



**REPUBLIK INDONESIA  
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA**

**SURAT PENDAFTARAN CIPTAAN**

Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia, berdasarkan Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2002 tentang Hak Cipta yaitu Undang-Undang tentang perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra (tidak melindungi hak kekayaan intelektual lainnya), dengan ini menerangkan bahwa hal-hal tersebut di bawah ini telah terdaftar dalam Daftar Umum Ciptaan:

- I. Nomor dan tanggal permohonan : C00201304037, 13 September 2013
- II. Pencipta  
Nama : **P. TOMMY Y. S. SUYASA**  
Alamat : Jalan Kertanegara No.19 Rt.002 Rw.004  
Kel. Selong, Kec. Kebayoran Baru  
Jakarta Selatan 12110.  
Kewarganegaraan : Indonesia
- III. Pemegang Hak Cipta  
Nama : **P. TOMMY Y. S. SUYASA**  
Alamat : Jalan Kertanegara No.19 Rt.002 Rw.004  
Kel. Selong, Kec. Kebayoran Baru  
Jakarta Selatan 12110.  
Kewarganegaraan : Indonesia
- IV. Jenis Ciptaan : Karya Tulis
- V. Judul Ciptaan : **ALAT UKUR SENSE OF HUMOR**
- VI. Tanggal dan tempat diumumkan : 05 Agustus 2010, di Jakarta  
untuk pertama kali di wilayah  
Indonesia atau di luar wilayah  
Indonesia
- VII. Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung  
hingga 50 (lima puluh) tahun setelah Pencipta  
meninggal dunia.
- VIII. Nomor pendaftaran : 067022

Pendaftaran Ciptaan dalam Daftar Umum Ciptaan tidak mengandung arti sebagai pengesahan atas isi, arti, maksud, atau bentuk dari Ciptaan yang didaftar, Direktorat Jenderal yang menyelenggarakan pendaftaran Ciptaan tidak bertanggung jawab atas isi, arti, maksud, atau bentuk dari Ciptaan yang terdaftar. (Pasal 36 dan Penjelasan Pasal 36 Undang-undang Nomor 19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta)

Jakarta, 25 Februari 2014

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA  
REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTUR JENDERAL HAK KEKAYAAN INTELEKTUAL  
u.b.

DIREKTUR HAK CIPTA, DESAIN INDUSTRI,  
DESAIN TATA LETAK SIRKUIT TERPADU, DAN RAHASIA DAGANG

Yuslisar Ningsih, S.H., M.H.  
NIP. 195511291982032001

## Pendahuluan

Menurut Martin (2003), di dalam beberapa budaya, rasa humor (*sense of humor*) dipandang sebagai sesuatu yang penting atau perlu dimiliki seseorang dalam kepribadian. Rasa humor yang dimiliki oleh seseorang umumnya diungkapkan dalam perilaku senyum dan tertawa pada suatu objek/stimulus. Namun demikian, penyebab individu tersenyum dan tertawa berbeda pada setiap individu (Kess, 2001). Plato dan Aristotle (dalam Martin, 2003), menyatakan bahwa penyebab individu tertawa adalah perasaan *superiority* terhadap individu lain atau tertawa karena keanehan/hal negatif yang terjadi pada orang lain. Namun demikian, penyebab tersebut belum dapat diterima secara umum; Menurut Martin (2003), individu dapat saja tertawa karena adanya hal yang positif.

Humor dapat dipergunakan untuk berbagai keperluan atau fungsi, antara lain: (a) sebagai pelengkap dalam keterampilan kepemimpinan, (b) untuk memfasilitasi komunikasi, (c) sebagai penghambat agresifitas, (d) untuk memfasilitasi proses terapi, dan (e) untuk mengurangi tingkat stres. Menurut Choi, An, dan Choi (2008), khususnya pada remaja, kecenderungan untuk menampilkan humor (*humor generation*) berpengaruh terhadap keterampilan kepemimpinan (*leadership*). Keterampilan kepemimpinan yang dimaksud adalah keterampilan berkomunikasi dan keterampilan dalam mengarahkan proses pengambilan keputusan. Dalam penelitiannya, teridentifikasi bahwa *humor generation* dapat mengatasi situasi yang menekan. Dapat dipahami bahwa situasi yang menekan terkadang terjadi dalam suatu kepemimpinan organisasi. Dalam kepemimpinan suatu organisasi, terkadang ada konflik-konflik yang dialami di antara individu yang memimpin dan individu yang dipimpin. *Humor generation* yang dimiliki pemimpin, membuat suasana yang tegang dalam berkomunikasi maupun dalam proses pengambilan keputusan dapat mencair.

Pengaruh *humor generation* terhadap keterampilan kepemimpinan tersebut diperantarai oleh faktor hubungan interpersonal (*interpersonal relationship*). Dengan kata lain *interpersonal relationship* menjadi *mediator variable* antara *humor generation* dan *leadership* (Choi, Choi, & An, 2008). *Humor generation* yang dimiliki pemimpin, dapat meningkatkan *interpersonal relationship* antara individu yang memimpin dengan individu yang dipimpin. Humor pada hakikatnya adalah emosi positif yang ada pada individu. Humor yang dimunculkan oleh pemimpin yang memiliki *humor generation* yang baik, akan menimbulkan emosi positif di antara individu yang memimpin dengan individu yang dipimpin. Emosi positif yang timbul tersebut adalah tanda terjalannya hubungan interpersonal yang baik. Kondisi inilah yang dapat menyebabkan komunikasi dan proses pengambilan keputusan menjadi cair. Hubungan interpersonal yang baik antara individu yang memimpin dan individu yang dipimpin, dapat diartikan bahwa hambatan dalam komunikasi berkurang atau individu menjadi lebih memiliki keterbukaan diri (*self-disclosure*). *Self-disclosure* yang baik menyebabkan individu mampu menyampaikan dan

menerima berbagai hal yang dikomunikasikan dalam proses kepemimpinan, khususnya dalam hal pengambilan keputusan.

Fungsi humor dalam meningkatkan keterampilan memimpin, sejalan dengan fungsi humor dalam memfasilitasi komunikasi. Memfasilitasi komunikasi berarti humor dipandang sebagai stimulus yang dapat membuat individu tertawa. Menurut Guilmette (2008), secara sosial, perilaku tertawa adalah hal yang penting. Perilaku tertawa adalah salah satu metode untuk menarik perhatian orang lain, metode untuk menyampaikan emosi yang sedang dirasakan, dan merupakan metode untuk mengaktifkan emosi positif pada orang lain. Dengan demikian, adanya humor adalah suatu hal yang penting dalam kehidupan sosial, khususnya bagi seorang pemimpin. Dengan adanya humor, pemimpin dapat menarik perhatian individu yang menjadi bawahannya, menyampaikan emosi positif yang sedang dirasakannya, serta dengan adanya humor, pemimpin dapat membangkitkan emosi positif pada bawahannya.

Memfasilitasi komunikasi juga berarti humor dipandang sebagai suatu kondisi yang dapat membuat individu merasa dekat satu sama lain (*social cohesion*). Menurut Lefcourt (dalam Kess, 2001), dengan adanya humor, individu merasakan kehadiran individu lain. Individu merasa dirinya tidak sendiri atau tidak terisolasi. Humor merupakan indikasi adanya penerimaan sosial terhadap diri individu. Terkadang, materi humor berhubungan dengan situasi stres yang sedang dialami oleh individu. Materi humor yang mencerminkan kondisi stres yang sedang dialami individu lain, membuat individu merasa dirinya tidak sendiri. Individu merasa bahwa ada individu lain yang merasakan hal (kondisi stres) yang serupa. Kesamaan terhadap kondisi yang disampaikan oleh individu lain melalui humor, membuat individu merasakan adanya perasaan dekat satu sama lain.

Tidak semua jenis humor dapat meningkatkan keterampilan kepemimpinan dan memfasilitasi komunikasi. Menurut Choi et al. (2008), jenis humor yang dapat meningkatkan keterampilan kepemimpinan adalah jenis humor yang bersifat *adaptive*; jenis humor yang bersifat *mal-adaptive* akan menurunkan keterampilan kepemimpinan. Demikian pula menurut Guilmette (2008), dalam mengkreasi humor, individu perlu lebih hati-hati dalam memahami humor. Individu perlu membedakan antara humor yang bersifat ringan dalam percakapan (*conversational humor*) dan humor yang kasar (*irony/sarcasm*). Dari kedua tokoh tersebut, tampak ada dua jenis humor, yaitu: (a) humor yang bersifat *adaptive* dan *conversational humor*, dan (b) humor yang bersifat *mal-adaptive* atau humor yang bersifat kasar (*irony/sarcasm*). Humor yang bersifat *adaptive* atau *conversational humor* dapat meningkatkan keterampilan kepemimpinan atau memfasilitasi komunikasi; sedangkan humor yang bersifat *mal-adaptive* atau humor yang bersifat kasar (*irony/sarcasm*) dapat menurunkan keterampilan kepemimpinan atau kurang memfasilitasi komunikasi.

Dalam penelitiannya, Baron (1978) menyimpulkan bahwa penayangan tema humor, dalam hal ini humor yang bersifat seksual, terhadap individu yang sedang dalam keadaan marah, dapat menurunkan tingkat agresivitasnya. Hal ini dapat dijelaskan bahwa saat individu dalam keadaan marah, dan

kemudian ditayangkan gambar humor yang bersifat seksual, perhatian individu menjadi terganggu atau terdistraksi. Gangguan terhadap perhatian individu, dapat membuat hal yang menyebabkan marah, terlupakan sejenak/seketika. Di samping efek humor yang dapat menyebabkan fokus marah terlupakan sejenak, Baron juga menyatakan bahwa penayangan gambar humor yang bersifat seksual menyebabkan individu berfantasi. Menurut penulis, fantasi yang terjadi pada individu dalam jangka waktu lebih lama, menyebabkan energi agresivitas individu menjadi teralihkan.

Dalam telaah terhadap buku Freud yang berjudul "*Jokes and Their Relation to the Unconscious*", Baron (2001) menyatakan bahwa di dalam proses terapi, humor bukan mengenai tertawa (*laughing*) atau tidak tertawa (*not-laughing*) –nya klien, tetapi lebih kepada adanya aspek-aspek penyembuhan (*healing*) di dalam humor. Salah satu indikasi terjadinya *healing* dalam proses terapi, adalah kondisi dimana klien dapat melihat dari sudut pandangnya sesuatu yang bersifat humor. Dengan kata lain, klien mampu melihat dirinya dan mampu mentertawakan kondisi yang terjadi pada dirinya tersebut. Namun demikian, dalam kondisi tersebut, Giovacchini (dalam Baron, 2001) menyatakan bahwa di lain pihak, terapis harus sangat hati-hati saat tertawa pada kondisi yang terjadi pada diri klien. Dalam hal ini, terapis perlu sangat peka, dan mampu menyelami apa yang sekiranya dipandang atau dirasakan oleh klien. Hal ini didukung oleh tinjauan Martin (2001) dan Meehan (2009) terhadap berbagai studi mengenai pengaruh humor terhadap kesehatan, bahwa terapis jangan cepat-cepat mengambil kesimpulan bahwa penggunaan humor dalam proses terapi akan langsung mendukung proses pemulihan kondisi klien.

Penjelasan bahwa humor dapat memfasilitasi proses terapi, sejalan dengan pemikiran Further, Isen, Daubman, dan Nowicki (1987; dalam Guilmette, 2008). Further et al. menyatakan bahwa humor pada dasarnya mengandung muatan emosi positif. Muatan emosi positif tersebut dapat diasosiasikan sebagai sesuatu yang dapat menyebabkan turunya perasaan tegang (*tension*) serta berkurangnya perasaan cemas (*anxiety*). Hal tersebut pada akhirnya akan menyebabkan fleksibilitas individu/klien dalam berpikir, yang dibutuhkan untuk mampu melihat kemungkinan-kemungkinan pemecahan masalah yang sedang dihadapinya. Kemampuan melihat berbagai kemungkinan pemecahan masalah adalah tanda bahwa individu mengalami *healing* dalam menjalankan proses terapi.

Humor akan semakin baik berfungsi dalam proses *healing*, saat humor adalah sebagai bagian dari individu atau dengan kata lain individu memiliki *sense of humor*. Hal ini seperti halnya yang dikemukakan oleh Nezu, Nezu, dan Blissett (1988). Dalam penelitiannya, Nezu et al. menyatakan bahwa humor dapat menjadi moderator antara kondisi stres dan respons stres yang ditampilkan individu. Individu yang memiliki *sense of humor* yang baik, cenderung tidak menampilkan respons stres yang negatif dibandingkan dengan individu yang kurang memiliki *sense of humor*. Hal ini disebabkan kondisi yang ada pada individu yang memiliki *sense of humor* yang baik, lebih mampu melepaskan kecemasannya terhadap situasi stres yang dihadapinya dibandingkan dengan individu yang kurang memiliki *sense of humor*.

### *Perkembangan Konsep Sense of Humor*

Ruch (dalam Martin 2003) menyatakan bahwa pada awalnya, teori/konsep mengenai rasa humor (*sense of humor*) berawal dari konsep Yunani kuno mengenai empat komponen yang ada dalam tubuh manusia, yaitu: darah, phleg, lendir kuning, dan lendir hitam. Interaksi antar komponen tersebut membuat individu tertawa terhadap suatu kejadian. Karena adanya penjelasan tersebut, perilaku tertawa dianggap sebagai sesuatu yang wajar, bahkan tertawa terhadap kondisi sakit yang dialami oleh orang lain. Namun demikian teori/konsep humor yang berawal dari empat komponen ini hanya dapat diterima sampai akhir abad ke-17.

Martin (2003) menjelaskan bahwa istilah humor sendiri mulai muncul pada abad ke-18, seiring dengan dimulainya masa pendekatan *humanistic*. Istilah humor digunakan untuk membedakan perilaku tertawa yang disebabkan oleh hal-hal yang kurang positif, seperti saling ledek (*comedy*), celaan (*sarcasm*), sindiran (*satire*), dan keanehan yang terjadi pada orang lain (*ridicule*). Istilah humor pada awal abad 18 digunakan untuk mengekspresikan rasa simpatik, toleransi, dan dukungan. Istilah humor juga digunakan bagi individu agar tidak terlalu serius/hanyut dalam permasalahan yang sedang dihadapi. Dengan adanya humor, individu dapat membuat jarak dan lebih objektif dalam memandang kondisi yang sedang dialaminya.

Pada perkembangannya saat ini, humor digunakan untuk mengidentifikasi seluruh jenis perilaku tertawa, baik dalam hal komedi televisi, meledek/mencela keanehan teman, ataupun sindirian. Dengan kata lain, saat ini orang awam agak sulit membedakan jenis perilaku tertawa, karena umumnya istilah yang banyak digunakan untuk berbagai perilaku tertawa adalah humor. Ada fenomena, bahwa jenis perilaku tertawa sulit dibedakan atau menjadi agak kabur (kurang jelas); apakah perilaku tertawa karena hal yang positif (pada diri sendiri/orang lain) atau tertawa karena hal yang negatif (pada diri sendiri/orang lain).

Maslow dan Allport (dalam Martin, 2003) menyatakan bahwa salah satu ciri orang yang dewasa, akan menggunakan humor dengan tujuan bukan untuk mengintimidasi atau mentertawakan keanehan orang lain (*maladaptive humor*). Orang yang matang/dewasa akan menggunakan humor justru untuk membantunya dalam menerima diri sendiri. Sehubungan dengan jenis humor, dalam hal ini muncul dugaan bahwa orang yang matang/dewasa, akan lebih menggunakan jenis humor yang berkonotasi positif (*adaptive humor*).

Penjelasan terjadinya humor, selain karena adanya berbagai zat yang berbeda dalam tubuh, menurut Ginsparg (2003) juga terjadi karena adanya dinamika kemampuan (*power*) dari pihak yang berstatus tinggi (*executor/perpetrator*) dan pihak yang berstatus rendah (*victim*) (*reversal of power from*

*perpetrators to victims*). Humor dapat ditimbulkan dari persepsi terhadap perubahan kemampuan (*power*) antara pihak yang memiliki status tinggi dan pihak yang memiliki status rendah (Ginsparg, 2003). Dalam ulasannya terhadap tiga film komedi (*Life Is Beautiful*, *Jakob the Liar*, dan *Train of Life*), Ginsparg menyimpulkan bahwa humor timbul, karena adanya persepsi terhadap kekuatan/kemampuan dari korban (*victim*) yang dapat mengimbangi kekuatan/kekuasaan pihak Nazi yang menakutkan. Ia memberi contoh, seperti dalam film *Life is Beautiful*; Roberto Benigni sebagai korban, tetap mampu menampilkan kemampuan/kecerdasan/kreativitas dalam membantu anaknya tetap bertahan dalam situasi yang sangat sulit. Sebaliknya, dalam ketiga film, Ginsparg menyatakan bahwa Nazi, yang pada kenyataannya cerdas dan kompeten, justru ditampilkan sebagai pihak yang tidak kompeten dan tidak cerdas. Ginsparg menjelaskan bahwa hal ini sesuai dengan teori Freud (1905/1960, dalam Ginsparg, 2003) yang menyatakan bahwa humor dapat terjadi, pada saat individu menggambarkan musuhnya sebagai sesuatu yang “kecil, rendah, dan memalukan” (*small, inferior, dan despicable*). Hal tersebut menimbulkan suatu bentuk kesenangan (*pleasure*) pada individu. Dengan kondisi seperti itu, dalam level ketidaksadaran (*unconsciousness*), individu dapat dengan bebas berfantasi untuk mengalahkan musuhnya, yang mana pada level kenyataan, hal tersebut sulit/tidak mungkin dilakukan.

#### *Alat Ukur Sense of Humor yang Ada Saat Ini*

Saat ini, beberapa alat ukur dikembangkan dengan maksud untuk mengukur *sense of humor*, diantaranya adalah: *Situational Humor Response Questionnaire* (SHRQ), *Coping Humor Scale* (CHS), *The Sense of Humor Questionnaire* (SHQ), dan *Multidimensional Sense of Humor Scale* (MSHS). SHRQ yang dikembangkan oleh Martin dan Lefcourt (1984), terdiri dari 21 butir pertanyaan. Jika dikategorikan dengan menggunakan metode pengukuran *humor* berdasarkan teori Eysenck (1972, dalam Martin & Lefcourt, 1984), metode yang diajukan oleh Martin dan Lefcourt tersebut tampaknya dapat digolongkan ke dalam salah satu metode, yaitu: pengukuran *humor* berdasarkan frekuensi/*rating* perilaku tertawa dan tersenyum yang ditampilkan. Namun demikian perilaku tertawa dan tersenyum tersebut tidak diobservasi secara langsung, melainkan melalui *record form*, pilihan jawaban “a” s.d. “e”. Contoh butir yang ada pada SHRQ adalah kurang lebih sebagai berikut:

“If you were eating in a restaurant with some friends and the waiter accidentally spilled some soup on one of your friends . . . , the alternative answers: (a) I would not have been particularly amused; (b) I would have been amused but wouldn't have shown it; (c) I would have smiled; (d) I would have laughed; (e) I would have laughed heartily”.

Berdasarkan contoh butir yang ada pada SHRQ tersebut, tampak bahwa SHRQ, mengukur respons (berupa *rating* tertawa/tersenyum yang ditampilkan, karena adanya stimulus tertentu). *Cronbach alphas* dari alat ukur SHRQ tersebut berkisar antara: 0,70 s.d. 0,83; *a test-retest reliability coefficient* dari alat ukur SHRQ tersebut untuk rentang waktu 1 bulan adalah: 0,70 (dengan 33 subjek penelitian). Di samping koefisien reliability yang telah memenuhi syarat, alat ukur ini juga memiliki *discriminant validity* dengan alat ukur *Crowne-Marlowe Social Desirability Scale* (1960, dalam Martin & Lefcourt, 1984).

Martin dan Lefcourt (dalam Martin, 2003) mengembangkan *The Coping Humor Scale* (CHS) untuk mengukur seberapa jauh individu merasa bahwa humor dapat mengatasi stres yang sedang dialaminya. Alat ukur tersebut terdiri dari 7 butir yang menggambarkan kondisi pribadi dari subjek penelitian. Contoh dari butir yang termuat dalam alat ukur tersebut adalah sebagai berikut: “*I have often found that my problems have been greatly reduced when I tried to find something funny in them*” dan “*I can usually find something to laugh or joke about even in trying situations.*” Informasi reliabilitas berdasarkan pengujian *cronbach alphas* adalah 0.60 s.d. 0.70; sedangkan berdasarkan pengujian *test-retest* adalah 0.80, untuk rentang 12 minggu. Alat ukur CHS tersebut memiliki *construct validity* (*convergent evidence*) dengan penilaian yang dilakukan oleh rekan sebaya terhadap (a) tingkah laku sehari-hari subjek dalam menggunakan humor, di saat mengalami stres,  $r = 0.50$ ; dan (b) tingkah laku untuk tidak terlalu serius di saat mengalami stres ( $r_s = 0.58$  s.d. 0.78).

Di samping dua alat ukur *sense of humor* yang dipaparkan di atas, sebelumnya pada tahun 1974 juga telah dikembangkan alat ukur *sense of humor*, yaitu *The Sense of Humor Questionnaire* (SHQ). Alat ukur SHQ yang dikembangkan oleh Svebak (dalam Martin, 2003) memiliki 37 butir pernyataan dan digunakan untuk mengukur 3 dimensi humor. Tiga dimensi humor yang dimaksud adalah: (a) *metamessage sensitivity* (kepekaan untuk mengenali/mengidentifikasi situasi humor), (b) *liking/enjoyment of humor* (kesukaan terhadap humor), dan (c) *emotional expressiveness*. Contoh pernyataan dari *metamessage sensitivity* adalah “*I can usually find something comical, witty, or humorous in most situations*”; contoh pernyataan dari *liking/enjoyment of humor* adalah “*It is my impression that those who try to be funny really do it to hide their lack of selfconfidence*”; dan contoh pernyataan dari *emotional expressiveness* adalah “*If I find a situation very comical, I find it very hard to keep a straight face even when nobody else seems to think it's funny*”. Lefcourt and Martin (dalam Martin, 2003) melaporkan bahwa reliabilitas internal dari alat ukur SHQ (dimensi *metamessage sensitivity*) berkisar antara 0.60 s.d. 0.75, namun demikian reliabilitas internal dari alat ukur SHQ (dimensi *emotional expressiveness*), adalah kurang dari 0.20. Informasi mengenai reliabilitas antar waktu (*test-retest reliability*) dari SHQ adalah 0.58 s.d. 0.78; koefisien reliabilitas antar waktu tersebut adalah untuk jangka waktu satu bulan. Tampak dari informasi reliabilitas internal SHQ (dimensi *emotional expressiveness*), alat ukur SHQ memiliki satu kelemahan. Informasi yang mendukung alat

ukur SHQ, sebagai suatu kelebihan alat ukur SHQ adalah bahwa alat ukur SHQ tidak signifikan terhadap *Marlowe-Crowne Social Desirability scale* (Lefcourt & Martin; dalam Martin, 2003). Hal ini menunjukkan bahwa alat ukur SHQ tidak memiliki muatan *social desirability*, walaupun bentuk dari alat ukur ini berupa *self-report*.

Alat ukur *sense of humor* lain yang cukup populer, yang dikembangkan pada tahun 1993, adalah *Multidimensional Sense of Humor Scale* (MSHS). Alat ukur MSHS dikembangkan oleh Thorson & Powell (dalam Martin, 2003). MSHS terdiri dari 24 butir pernyataan; sebenarnya alat ukur tersebut ditujukan untuk mengukur enam dimensi dari humor, yaitu: (a) *recognition of oneself as a humorous person*, (b) *recognition of others' humor*, (c) *appreciation of humor*, (d) *laughing*, (e) *humorous perspective-taking*, dan (f) *coping humor*. Namun demikian, dari faktor analisis yang dilakukan, ternyata, hanya empat faktor/dimensi yang berhasil terbentuk. Empat faktor/dimensi humor yang dimaksud berikut contoh butir pernyataannya adalah sebagai berikut: (a) *humor production*, contoh butir: "I use humor to entertain my friends"; (b) *coping humor*, contoh butir: "Uses of humor or wit help me master difficult situations"); (c) *negative attitudes toward humor*, contoh butir: "People who tell jokes are a pain in the neck"; dan (d) *positive attitudes toward humor*, contoh butir: "I like a good joke". Keempat faktor/dimensi tersebut dinyatakan memiliki koefisien reliabilitas internal di atas 0.90.

Dari beberapa alat ukur yang telah dikembangkan, masih sedikit atau bahkan belum ada alat ukur *sense of humor* yang menggunakan stimulus "gambar" dan digunakan dalam konteks/norma Indonesia. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, peneliti bermaksud untuk menyusun alat ukur *sense of humor* yang berbeda dengan berbagai alat ukur *sense of humor* yang sudah ada. Berdasarkan alat ukur *sense of humor* yang akan dikembangkan, peneliti berharap dapat mengidentifikasi derajat *sense of humor* dan juga jenis humor yang dimiliki oleh individu.

Eysenck (dalam Martin & Lefcourt, 1984) mengajukan tiga metode dalam mengukur *sense of humor*, yaitu: (a) tingkat kesetujuan subjek terhadap materi humor yang ditampilkan, (b) frekuensi perilaku tertawa dan tersenyum, dan (c) tingkat produktivitas individu dalam mengemukakan perkataan/cerita yang bersifat humor. Dari tiga metode tersebut, metode pertama (metode [a]) berbentuk *self-report*, metode ke dua (metode [b]) berbentuk observasi terhadap reaksi subjek, dan metode ke tiga (metode [c]) berbentuk pemberian tugas atau *ability-test*. Menurut Martin (2003), metode dengan bentuk *self-report* adalah metode yang paling banyak digunakan dalam penelitian *sense of humor*.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih untuk mengukur *sense of humor* dengan metode tingkat kesetujuan subjek terhadap materi humor yang ditampilkan. Metode ini, di satu sisi memang memiliki kelemahan, yaitu adanya kemungkinan subjek melakukan *faking/kecurangan*; namun di sisi lain, metode ini adalah metode yang paling mudah dalam melakukan pengukuran *sense of humor* dalam jumlah besar, selain tidak membutuhkan *observer* dalam jumlah besar, metode ini tidak memberatkan subjek, seperti subjek diminta untuk membuat/memproduksi sejumlah kata-kata yang bersifat humor.

Untuk menguji validitas alat ukur yang dikembangkan, peneliti menggunakan alat ukur *psychological well-being* yang dikembangkan oleh Haryanto dan Suyasa (2007) berdasarkan indikator-indikator *psychological well-being* (Ryff, 2005). Dari beberapa penelitian (Guilmette, 2008; Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray, & Weir, 2003), dapat disimpulkan bahwa humor dapat memengaruhi kesehatan mental, dalam hal ini *psychological well-being*. Tingkat *psychological well-being* yang ada pada individu, akan diprediksi oleh *sense of humor* yang dimilikinya.

## Metode

### *Partisipan*

Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 445 orang. Perbandingan jenis kelamin laki-laki dan perempuan di antara partisipan, relatif seimbang, yaitu 50,8% perempuan, dan 49,2% adalah laki-laki. Usia minimal partisipan adalah 18,88 tahun dan usia maksimal adalah 60,88 tahun ( $Mean = 25.84$ ;  $SD = 4.87$  tahun). Sebagian besar (64,3%) partisipan memiliki status bekerja, dan memiliki tingkat pendidikan minimal S1 (58%).

### *Materi Alat Ukur Sense of Humor*

Materi alat ukur *sense of humor* adalah berupa 35 gambar, yang pada hakikatnya adalah *humor stimulus*. Keseluruhan gambar didapatkan dari berbagai sumber, yang dikontribusikan oleh mahasiswa Universitas X, periode Semester Ganjil 2008/2009, yang mengikuti kelas Mata Kuliah Pengukuran Psikologi. Contoh dari gambar (*humor stimulus*) yang dimaksud adalah sebagai berikut:



### *Prosedur*

Partisipan diminta memberikan respons terhadap gambar-gambar (*humor stimulus*) yang diberikan. Respons partisipan diberikan dalam bentuk skala *smiley* (☹). Instruksi pemberian respons yang diberikan kepada partisipan adalah sebagai berikut:

1. Dalam tugas ini, Anda akan menghadapi 35 buah gambar.
2. Anda diminta untuk merespons setiap gambar, berdasarkan tingkat reaksi emosi yang dimiliki ketika melihat gambar tersebut.
3. Dalam memberikan respons terhadap tugas ini, **tidak ada jawaban benar ataupun salah**.
4. Anda diminta untuk memberi tanda silang (X) pada satu dari lima ruang garis (\_\_\_) yang menurut Anda paling sesuai dengan tingkat reaksi emosi yang Anda miliki **ketika melihat gambar tersebut**.
5. Pada bagian **kiri** deretan ruang garis, terdapat simbol reaksi **emosi negatif** (☹) sebagai tanda **sedih, marah, kecewa**, dan sebagainya. Sedangkan pada bagian **kanan** deretan ruang garis, terdapat simbol reaksi **emosi positif** (☺) sebagai tanda **senang, bahagia, tertawa, dan sebagainya**.
6. Jika Anda memberi tanda silang (X) pada ruang garis yang **cenderung ke arah kiri**, maka artinya Anda **cenderung** merasakan **emosi negatif** seperti sedih, marah, kecewa, saat melihat gambar tersebut.
7. Jika Anda memberi tanda silang (X) pada ruang garis yang **cenderung ke arah kanan**, maka artinya Anda cenderung merasakan **emosi positif**, saat melihat gambar tersebut.
8. Sedangkan jika Anda memilih jawaban yang berada di **tengah**, artinya Anda merasakan emosi yang **netral** saat melihat gambar tersebut.

## Hasil

Pengolahan terhadap data hasil pengukuran alat ukur *sense of humor* dilakukan dengan metode *factor analysis (exploratory factor analysis)* dan metode *descriptive statistic*. Metode *factor analysis (exploratory factor analysis)* digunakan untuk mengelompokkan *humor stimulus* atau mengidentifikasi berbagai jenis humor yang sekiranya dimiliki oleh partisipan. Pengolahan data dilanjutkan dengan membuat profil tingkat *sense of humor* yang dimiliki oleh partisipan, berdasarkan jenis humor yang dimilikinya.

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan metode *exploratory factor analysis (principal component analysis extraction & varimax rotation)*, didapat tiga faktor/komponen yang membentuk *humor stimulus*. Tiga faktor tersebut mewakili 32,04% varians *humor stimulus*, yang ditampilkan dalam 35 gambar. Muatan faktor dari masing-masing humor stimulus, dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1  
*Muatan Faktor (Factor-Loading) masing-masing Humor Stimulus*

Nomor Humor Stimulus	Faktor 1	Faktor 2	Faktor 3
SoH_Img18	<b>0.619</b>	0.057	0.110
SoH_Img25	<b>0.552</b>	0.169	0.067
SoH_Img26	<b>0.539</b>	0.088	0.151
SoH_Img24	<b>0.538</b>	0.417	-0.116
SoH_Img16	<b>0.536</b>	-0.099	0.214
SoH_Img17	<b>0.523</b>	0.139	0.129
SoH_Img15	<b>0.522</b>	-0.113	0.326
SoH_Img14	<b>0.511</b>	0.003	0.310
SoH_Img23	<b>0.489</b>	0.226	0.134
SoH_Img27	<b>0.388</b>	0.210	-0.061
SoH_Img4	<b>0.369</b>	0.289	0.008
SoH_Img3	<b>0.361</b>	0.229	0.102
SoH_Img11	<b>0.347</b>	0.076	0.260
SoH_Img28	0.077	<b>0.618</b>	0.155
SoH_Img31	0.060	<b>0.597</b>	-0.091
SoH_Img19	0.171	<b>0.582</b>	0.004
SoH_Img22	0.140	<b>0.562</b>	0.077
SoH_Img1	0.036	<b>0.527</b>	0.161
SoH_Img2	-0.127	<b>0.502</b>	0.343
SoH_Img6	0.221	<b>0.498</b>	-0.043
SoH_Img29	0.007	<b>0.472</b>	0.141
SoH_Img33	0.270	<b>0.435</b>	0.171
SoH_Img32	0.295	<b>0.432</b>	0.042
SoH_Img20	0.238	<b>0.397</b>	0.264
SoH_Img8	0.094	0.039	<b>0.591</b>
SoH_Img5	0.141	-0.002	<b>0.561</b>

SoH_Img10	0.058	0.331	<b>0.545</b>
SoH_Img35	0.031	0.172	<b>0.520</b>
SoH_Img12	0.378	-0.032	<b>0.500</b>
SoH_Img34	0.346	-0.050	<b>0.495</b>
SoH_Img21	0.118	0.179	<b>0.490</b>
SoH_Img13	0.325	-0.001	<b>0.480</b>
SoH_Img7	0.013	0.402	<b>0.425</b>
SoH_Img30	-0.056	0.388	<b>0.392</b>
SoH_Img9	0.202	0.104	<b>0.326</b>

Berdasarkan pengamatan terhadap *humor stimulus* pada masing-masing kelompok faktor yang terbentuk, peneliti mengajukan tiga konsep yang merupakan hasil identifikasi jenis humor. Faktor pertama adalah “*Humor is viewed as a form of cognitive appraisal that involves perceiving potentially stressful situations*”; faktor kedua adalah “*Humor is viewed as a neutral & innocent stimulus*”; dan faktor ketiga adalah “*Humor as resulting from a sense of superiority derived from ridiculing others for their stupidity, weakness, or ugliness*”.

Hasil pengolahan data selanjutnya adalah berupa gambaran profil tingkat *sense of humor* berdasarkan tiga jenis humor yang terbentuk, dengan menggunakan metode *descriptive statistic*. Gambaran tingkat *sense of humor* dari ketiga jenis humor tersebut dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2

*Gambaran Sense of Humor berdasarkan Jenis Humor*

Jenis Humor	Sense of Humor			
	Min.	Maks.	Rata-rata	SD
Faktor 1	1.38	4.85	3.34	0.597
Faktor 2	1.82	4.91	3.70	0.572
Faktor 3	1.64	4.91	3.29	0.663

Mengacu pada Tabel 2 di atas, dapat dilihat bahwa rata-rata skor Faktor 2 tampak paling tinggi dibandingkan dengan rata-rata skor faktor lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa jenis humor yang paling disukai oleh partisipan adalah jenis humor yang bersifat netral/*innocent*. Partisipan menyukai jenis humor yang menampilkan gambar-gambar anak, gambar hewan peliharaan yang jinak, atau gambar-gambar yang pada prinsipnya tidak menampilkan kekerasan, situasi yang menekan, seksual, dan gambar yang mencerminkan ketidakberuntungan individu lain.

Di antara ketiga faktor, faktor yang menunjukkan rata-rata skor paling rendah adalah Faktor 3. Faktor 3 adalah kumpulan *humor stimulus* yang menampilkan gambar-gambar yang bersifat kekerasan, situasi yang menekan, seksual, dan gambar-gambar yang mencerminkan ketidakberuntungan individu lain. Walaupun faktor ini menunjukkan rata-rata skor yang paling rendah, namun mengacu pada titik tengah alat ukur (skala 1-5, titik tengah alat ukur = 3), tampak rata-rata skor partisipan tergolong tinggi, yaitu 3,29 (rata-rata skor berada di atas titik tengah alat ukur). Hal ini menunjukkan bahwa partisipan juga menyukai jenis humor pada Faktor 3 tersebut.

### **Diskusi**

Jenis humor yang bersifat apresiasi terhadap situasi/tekanan hidup yang terjadi sehari-hari, dalam proses analisis faktor tampak paling banyak terbentuk dibandingkan dengan jenis humor lainnya (humor terhadap situasi yang bersifat netral atau apresiasi terhadap hal-hal yang polos/*innocent* dan jenis humor yang bersifat agresif atau kekerasan. Hal ini boleh jadi disebabkan bahwa sebagian besar partisipan dalam penelitian ini menggunakan humor untuk melepaskan kondisi stres yang dialaminya sehari-hari. Dengan mengungkapkan kondisi stres yang dialaminya dalam kehidupan sehari-hari, individu merasakan bahwa dirinya tidak sendiri mengalami kondisi tersebut. Hal ini sesuai dengan Lefcourt (dalam Kess, 2001), yang menyatakan bahwa humor dapat dimaknai sebagai adanya kehadiran individu lain.

Berdasarkan profil perilaku humor yang terbentuk, dapat teridentifikasi bahwa jenis humor terhadap situasi yang bersifat netral atau apresiasi terhadap hal-hal yang polos/*innocent*, cenderung memiliki rata-rata skor paling tinggi dibandingkan dengan jenis humor lainnya. Ada dua alasan yang dapat diasumsikan oleh penulis untuk menjelaskan fenomena ini. Pertama, apresiasi terhadap hal-hal yang bersifat polos/*innocent* identik dengan norma dalam kehidupan sehari-hari. Humor jenis tersebut, diasumsikan tidak bersifat melawan norma-norma, seperti pada jenis humor yang bersifat kekerasan/agresifitas. Hal ini menguatkan pendapat Martin (2003), bahwa individu tertawa justru terhadap hal-hal yang positif, tidak pada kecenderungan tertawa terhadap hal-hal yang sifatnya merendahkan individu lain atau karena merasa lebih superior dari individu lain. Kedua, jenis apresiasi terhadap hal-hal yang bersifat polos/*innocent*, tidak membutuhkan banyak proses kognitif seperti pada jenis humor yang bersifat apresiasi terhadap situasi/tekanan hidup yang terjadi sehari-hari. Dengan kata lain, jenis humor apresiasi terhadap hal-hal yang bersifat polos/*innocent* dapat dengan mudah dicerna hingga menimbulkan respons positif.

Humor apresiasi terhadap hal-hal yang bersifat polos/*innocent* cocok untuk diterapkan secara sosial. Guilmette (2008) menyatakan bahwa perilaku tertawa adalah salah satu metode untuk menarik

perhatian orang lain, metode untuk menyampaikan emosi yang sedang dirasakan, dan merupakan metode untuk mengaktifkan emosi positif pada orang lain. Stimulus pada humor apresiasi terhadap hal-hal yang bersifat polos/*innocent*, pada umumnya menyajikan gambar-gambar anak secara nyata (bukan kartun, bukan situasi sindirian, ataupun situasi merendahkan orang lain). Anak pada stimulus tersebut adalah sosok yang menarik perhatian dan sebagai pihak yang menerima emosi positif yang dirasakan oleh lingkungan/individu lain yang melihatnya. Tersenyum/tertawa pada stimulus tersebut, adalah indikasi bahwa individu ingin mengaktifkan emosi positif yang ada pada orang lain, dalam hal ini adalah anak.

Menurut peneliti, penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu berdasarkan jenis-jenis humor yang teridentifikasi dalam penelitian ini, peneliti tidak mengarah kepada analisis apakah suatu jenis humor bersifat *adaptive* atau *maladaptive*. Sifat humor yang *adaptive/maladaptive*, menurut peneliti, kembali pada individu masing-masing saat mempersepsi *humor stimulus*. Saat individu merasa tersindir/tersinggung terhadap *humor stimulus* yang disaksikannya, boleh jadi humor tersebut dianggap *maladaptive*. Peneliti berasumsi bahwa berdasarkan pengelompokkan jenis humor, khususnya jenis humor yang bersifat apresiasi terhadap situasi/tekanan hidup yang terjadi sehari-hari dan jenis humor yang bersifat agresif/kekerasan, individu tertentu dapat saja merasa bahwa humor tersebut menyindir/menyinggung perasaannya. Dengan stimulus humor yang sama, individu yang bersangkutan boleh jadi menganggap humor tersebut sebagai sesuatu yang menyenangkan. Dengan demikian stimulus humor yang diidentifikasi dalam penelitian ini bukan untuk mengidentifikasi jenis humor berdasarkan *adaptive/maladaptive*.

### **Simpulan**

Berdasarkan penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat 3 jenis humor, yaitu:

1. Jenis humor yang bersifat apresiasi terhadap situasi/tekanan hidup yang terjadi sehari-hari (*humor is viewed as a form of cognitive appraisal that involves perceiving potentially stressful situations*);
2. Jenis humor yang bersifat netral atau apresiasi terhadap hal-hal yang polos/*innocent* (*humor is viewed as a neutral & innocent stimulus*);
3. Jenis humor yang bersifat agresif atau humor terhadap hal-hal yang bersifat kekerasan (*humor as resulting from a sense of superiority derived from ridiculing others for their stupidity, weakness, or ugliness*).

## Daftar Pustaka

- Baron, R. A. (1978). Aggression-inhibiting influence of sexual humor. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(2), 189-197.
- Barron, J. W. (2001). Review of Humor and psyche: Psychoanalytic perspectives. *Psychoanalytic Psychology*, 18(1), 179-183.
- Choi, M. S., An, J. Y., & Choi, T. S. (2008). *Effects of a sense of humor and humor style on Korean adolescents' leadership*. Paper presented at the American Psychological Association 2008 Convention.
- Choi, T. S., Choi, M. S., & An, J. Y. (2008). *Mediating effect of interpersonal relationship skills among a sense of humor, humor style, and leadership skill in Korean adolescents*. Paper presented at the American Psychological Association 2008 Convention.
- Ginsparg, S. L. (2003). Humor and the holocaust: Turning comedians into victims to end the millennium. *Psychoanalytic Psychology*, 20(4), 710-716.
- Guilmette, A. M. (2008). The psychology of humor: An integrative approach [Review of the book]. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 267-268.
- Haryanto, R., & Suyasa, P. T. Y. S. (2007). Persepsi terhadap job characteristic model, psychological well-being, dan performance (studi pada karyawan PT. X). *Phronesis*, 9(1), 67-92.
- Kess, J. F. (2001). Review of humor: The psychology of living buoyantly. [Review of the book]. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 42(3), 232-234.
- Martin, R. A. (2001). Humor, laughter, and physical health: Methodological issues and research findings. *Psychological Bulletin*, 127(4), 504-519.
- Martin, R. (2003). Sense of humor. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.). *Positive psychological assessment. A handbook of models and measures* (pp. 313-326). Washington, DC: American Psychological Association.
- Martin, R. A., & Lefcourt, H. M. (1984). Situational humor response questionnaire: Quantitative measure of sense of humor. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(1), 145-155.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 37(1), 48-75.
- Meehan, K. B. (2009). Transforming narcissism: Reflections on empathy, humor, and expectations. [Review of the book]. *Psychotherapy Theory, Research, Practice, Training*, 46(3), 402-403

Nezu, A. M., Nezu, C. M., Blissett, S. E. (1988). Sense of humor as a moderator of the relation between stressful events and psychological distress: A prospective analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 520-525.

Ryff C. D., & Singer B. (2005). From social structure to biology: Integrative science in pursuit of human health and well-being. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 541 - 555). New York: Oxford University Press, Inc.