan dengan kesesuaian peneliti.

4. Kesimpulan

- Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *sense of humor* dengan *psychological well-being*.
- Hasil uji kategorisasi yang dilakukan pada variabel *sense of humor* menunjukkan kategori tinggi. Selanjutnya hasil uji kategori *psychological well-being* dalam kategori tinggi

Daftar Pustaka

- Amalia, I. R., & Mangundjaya, W. L. (2024). Gaya Kepemimpinan Transformasional Sebagai Salah Satu Prediktor Kesejahteraan Psikologis. *EKOMA: Jurnal Ekonomi ...*, 3(3), 637–642.
- Andi Annisa Kurnia, Asniar Khumas, & Faradillah Firdaus. (2023). Hubungan Antara Self Compassion Dan Psychological Well Being Pada Dewasa Awal Pasca Putus Cinta. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(4), 712–722. <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i4.1814>
- Ardila, M., Mudjiran, M., & Irianto, A. (2020). Tingkat *Psychological well-being* Keluarga Miskin Kota Padang. *Jurnal Socius: Journal of Sociology Research and Education*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.24036/scs.v7i1.170>
- Arif, I. S. (2016). *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Azlizan, Zainuddin, K., & Ridfah, A. (2023). Hubungan antara *Sense of humor* dengan Makna Hidup pada Remaja Putus Sekolah. *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 5(1), 1–15. <https://doi.org/10.35905/ijic.v5i1.3546>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed.). PUSTAKA PELAJAR.
- Azwar, S. (2018). *Metode Penelitian Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2021). *Validitas dan Reabilitas* (4th ed.). Pustaka Belajar.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Tenaga Kerja*. Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat. (2023). *Kemiskinan 2021-2023*. Badan Pusat Statistik.
- Bustam, Z., Gismin, S. S., & Radde, H. A. (2021). *Sense of humor*, self-compassion, dan resiliensi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(1), 17–25. <https://journal.unibos.ac.id/jpk>
- 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>
- Carvajal, L., Requejo, J. H., & Irwin, C. E. (2021). The Measurement of Mental Health Problems Among Adolescents and Young Adults Throughout the World. *Journal of Adolescent Health*, 69(3), 361–362. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.06.009>
- D.Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of *Psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <http://coursedelivery.org/write/wp-content/uploads/2015/02/2-Happiness-is->

everything-or-is-it.pdf

- Elahi, T., Zahra Madah Karani, S., Fathi Ashtiani, A., & Salehi, J. (2017). *Sense of humor and Resiliency: Explanatory Components of Psychological well-being*. *Int J Behav Sci*, 11(1), 38–43.
- Fauzan, A., Putra, A. A., & Syaf, A. (2022). *Sense of humor : Dalam Menjaga Kepuasan Pernikahan Pasangan Suami Istri*. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 6(1), 38–44. <https://doi.org/10.36341/psi.v6i1.2560>
- Fredrickson, B. L. (2008). Positive Emotions Broaden and Build. In *Advances on Experimental Social Psychology* (Vol. 47).
- Harimukthi, M. T., & Dewi, K. S. (2014). Eksplorasi Kesejahteraan Psikologis Individu Dewasa Awal Penyandang Tunanetra. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(1), 64–77. <https://doi.org/10.14710/jpu.13.1.64-77>
- Hasnah, A., & Pratiwi, M. (2022). Peran *Sense of humor* Terhadap Kesenian Pada Dewasa Awal Lajang. *Psychology Journal of Mental Health*, 3(2), 170–185. <https://doi.org/10.32539/pjmh.v3i2.62>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences†. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Jones, C. L. (2010). The Relationship between Health Status, Life Satisfaction, and Humor as a Coping Mechanism Among Non-institutionalized. *E-Library Florida State University*, 1–155. http://purl.flvc.org/fsu/fd/FSU_migr_etd-3450
- Khalish, N. (2024). *Krisis Kesehatan Mental Menghantui Generasi Z Indonesia*. Government Public Relations Aceh. <https://rsj.acehprov.go.id/berita/kategori/artikel/krisis-kesehatan-mental-menghantui-generasi-z-indonesia#:~:text=Survei terbaru I-NAMHS>
- Kim, H. S., & Plester, B. A. (2019). Harmony and distress: Humor, culture, and *psychological well-being* in South Korean organizations. *Frontiers in Psychology*, 9(JAN), 1–16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02643>
- King, L. A. (2016). *PSIKOLOGI UMUM: Sebuah Pandangan Apresiatif* (3rd ed.). Salemba Humanika.
- Kirana, A. M., & Suprpti, V. (2021). Psychological Well Being Dewasa Awal yang Mengalami Riwayat Perceraian Orang Tua di Masa Remaja. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 1003–1014. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.27695>
- Kurniati, D., Maputra, Y., Sari, L., Mafaza, Purna, R. S., & Rani Armalita. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being Pada Pengangguran Terdidik. *Jurnal Psibernetika*, 16(1), 1–8. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>
- Mandatu, A. (2008). *Mengasah Sense of humor*. Media Pressindo.
- Martin, R. A. (2004). *Sense of humor* and physical health: Theoretical issues, recent findings, and future directions. *Humor*, 17(1–2), 1–19. <https://doi.org/10.1515/humr.2004.005>
- Mimi Deviana, Tri Umari, K. K. (2023). Kesejahteraan Psikologis (*Psychological well-being*) Remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5 Nomor 1(2010), 3463–3468.
- Noviawati, P., & Undarwati, A. (2017). Gambaran Dinamika Kemiskinan Ditinjau dari Atribut Psikologis: Studi Pada Masyarakat Miskin Kota Semarang. *Seminar Nasional Multi Disiplin Ilmu & Call for Papers Unisbank Ke-3*, 3(Sendi_U 3), 670–678.
- Olatunji, A. (2022). The Association Between Sense of Humour and *Psychological well-being* Among Undergraduates The Association Between Sense of Humour and *Psychological well-being* among Undergraduates. *Jurnal of Human Ecology*, May 2020. <https://doi.org/10.31901/24566608.2020/71.1-3.3190>
- Prabowo, A. (2016). KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI REMAJA DI SEKOLAH. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 04.
- Puspitacandri, A. (2013). Pengaruh kreativitas verbal terhadap *sense of humor* siswa akselerasi. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 8(2), 681–690. <http://www.um.ac.id/news/2012/10/783/>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35.

<https://doi.org/10.23916/08430011>

- Riska, N., & Widyastuti, A. (2019). Hubungan Antara *Sense of humor* dan Intimate Friendship. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(1), 36–47.
- Robinson, O. C. (2019). A Longitudinal Mixed-Methods Case Study of Quarter-Life Crisis During the Post-university Transition: Locked-Out and Locked-In Forms in Combination. *Emerging Adulthood*, 7(3), 167–179. <https://doi.org/10.1177/2167696818764144>
- Ryff, C. D. (1995). *Psychological well-being* in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Sa'diyah, K., & Amiruddin. (2020). Pentingnya Psychological Well Being di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Kariman*, 8(02), 221–232. <https://doi.org/10.52185/kariman.v8i02.149>
- Santrock, John W. (2011). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (Edisi Ke3). Erlangga.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (2nd ed.). Alfabeta.
- Sukoco, A. S. P. (2014). Hubungan *sense of humor* dengan stres pada mahasiswa baru fakultas psikologi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1), 1–10. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1517/1237>
- Sungkar, Y., & Partini, D. (2015). *Sense of humor* Sebagai Langkah Meningkatkan Kepercayaan Diri Guru Ppl Dalam Proses Belajar Mengajar. *Jurnal Indigenous*, 13(1), 92–101.
- Taufiq, M. (2022). Hubungan Antara *Sense of humor* dan Gratiude Terhadap Psychological Well Being Mahasiswa Universitas Surabaya. 1–16. <http://repository.ubaya.ac.id/41590/>
- Thorson, J. A., & Powel, F. C. (1993). *Sense_of_humor_and_dimensions_of_persona.pdf*. *Journal of Clinical Psychology*, 49.
- Thorson, J. A., Powell, F. C., Sarmany-Schuller, I., & Hampes, W. P. (1997). Psychological health and *sense of humor*. *Journal of Clinical Psychology*, 53(6), 605–619. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(199710\)53:6<605::AID-JCLP9>3.0.CO;2-I](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199710)53:6<605::AID-JCLP9>3.0.CO;2-I)
- UNICEF. (2021). *Adolescent Mental Health Statisttic*. UNICEF. https://data-unicef-org.translate.google.com/topic/child-health/mental-health/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc
- WHO. (2021). *Mental Health of Adolescents*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Wijaya, R. B. A., & Muslim, A. (2021). Konsep Diri Pada Masa Dewasa Awal yang Mengalami Maladaptive Daydreaming. *Jurnal Psikologi Islam: Al-Qalb*, 12(2), 179–193.
- Wiratama, M. Y., & Romadhani, R. K. (2021). Hubungan Antara *Sense of humor* Dengan Stres Kerja Pada Pegawai. *Acta Psychologia*, 3(1), 81–87. <https://doi.org/10.21831/ap.v3i1.40051>
- Yustia, F. A., Lubis, H., & Putri, E. T. (2021). *Sense of humor* dengan Subjective Well-Being Pada Remaja dengan Orangtua yang Bercerai. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 566. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6500>
- Zulfadri, D., & Raudatussalamah. (2019). Tipe Kepribadian Big Five, *Sense of humor* dan Subjective Well-Being pada Mahasiswa UIN Suska Riau The Big Five Personality, *Sense of humor* and Subjective Well-Being In Students of UIN Suska Riau. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 75–84. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.7416>