

HUBUNGAN ANTARA RASA HUMOR DENGAN STRES KERJA

PADA WANITA BEKERJA



SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Mencapai Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan Oleh :

FATIMAH KARIMAH

F 100 060 031

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIAH SURAKARTA

2011

**HUBUNGAN ANTARA RASA HUMOR DENGAN STRES KERJA
PADA WANITA BEKERJA**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Derajat Sarjana S-1 Psikologi

Diajukan Oleh :

FATIMAH KARIMAH
F 100 060 031

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMADIYAH SURAKARTA

2011

**HUBUNGAN ANTARA RASA HUMOR DENGAN STRES KERJA
PADA WANITA BEKERJA**

Disusun oleh:

Fatimah Karimah
F 100 060 031

Pada Tanggal 27 September 2011

Telah disetujui untuk dipertahankan

di depan Dewan Penguji oleh :

Pembimbing

(Dr. Moordiningsih, Msi, Psi)

HUBUNGAN ANTARA RASA HUMOR DENGAN STRES KERJA

PADA WANITA BEKERJA

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Fatimah Karimah

F 100 060 031

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal, 4 Oktober 2011
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji utama

Dr. Moordiningsih, M.Si, Psi

Penguji pendamping I

Setiyo Purwanto, S.Psi, M.Si

Penguji pendamping II

Dra. Zahrotul Uyun, M.Si

Surakarta, _____ 2011
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,

(Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psi)

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang sepengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila di lain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya. Surat Pernyataan ini merupakan bentuk tanggung jawab moral saya sebagai penulis/peneliti kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Surakarta, 2011

Yang menyatakan

Fatimah Karimah

F 100 060 031

HALAMAN MOTTO

*Barangsiapa menempuh jalan untuk mencari ilmu
maka Allah akan memudahkan padanya jalan menuju Surga
(H.R Muslim)*

*Tidak ada kata-kata “percuma” atau “sia-sia” dalam
berusaha karena Allah
(Unknown Author)*

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya ini untuk :

*Kedua orang tua ku yang senantiasa mencurahkan kasih sayang dan mengiringi langkahku dengan
untaian doa*

dan suamiku tersayang yang selalu memberikan semangat penuh doa dan cinta

serta kakak dan adikku Muza, Hodijah, dan Hana

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT dengan segala rahmat, hidayah dan kemurahan-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan karya sederhana ini. Satu hal yang penulis sadari, bahwa terselesaikannya penulisan skripsi ini, tentunya tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu dengan segala kerendahan hati dan penghargaan yang tulus, penulis mengucapkan terimakasih yang tiada terhingga kepada :

1. Bapak Susatyo Yuwono, M.Si, Psi, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dr. Moordiningsih, M.Si, Psi, selaku Pembimbing skripsi sekaligus sebagai Penguji yang telah memberikan pengarahan, saran serta petunjuk dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran.
3. Bapak Setiyo Purwanto, S.Psi, M.Si, selaku penguji pendamping I yang telah memberikan masukan, saran bagi perbaikan skripsi yang penulis susun.
4. Ibu Dra. Zahrotul Uyun, M.Si penguji pendamping II yang telah memberikan saran, petunjuk dan nasehat.
5. Ibu Dra. Yuliani Prasetyaningrum, M.Si selaku dosen PA yang selama ini senantiasa memantau perkembangan prestasi penulis selama menuntut ilmu di Fakultas Psikologi UMS.

6. Seluruh staf pengajar dan tata usaha Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu dan kemudahan dalam proses penyusunan skripsi ini.
7. Kepada direktur CV.Rima Mitra Keluarga dan segenap anggota yang telah memberikan bantuannya pada penulis sehingga akhirnya skripsi ini dapat selesai. Semoga Allah membalas segala kebaikan kalian.
8. Kedua orang tuaku yang tidak pernah bosan mendoakan Penulis hingga penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas Psikologi UMS.
9. Suami tercinta, yang selalu setia mendampingi penulis. Terima kasih banyak untuk semangat, dukungan, kesabaran, do'a dan cintanya selama ini.
10. Sahabat-sahabatku Citra, Retno, Hoho yang selalu memberikan warna-warni dalam masa-masa kuliah. Terima kasih atas pengalaman dan kenangan yang kita lalui bersama.
11. Rekan-rekan psikologi UMS '06 serta semua pihak yang telah membantu yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terima kasih atas inspirasi, semangat dan dukungannya yang telah diberikan.

Penulis hanya bisa mengucapkan banyak terimakasih, semoga amal dan kebaikannya mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT.

Penulis menyadari bahwa apa yang telah penulis susun ini masih banyak kekurangan, namun demikian, penulis berharap semoga karya ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Surakarta, 4 Oktober 2011

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
ABSTRAKSI.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	9
C. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Stres Kerja.....	10
1. Pengertian Stres Kerja.....	10
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja.....	11
3. Aspek-Aspek Stres Kerja.....	13
4. Gejala-Gejala Stres Kerja.....	15

5. Dampak Stres Kerja.....	18
B. Rasa Humor.....	20
1. Pengertian Rasa Humor.....	20
2. Aspek-Aspek Rasa Humor.....	21
3. Karakteristik Kepribadian Orang yang Memiliki Rasa Humor.....	22
C. Wanita Bekerja.....	24
D. Hubungan Antara Rasa Humor Dengan Stres Kerja Pada Wanita Bekerja.....	24
E. Hipotesis.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	28
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	29
C. Subjek Penelitian.....	30
1. Populasi.....	30
2. Sampel.....	30
3. Teknik Sampling.....	31
D. Alat Pengumpulan Data.....	31
E. Validitas dan Reliabilitas.....	34
F. Metode Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Persiapan Penelitian.....	39
1. Orientasi Kancas Penelitian.....	39
2. Penyusunan Alat Pengumpul Data.....	40
B. Pelaksanaan Penelitian.....	43

1. Penentuan Subjek Penelitian.....	43
2. Pelaksanaan Penelitian.....	43
3. Pelaksanaan Skoring Uji Validitas.....	44
4. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas.....	44
5. Pelaksanaan Skoring Uji Hipotesis.....	46
C. Analisis Data.....	47
1. Uji Asumsi.....	47
2. Uji Hipotesis.....	47
3. Kategorisasi.....	48
4. Sumbangan Efektif.....	49
5. Tabulasi Silang.....	50
6. Hasil Analisis <i>Stepwise</i> (Regresi)	57
D. Pembahasan.....	58
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. <i>Blue Print</i> skala Rasa Humor	33
2. <i>Blue Print</i> skala Stres Kerja	34
3. Sebaran Aitem Skala Rasa Humor.....	41
4. Sebaran Aitem Skala Stres Kerja.....	42
5. Sebaran Aitem Skala Rasa Humor yang Valid dan Gugur.....	45
6. Sebaran Aitem Skala Stres Kerja yang Valid dan Gugur.....	46
7. Rangkuman Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	46
8. Frekuensi dan Presentase Skala Rasa Humor.....	48
9. Frekuensi dan Presentase Skala Stres Kerja.....	49
10. Rangkuman Hasil Uji Asumsi dan Uji Hipotesis.....	49
11. Kategorisasi Frekuensi dan Presentase Rasa Humor Ditinjau dari Usia...	50
12. Kategorisasi Frekuensi dan Presentase Rasa Humor Ditinjau dari Usia Pernikahan.....	51
13. Kategorisasi Frekuensi dan Presentase Rasa Humor Ditinjau dari Jumlah Anak.....	51
14. Kategorisasi Frekuensi dan Presentase Rasa Humor Ditinjau dari Jumlah Pembantu Rumah Tangga.....	52
15. Kategorisasi Frekuensi dan Presentase Stres Kerja Ditinjau dari Usia....	53
16. Kategorisasi Frekuensi dan Presentase Stres Kerja Ditinjau dari Usia Pernikahan.....	54
17. Kategorisasi Frekuensi dan Presentase Stres Kerja Ditinjau dari Jumlah Anak	55

18. Kategorisasi Frekuensi dan Presentase Stres Kerja Ditinjau dari Jumlah Pembantu Rumah Tangga.....	55
19. Kategorisasi Frekuensi dan Presentase Stres Kerja Ditinjau dari Rasa Humor	56
20. Rangkuman Hasil Analisis <i>Stepwise</i> (Regresi).....	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
A. Data Butir dan Hasil Perhitungan Validitas-Reliabilitas Skala Rasa Humor	
B. Data Butir dan Hasil Perhitungan Validitas-Reliabilitas Skala Stres Kerja	
C. Uji Asumsi Normalitas Sebaran dan Linieritas Hubungan	
D. Hasil Analisis <i>Product Moment</i>	
E. Kurva Kategorisasi	
F. Hasil Cross Tabulasi	
G. Skala Penelitian	
H. Surat Ijin Penelitian dan Surat Bukti Penelitian	

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA RASA HUMOR DENGAN STRES KERJA PADA WANITA BEKERJA

**Fatimah Karimah
Moordiningsih**

Kondisi perekonomian yang belum optimal memaksa para wanita yang sudah berkeluarga untuk bekerja di luar rumah. Keadaan ini menciptakan peran ganda yang menimbulkan konflik sehingga memicu timbulnya stres kerja. Munculnya stres kerja berkaitan dengan lingkungan, penampilan kerja dan karakteristik kepribadian individu yang salah satunya adalah peka terhadap humor. Sehingga diharapkan para wanita bekerja memiliki rasa humor yang tinggi agar dapat memperoleh reaksi yang lebih menyenangkan dan dapat lebih mengatasi stres dalam dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : 1). Hubungan antara rasa humor dengan stres kerja pada wanita bekerja, 2). Sejauh mana peranan rasa humor terhadap stres kerja pada wanita bekerja. 3) Untuk mengetahui tingkat rasa humor dan stres kerja pada wanita bekerja. 4) Untuk mengetahui aspek rasa humor yang paling tinggi korelasinya dengan stres kerja pada wanita bekerja. Hipotesis yang diajukan ada hubungan negatif antara rasa humor dengan stres kerja.

Subjek penelitian adalah wanita bekerja di CV. Rima Mitra Keluarga Bandung yang berjumlah 50 orang, dengan karakteristik sebagai berikut : 1). Usia 23-49 tahun, 2). Telah menikah, 3). Mempunyai anak, 4). Tinggal bersama suami dalam 1 rumah. Teknik pengambilan sampel *purposive non random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala rasa humor dan skala stres kerja. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*.

Berdasarkan hasil perhitungan teknik analisis *product moment* Pearson diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar $-0,568$, $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan ada korelasi negatif yang sangat signifikan antara rasa humor dengan stres kerja. Semakin tinggi rasa humor maka semakin rendah stres kerja pada subjek penelitian. Sebaliknya semakin rendah rasa humor maka semakin tinggi stres kerja pada subjek penelitian. Sumbangan efektif rasa humor terhadap stres kerja sebesar $32,2\%$ artinya masih terdapat $67,8\%$ faktor-faktor lain yang mempengaruhi stres kerja selain rasa humor diantaranya faktor-faktor yang berkaitan dengan tugas, hubungan pribadi di tempat kerja, lingkungan sosial budaya.

Berdasarkan kategorisasi diketahui rasa humor tergolong sedang, ditunjukkan dengan nilai mean empirik (ME) = $51,82$ dan mean hipotetik (MH) = 55 , dengan standar deviasi hipotetik = 14 . Stres kerja pada subjek penelitian tergolong sedang,

ditunjukkan dengan nilai mean empirik (ME) sebesar 91,44 dan mean hipotetik (MH) = 87,5, dengan standar deviasi hipotetik = 13,5

Berdasarkan uraian di atas maka dapat diambil kesimpulan ada korelasi negatif yang sangat signifikan antara rasa humor dengan stres kerja. Semakin tinggi rasa humor maka semakin rendah stres kerja pada subjek penelitian. Sebaliknya semakin rendah rasa humor maka semakin tinggi stres kerja pada subjek penelitian.