

HUBUNGAN ANTARA SELERA HUMOR DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA

RELATIONSHIP BETWEEN SENSE OF HUMOR AND SELF-CONFIDENCE IN COLLEGE STUDENTS

Albertus Adhyatma Revi Gracia, Nikmah Sofia Afiati

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

18081068@student.mercubuana-yogya.ac.id

08985836349

ABSTRAK

Mahasiswa adalah individu yang sedang menuntut ilmu di suatu perguruan tinggi dan bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas dalam studi mereka. Mahasiswa juga merupakan makhluk sosial dan tidak lepas dari interaksi dengan orang lain. Kemampuan mahasiswa dalam menjalin hubungan sosial umumnya berkaitan dengan Tingkat Kepercayaan Diri mereka. Selain itu, mahasiswa juga dituntut untuk memiliki kemampuan berpikir kritis serta mampu mengambil tindakan dengan cepat dan tepat. Oleh karenanya, mahasiswa memerlukan Kepercayaan Diri yang tinggi. Dengan demikian, mahasiswa akan memiliki keyakinan serta sikap positif terhadap kemampuan mereka serta mampu menerima segala aspek dalam diri mereka, baik positif maupun negatif, yang terbentuk dan dipelajari melalui suatu proses pembelajaran untuk mencapai kebahagiaan hidup. Penelitian ini melibatkan 412 responden yang berupa mahasiswa. Instrumen yang digunakan berupa Skala Selera Humor dan Skala Kepercayaan Diri. Metode analisis data menggunakan uji korelasi Pearson's Correlation Product Moment dengan koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,600, dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,050$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel Selera Humor memberikan kontribusi sebesar 36% pada variabel Kepercayaan Diri, sementara 64% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar Selera Humor.

Kata Kunci: Selera Humor, Humor, Kepercayaan Diri, Mahasiswa

ABSTRACT

University students are individuals who are pursuing higher education and are responsible to completing academic tasks. As social beings, students naturally engage in interactions with others. Their ability to build social relationships is generally associated with their level of self-confidence. Moreover, students are expected to think critically and act quickly and appropriately, which requires a high degree of self-confidence. Consequently, students need strong self-confidence in order to believe in their own abilities and to accept all aspects of themselves-both positive and negative-formed and learned through educational processes aimed at achieving a fulfilling life. This study involved 412 student respondents. The instruments used were the Sense of Humor Scale and the Self-Confidence Scale. The data were analyzed using Pearson's Product Moment Correlation, yielding a correlation coefficient (r_{xy}) = 0.600 with a significance value of $p = 0,000$ ($p < 0.050$). The results indicate that the Sense of Humor variable contributes 36% to the Self-Confidence variable, while the remaining 64% is influenced by other factors beyond Sense of Humor.

Key Word: *Sense of Humor, Humor, Self-Confidence, College Students*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah hal yang dibutuhkan individu sebagai upaya menjadikan diri lebih baik (Hariyanti & Syukur, 2023). Dikutip dari Peraturan Pemerintah RI No. 30 tahun 1990, mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi tertentu. Sedangkan menurut KBBI, mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi. Daldiyono (dalam Budhi & Indrawati, 2017) menjabarkan bahwa mahasiswa merupakan individu yang telah menuntaskan studi mereka dari sekolah lanjutan tingkat atas dan tengah menempuh pendidikan tinggi. Kata “mahasiswa” dapat diuraikan menjadi “maha” yang berarti besar, dan “siswa” yang dapat diartikan sedang menjalani pendidikan, maka dapat diuraikan bahwa mahasiswa merupakan individu yang menjalani pendidikan yang lebih tinggi dari seorang siswa (Panjaitan, et al., 2018). Mahasiswa adalah setiap individu yang telah terdaftar secara resmi untuk mengikuti kegiatan belajar di sebuah perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun (Sarwono, 1978).

Mahasiswa adalah makhluk individu dan sosial (Hulukati & Djibran, 2018). Mahasiswa disebut sebagai makhluk individu karena mahasiswa memiliki kebutuhan-kebutuhan yang beragam antara individu satu dengan yang lainnya, mahasiswa tidak dapat hidup sendiri, dan memerlukan orang lain dalam memenuhi kebutuhan mereka, maka dari itulah mahasiswa disebut juga sebagai makhluk sosial. Mahasiswa disebut makhluk sosial karena memiliki keterkaitan dengan orang lain, mahasiswa yang mampu bergaul dengan orang

lain biasanya memiliki kepercayaan diri yang tinggi (Zahara, 2018). Sebagai seorang mahasiswa yang diharuskan untuk bertindak secara cepat dan tepat, maka dibutuhkan Kepercayaan Diri yang tinggi. Sehingga mahasiswa memiliki keyakinan dan sikap terhadap kemampuannya, dan mampu menerima apa yang ada dalam dirinya baik positif maupun negatif yang dibentuk maupun dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan hidupnya (Hakim, 2002).

Kepercayaan Diri adalah sikap yang umum, buat suatu hal yang khusus dalam situasi individu (Tokinan, dalam Ilhan & Bardakcı, 2020). Menurut Syam & Amri (2017), Kepercayaan Diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, karena dengan adanya Kepercayaan Diri, individu mampu mengaktualisasikan segala potensi yang ada di dalam dirinya. Individu dengan tingkat Kepercayaan Diri tinggi umumnya optimis, percaya terhadap kemampuannya, dan memiliki kemauan untuk sukses. Mereka tidak menghindari kesulitan, nyaman, dan penuh kasing sayang dalam menjalin hubungan dengan sesama, terbuka terhadap pengalaman baru, teliti, bertanggung jawab, dan progresif. Mereka juga memiliki harga diri, berguna, penting, layak dihormati, dan diterima (Mağden & Aksoy, dalam Ilhan & Bardakcı, 2020).

Menurut Lauster (Hidayati & Savira, 2021) aspek-aspek Kepercayaan Diri di antara lain adalah optimis, objektif, bertanggung jawab, yakin atas kemampuan diri, serta rasional dan realistis. Berdasarkan penjelasan

tersebut dapat diketahui bahwa aspek-aspek Kepercayaan Diri terdiri dari sikap optimis, objektif, bertanggung jawab, yakin terhadap kemampuan diri yang dimiliki, serta rasional dan realistis.

Memahami dan meyakini bahwa setiap individu memiliki kelebihan dan kekurangan adalah cara untuk menumbuhkan Kepercayaan Diri pada mahasiswa. Saat individu menemukan dan memahami kelebihan, sebaiknya dikembangkan agar dapat bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain (Hakim dalam Hapsari dan Primastuti, 2014). Tidak sedikit mahasiswa yang merasa tidak percaya terhadap kemampuan mereka. Namun, jika mereka mendalami diri mereka, maka akan menemukan kekuatan yang tersimpan yang bahkan tidak mereka sadari.

Para ahli telah mengungkapkan faktor-faktor dari Kepercayaan Diri. Salah satu faktor tersebut dikemukakan oleh Lauster (dalam Hidayati & Savira, 2021), bahwa kepercayaan diri terbentuk melalui kondisi fisik, cita-cita, sikap hati-hati, dan pengalaman hidup. Kemudian Santrock (dalam Hidayati & Savira, 2021) mengungkapkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi Kepercayaan Diri yaitu penampilan fisik, konsep diri, hubungan dengan orang tua, dan hubungan dengan teman sebaya.

Dari hasil penelitian yang dilakukan Marheni, (2022), bahwa terdapat 46% atau 43 responden yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang sangat baik, 38% atau 36 responden yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang baik, 16% atau 15 responden yang menunjukkan tingkat

kepercayaan diri yang sedang, 0% atau 0 responden yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang buruk, 0% atau 0 responden yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang sangat buruk. Jumlah keseluruhan responden adalah 94 responden.

Pada tanggal 4 Juni 2024, peneliti melakukan wawancara pada 3 orang responden yang merupakan mahasiswa berinisial AJ, PG, dan VS secara langsung. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada 3 orang responden yang merupakan Mahasiswa berinisial AJ, PG, dan VS, diperoleh data bahwa ketiganya memiliki beragam pandangan mengenai aspek Kepercayaan Diri yang menjadi tumpuan dalam melakukan wawancara. Pada aspek “Yakin dengan kemampuan diri”, ketiga responden yang merupakan mahasiswa meyakini bahwa kemampuan dalam diri merupakan aspek penting dalam meraih prestasi bagi mereka. Selanjutnya, pada aspek “Optimis”, responden memiliki sikap optimis dalam mengoptimalkan bakat mereka, selain itu mereka percaya bahwa bakat adalah penunjang dalam menjalankan studi mereka dan menentukan kepercayaan diri mereka. Pada aspek “Objektif”, responden cenderung memiliki sikap objektif yang baik, dari contoh konkret ketika dihadapkan dengan teman yang merupakan anggota di kelompok belajar yang pasif, namun ingin mendapatkan nilai. Mereka setuju bahwa pada situasi ini, tindakan objektif sangat diperlukan. Responden yang merupakan mahasiswa akan memberi peringatan kepada anggota kelompok yang pasif atau melaporkannya ke dosen untuk ditindaklanjuti. Pada aspek “Bertanggung jawab”, responden

mengungkapkan bahwa sebagai mahasiswa mereka mampu bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliah mereka. Pada aspek “Rasional dan Realitas”, responden memiliki sikap yang rasional dan memiliki realitas terhadap tugas-tugas kuliah mereka.

Menurut Madhy, Purba, & Nafeesa (2022), keberhasilan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor kepribadian, dan di antaranya adalah kepercayaan diri. Dalam Madhy, Purba, & Nafeesa. (2022), ketika individu kurang Percaya Diri, maka mereka akan merasa canggung saat berbicara dengan orang lain, serta kesulitan dalam mengutarakan pendapat mereka di depan umum. Menurut Maslow (dalam Alwisol, 2012), individu dengan Kepercayaan Diri akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Individu dengan Kepercayaan Diri yang rendah akan pesimis saat menghadapi tantangan, takut, serta ragu-ragu untuk menyampaikan gagasannya (Barus. Et. al., dalam Madhy, Purba, & Nafeesa, 2022).

Mahasiswa berprestasi cenderung memiliki Kepercayaan Diri yang tinggi karena memiliki sikap optimis, dan yakin akan kemampuan diri dalam mengatasi masalah, sehingga mampu meraih tujuan hidupnya (Dewi, 2017; Dewi, 2018; Dalimunthe. Et. al., 2020; Saraswati & Dewi, 2020, dalam Madhy. Et. al., 2022). Mahasiswa dengan Kepercayaan Diri yang baik cenderung yakin atas tindakannya, bebas bertindak sesuai keinginan, dan bertanggung jawab. Sikap ini mendukung proses belajar dan menunjang prestasi akademik (Aziz, 2020; Atrizka. Et. al.,

2020; Ginting & Aziz, 2014; Lubiz & Aziz, 2016; Selly & Atrizka, 2020; Yuslan. Et. al., 2020, dalam Madhy. Et. al., 2022). Menurut Aziz (2015; Dewi (2012); Dewi. Et. al., (2020, 2021); Lubiz & Aziz, (2014); Siregar & Aziz, (2019); Sulistyarningsih & Aziz, (2016), dalam Madhy. Et. al., (2022)), Kepercayaan Diri penting bagi mahasiswa, tidak hanya menunjang penampilan dan meyakinkan orang lain, namun juga mendukung keterampilan komunikasi, baik verbal maupun nonverbal. Kaitan antara Selera Humor dan Kepercayaan Diri adalah individu yang Percaya Diri umumnya memiliki penyesuaian diri dan perspektif yang luas. Selera Humor menjadi sarana memperlancar pergaulan dan meningkatkan rasa Percaya Diri. Individu dengan perspektif luas mampu memandang diri sebagaimana orang lain memandang dirinya. Individu dengan Selera Humor tinggi lebih mampu menerima diri, tidak mudah tersinggung saat mendapat kritik atau dalam situasi bercanda.

Menurut Morrison (dalam Suryadi, 2019), *Sense of Humor* (Selera Humor) adalah kemampuan seseorang untuk merespons suatu tantangan-tantangan kehidupan dengan kesenangan yang optimis. Menurut Martin (dalam Suryadi, 2019), *Sense of Humor* adalah gaya yang digunakan individu untuk merefleksikan dan berinteraksi dengan orang lain dengan menggunakan sensor atau filter untuk memberikan hiburan, tawa, dan keceriaan. Thorson dan Powel (dalam Izati & Aulia, 2019), menyatakan bahwa Selera Humor merupakan sebuah interpretasi memandang

dunia, suatu gaya tertentu sebagai bentuk perlindungan diri individu dalam berinteraksi dengan sesama mereka. Kuiper, Martin, dan Dance (dalam Cann & Collette, 2014) telah memberikan bukti bahwa individu dengan tingkat Selera Humor yang lebih tinggi memiliki tingkat kepuasan yang lebih besar terhadap peran yang diidentifikasi relevan dengan kehidupan mereka. Thorson & Powell (dalam Izati & Aulia, 2019), Selera Humor merupakan cara berpikir tentang dunia dan gaya tertentu untuk melindungi diri sendiri saat berinteraksi dengan orang lain. Kuiper, Martin, & Dance (dalam Cann & Collette, 2014) membuktikan bahwa individu dengan tingkat Selera Humor yang tinggi memiliki tingkat kepuasan yang lebih tinggi terhadap peran yang terkait dengan kehidupan mereka. Perspektif menyeluruh mengenai kehidupan ini didukung oleh penelitian yang memaparkan bahwa Selera Humor yang baik dikaitkan dengan keceriaan sebagai suatu sifat, serta keadaan atau situasi (Ruch & Carrell, 1998; Ruch & Kohler, 1998; Ruch, Kohler, & van Thriel, dalam Cann & Collette, 2014).

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *Sense of Humor* (Selera Humor) adalah kemampuan individu untuk menciptakan humor, lelucon, atau jenaka; menyelesaikan masalah; berinteraksi dengan orang lain; serta merespons humor (Suryadi, 2019). *Sense of Humor* juga diartikan sebagai kemampuan individu. Selera Humor dapat menjadi gaya dalam merefleksikan diri dan berinteraksi dengan orang lain melalui hiburan, tawa, dan keceriaan. Dalam hubungan sosial, Selera Humor juga

digunakan sebagai perlindungan diri dan sarana adaptasi. Selain itu, Selera Humor memberi dampak positif pada cara individu memandang diri sendiri dan dunia sekitarnya. Selera Humor juga mempengaruhi produktivitas dan kualitas hidup individu. Namun, Selera Humor masing-masing individu berbeda. Maka dari itu, meski semua individu memiliki Selera Humor, tidak semuanya dapat disebut humoris (Suryadi, 2019).

Thorson dan Powell pada Azlizan, Zainuddin, & Ridfah, (2023) mengemukakan empat karakteristik multidimensional Selera Humor di antara lain adalah, *Humor production*, *Coping with humor*, *Humor appreciation*, dan *Attitude toward humor*.

Menurut Sungkar & Partini (2015), Kepercayaan Diri individu tumbuh dari perkembangan Selera Humor dalam pergaulan suatu kelompok. Hal ini sejalan dengan Nabila (dalam Yustia. Et. al., 2021), yakni individu dengan Selera Humor sangat penting dalam mempresepsikan dan menanggapi hal-hal lucu yang dapat menimbulkan kegembiraan dan tawa. Dengan cara ini, mereka dapat mencapai keutuhan dan kebahagiaan hidup. Sungkar & Partini (2015) menyatakan bahwa orang yang tidak dapat menerapkan Selera Humor akan selalu tampak tegang dan tidak menunjukkan kesegaran jiwa. Selera Humor mampu membuat individu merasa rileks, segar, dan terhibur, sehingga turut mengurangi beban masalah yang sangat membelenggu (Arif. Et. al., 2023). Individu dengan tingkat Selera Humor yang tinggi akan tampak humoris saat berinteraksi dengan orang lain dan akan tetap

tampak segar dalam situasi apapun (Sungkar & Partini, 2015).

METODE

Penelitian ini menggunakan metodologi Penelitian Kuantitatif Korelasional. Menurut Punch (1988), penelitian kuantitatif adalah penelitian empiris dengan data yang dapat dihitung. Penelitian ini membutuhkan metode pengambilan data yang objektif dan terukur secara kuantitatif. Alat ukur yang digunakan adalah penyebaran skala, karena memenuhi syarat objektivitas dan pengukuran sebagai metode pengumpulan data (Siyoto & Sodik, 2015). Skala adalah alat ukur kuantitatif berbasis nilai dan besaran untuk merepresentasikan objek yang diukur (Hardani. Et. al., 2020). Penelitian ini menggunakan Skala *Likert*, yaitu skala yang mengukur sikap, pendapat, serta persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2013). Terdapat dua skala psikologis dalam penelitian ini, yaitu; Skala Selera Humor dan Skala Kepercayaan Diri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Deskripsi Data

Data penelitian yang diperoleh dari Skala Selera Humor dan skala Kepercayaan Diri akan digunakan sebagai dasar pengujian hipotesis dengan menggunakan skor hipotetik dan empirik.

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik				
	N	Mi n	M ax	Me an	S D	Mi n	M ax	Me an	S D
Selera Humor	4		1		2				
	1	38	9	114	5	96	19	138	0,
	2		0		3		0	,9	1
Kepercaya an Diri	4		2		2				
	1	44	2	132	9	10	21	162	1
	2		0		3	8	2	,3	7, 5

Hasil perhitungan hipotetik variabel Selera Humor pada skala Selera Humor diperoleh skor minimum $1 \times 38 = 38$ dan skor maksimum $5 \times 38 = 190$. Rata-rata (*mean*) hipotetik $(190 + 38) : 2 = 114$ dengan standar deviasi $(190-38) : 6 = 25,3$. Sedangkan hasil dari data empirik variabel Selera Humor diperoleh skor minimum 96 dan maksimum 190. Rata-rata empirik yaitu 138,9 dengan standar deviasi sebesar 20,1.

Berdasarkan hasil perhitungan hipotetik skala Kepercayaan Diri diperoleh skor sebesar $1 \times 44 = 44$ dan untuk skor terendah sebesar $5 \times 44 = 220$ dengan rata-rata (*mean*) hipotetik yaitu $(220+44):2= 132$ dengan standar deviasi sebesar $(120-24):6 = 29,3$. Dari hasil data empirik variabel Kepercayaan Diri diperoleh skor minimum 108 dan maksimum 212, dengan rata-rata (*Mean*) empirik yaitu 162,3 dengan standar deviasi 17,5.

2. Kategorisasi Selera Humor dan Kepercayaan Diri

Kategorisasi data pada suatu penelitian bertujuan untuk menempatkan individu ke dalam suatu kelompok yang terpisah dengan posisi yang berjenjang berdasarkan suatu kontinum atas atribut yang diukur (Azwar, 2012). Adapun klasifikasi skor dari jawaban subjek dalam masing-masing variabel yaitu:

- a. Kategorisasi Skala Selera Humor

Dalam penelitian ini, telah dilakukan kategorisasi terhadap skala Selera Humor dengan membagi menjadi lima kategori, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Adapun hasil dalam kategorisasi kepribadian

Selera Humor yang dimiliki subjek terlihat dalam tabel berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Selera Humor

Kategori	Pedoman	Skor	N	Persentase
Rendah	$x < m - 1s$	$x < 88,7$	0	0 %
Sedang	$m - 1s \leq x < m + 1s$	$88,7 \leq x < 139,3$	20	50,0 %
Tinggi	$m + 1s \leq x$	$139,3 \leq x$	20	50,0 %
Total			41	100 %
			2	

Keterangan:
 x = Skor Subjek
 m = Rerata Hipotetik
 s = Standar Deviasi

Berdasarkan hasil dari kategorisasi data Selera Humor menunjukkan bahwa subjek pada kategori sedang 206 subjek (50,0%), dan kategori tinggi 206 subjek (50,0%). Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat Selera Humor pada subjek untuk penelitian ini berada dalam kategori sedang dan tinggi.

b. Kategorisasi Skala Selera Humor

Dalam penelitian ini, telah dilakukan kategorisasi terhadap skala Selera Humor dengan membagi menjadi lima kategori, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Adapun hasil dalam kategorisasi kepribadian Selera Humor yang dimiliki subjek terlihat dalam tabel berikut:

Tabel 3. Kategorisasi Selera Humor

Kategori	Pedoman	Skor	N	Persentase
Rendah	$x < m - 1s$	$x < 88,7$	0	0 %
Sedang	$m - 1s \leq x < m + 1s$	$88,7 \leq x < 139,3$	20	50,0 %
Tinggi	$m + 1s \leq x$	$139,3 \leq x$	20	50,0 %
Total			41	100 %
			2	

Keterangan:
 x = Skor Subjek
 m = Rerata Hipotetik
 s = Standar Deviasi

Berdasarkan hasil dari kategorisasi data Selera Humor menunjukkan bahwa subjek pada kategori sedang 206 subjek (50,0%), dan kategori tinggi 206 subjek (50,0%). Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat Selera

Humor pada subjek untuk penelitian ini berada dalam kategori sedang dan tinggi.

3. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas diupayakan untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh berada pada data-data yang bersifat normal ataupun yang tidak normal. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan Teknik analisis model kolmogorov-smirnov (KS-Z). Pedoman yang digunakan dalam uji normalitas ini adalah apabila nilai signifikansi KS-Z $p > 0,05$, maka sebaran data melalui distribusi normal. Namun, apabila signifikansi KS-Z $p \leq 0,05$ maka sebaran data tidak melalui distribusi normal (Hadi, 2016). Berdasarkan uji normalitas yang dilakukan pada skor Selera Humor diperoleh $KS-Z = 0,412$, dengan nilai signifikansi $p = 0,002$. Sedangkan pada skor Kepercayaan Diri diperoleh $KS-Z = 0,412$, dengan nilai signifikansi $p = 0,197$. Hasil ini menunjukkan bahwa skala Selera Humor memiliki sebaran data yang tidak normal, karena memiliki signifikansi $p < 0,050$. Sedangkan pada skala Kepercayaan Diri memiliki sebaran data yang normal, karena memiliki signifikansi $p > 0,050$. Menurut Hadi (2016) distribusi data tetap dapat disebut normal apabila subjek penelitian berjumlah ($N \geq 30$). Hal ini didukung dengan penjelasan dari Azwar (2017) yang menyebutkan bahwa penyimpangan pada hasil uji normalitas data tidak dapat mempengaruhi hasil penelitian yang melibatkan subjek dengan jumlah besar.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk melihat apakah antara variabel bebas dengan variabel tergantung terdapat hubungan yang bersifat linear atau tidak. Untuk mengetahuinya, perlu dilakukan uji nilai signifikansi F. Pedoman yang menjadi dasar dalam uji linearitas adalah jika $p < 0,050$, maka dapat diartikan terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dan variabel tergantung, namun jika nilai $p > 0,050$, dapat diartikan tidak terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dan variabel tergantung (Hadi, 2016). Berdasarkan hasil uji linearitas yang dilakukan terhadap variabel Selera Humor dengan Kepercayaan Diri diperoleh $F = 239,168$, dengan nilai $\text{sig } p = 0,000$. yang dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang linear antara Selera Humor dengan Kepercayaan Diri, karena memiliki nilai signifikansi $p < 0,050$.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dalam upaya menguji kebenaran terhadap pertanyaan ataupun pernyataan yang telah disusun sebelumnya berdasarkan hasil teori yang telah digunakan untuk menjelaskan dan mengetahui bahwa terdapat hubungan (korelasi) diantara variabel-variabel penelitian. Menurut Hadi (2015), teknik korelasi (*Pearson Correlation*) digunakan untuk menetapkan hubungan antara dua variabel, yaitu variabel bebas dengan variabel terikat, jika diperoleh korelasi yang signifikan berarti ada hubungan antara variabel satu dengan variabel yang lain. Pedoman untuk uji korelasi adalah apabila $p < 0,050$ berarti ada korelasi dan apabila $p \geq 0,050$ berarti tidak ada korelasi.

Berdasarkan hasil dari analisis korelasi *Product Moment (Pearson Correlation)* diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,600 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,050$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara Selera Humor dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi Selera Humor, maka semakin tinggi Kepercayaan Diri pada Mahasiswa. Sebaliknya, jika semakin rendah Selera Humor, maka semakin rendah Kepercayaan Diri pada Mahasiswa. Pada korelasi determinasi (R^2) diperoleh sebesar 0,360 yang menunjukkan bahwa variabel Selera Humor memiliki kontribusi sebesar 36% terhadap variabel Kepercayaan Diri, dan sisanya 64% dipengaruhi oleh faktor lain di luar Selera Humor.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara Selera Humor dengan Kepercayaan Diri pada mahasiswa. Setelah dilakukannya uji korelasi momen produk (*Pearson's Correlation Product Moment*) atau yang dikenal dengan uji F diperoleh hasil sebesar (r_{xy}) = 0,600 dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,050$), menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara Selera Humor dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Dari hasil tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sungkar & Partini (2015), menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *Sense of Humor* dengan Kepercayaan Diri. Maka dapat berarti,

semakin tinggi *Sense of Humor*, maka semakin tinggi pula Kepercayaan Diri, dan atau sebaliknya.

Diketahui kategorisasi pada Selera Humor sebagai berikut: 50,0% pada kategorisasi sedang, dengan jumlah 206 subjek, dan 50,0% pada kategorisasi tinggi, dengan jumlah 206 subjek. Maka, kategorisasi Selera Humor Mahasiswa menunjukkan berada pada tingkat sedang dan tinggi. Pada kategorisasi Kepercayaan Diri diketahui sebagai berikut: 46,8% pada kategorisasi sedang, dengan jumlah 193 subjek, dan 53,2% pada kategorisasi tinggi, dengan jumlah 219 subjek. Maka, kategorisasi Kepercayaan Diri Mahasiswa menunjukkan berada pada tingkat tinggi. Berdasarkan kategorisasi di atas, dapat diuraikan bahwa Mahasiswa dengan Selera Humor yang tinggi mampu menyesuaikan dirinya dengan baik. Hal ini didukung oleh penelitian Shobah, Rahmawati, & Sandri (2021), yang mengungkapkan seorang remaja dengan tingkat Selera Humor yang tinggi mampu mengembangkan dirinya secara realistis, dengan begitu remaja dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik. Ditunjang oleh Arif, Syahrina, & Fikri, (2023), yaitu seseorang dengan Selera Humor cenderung lebih mampu mengembangkan dirinya secara realistis.

Selanjutnya, di dalam penelitian ini juga membuktikan bahwa terdapat hubungan antara Selera Humor dengan Kepercayaan Diri dengan $F = 239,168$, dengan nilai sig $p = 0,000$. Hal ini dapat diartikan bahwa adanya hubungan yang linear antara Selera Humor dengan

Kepercayaan Diri, karena memiliki nilai signifikansi $p < 0,050$.

Manusia merupakan makhluk sosial. Maka dari itu, manusia tidak dapat hidup sendiri, dan memerlukan adanya penerimaan terhadap sesamanya. Terdapat berbagai upaya yang dilakukan individu agar mampu diterima oleh sesamanya. Salah satunya seperti yang dikemukakan oleh Setiawan pada Sungkar & Partini (2015), bahwa Selera Humor adalah upaya dalam menambah penerimaan individu terhadap sesama mereka pada berbagai usia. Individu dengan Selera Humor akan lebih memahami dirinya serta sesama mereka. Dalam Sungkar & Partini (2015), menjelaskan bahwa terbentuknya Kepercayaan Diri individu diawali dengan berkembangnya Selera Humor yang diperoleh dari suatu kelompok pergaulan. Didukung dengan Nabila (dalam Yustia et. al., 2021) mengemukakan bahwa individu dengan Selera Humor sangatlah penting dalam mempersepsikan dan menanggapi hal lucu yang mampu membangkitkan kegembiraan dan tawa, sehingga individu dapat mencapai keutuhan dan kebahagiaan hidupnya.

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa Selera Humor mampu meningkatkan Kepercayaan Diri. Mahasiswa dengan Selera Humor akan lebih nyaman dalam berinteraksi dengan orang lain, sehingga dapat meningkatkan Kepercayaan Dirinya. Mahasiswa dengan tingkat Selera Humor yang tinggi akan menggunakan kemampuannya untuk penyesuaian diri, dan dalam menghidupkan suasana saat berinteraksi dengan sesamanya. Hal ini didukung oleh

pernyataan dari Martin dalam Suryadi (2019) Selera Humor (*Sense of Humor*) merupakan cara individu dalam memandang dan berinteraksi dengan dunia luar melalui sensor atau filter dalam bentuk hiburan, tawa, serta keceriaan. Selain itu menurut Thorson dan Powell (dalam Caba, 2023), Selera Humor juga dapat diinterpretasikan sebagai kemampuan individu dalam memandang dunia dengan cara tertentu sebagai pertahanan diri.

Hal ini membuktikan bahwa Mahasiswa dengan tingkat Selera Humor yang tinggi juga cenderung memiliki tingkat Kepercayaan Diri yang tinggi. Selera Humor memungkinkan individu untuk lebih santai, nyaman, dan tidak canggung dalam situasi sosial. Menurut Thorson & Powell (dalam Bustam, Gismin, & Radde, 2021), individu dengan kecenderungan gemar tertawa, bercanda, tersenyum kepada orang lain, serta menciptakan suasana yang nyaman dan tidak kaku, cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Kemampuan tersebut membantu individu untuk tetap tangguh dalam menghadapi berbagai situasi sulit, serta memudahkannya untuk bangkit dari kondisi yang kurang menyenangkan. Pada Syadiyah, Astuti, & Aprilliani, (2021), menjelaskan bahwa humor dapat berdampak pada peningkatan emosi positif, membuat individu lebih bahagia dan energik, mengurangi tekanan, kecemasan, dan rasa mudah tersinggung, serta mengurangi emosi negatif. Mahasiswa dengan tingkat Selera Humor yang tinggi umumnya dapat lebih adaptif, mampu menghadapi penolakan dengan emosi positif, serta mudah

bergaul. Sehingga, ia tampak lebih percaya diri ketika berinteraksi dengan orang lain dan di saat berbicara di depan umum.

Selera Humor memiliki sumbangan efektif sebesar 36% terhadap variabel Kepercayaan Diri pada Mahasiswa, dan sisanya terdapat 64% dipengaruhi oleh faktor lain di luar Selera Humor. Hal ini dapat diartikan bahwa variabel Selera Humor dapat menjadi prediktor dalam pengukuran tingkat Kepercayaan Diri. Terdapat aspek-aspek Selera Humor yang dikemukakan oleh Eysenck pada Martin (2002);

Dengan demikian, membuktikan bahwa Selera Humor berperan dalam meningkatkan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa. Selera Humor memiliki hubungan positif yang signifikan dengan Kepercayaan Diri, maka hipotesis dalam penelitian ini diterima.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, ditarik kesimpulan adanya hubungan antara Selera Humor dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa di mana memiliki korelasi yang kuat dan signifikan. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi Selera Humor yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin tinggi pula Kepercayaan Dirinya, begitu pula sebaliknya. Semakin rendah Selera Humor yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin rendah pula Kepercayaan Dirinya.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Melalui penelitian ini, mahasiswa disarankan untuk membangun Kepercayaan Diri melalui kelebihan yang dimiliki, dan menerima kekurangan dalam diri mereka. Melalui Selera Humor, mahasiswa mampu menata suasana hati, dan mahasiswa dapat menemukan kelebihan mereka, dan menerima segala kekurangannya. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi mahasiswa bahwa Selera Humor mampu menjadi salah satu strategi dalam membangun Kepercayaan Diri.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi masyarakat umum serta peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian ini. Maka dari itu, diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan acuan dan referensi bagi masyarakat umum untuk menambah pengetahuan dan memberikan kontribusi efektif bagi ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang ilmu Psikologi Sosial dan Klinis.

Kelemahan dari penelitian ini adalah terbatasnya variabel yang dikaji, terdapat faktor lain yang dipengaruhi oleh Variabel Terikat. Oleh karena itu, untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang mampu menjadi faktor lain.

Kelemahan lain dari penelitian ini adalah terbatasnya metode yang digunakan. Maka dari itu, diharapkan untuk penelitian berikutnya dapat menggunakan metode lain, serta mencoba menghubungkan salah satu variabel dengan faktor lain tersebut. Penelitian ini diambil berdasarkan pengumpulan hasil skala, bagi

peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode lain, seperti observasi ataupun wawancara, agar mendapatkan hasil yang lebih akurat dari penelitian sebelumnya.

Selain itu, yang menjadi kelemahan ini adalah dalam proses penyebaran skala pada penelitian ini masih terbatas pada Mahasiswa dari wilayah tertentu, sehingga belum mencakup seluruh populasi Mahasiswa menyeluruh. Hal ini dapat mengakibatkan suatu generalisasi masih terbatas pada penelitian ini. Maka, diharapkan pada penelitian selanjutnya mampu meneliti sampel yang lebih luas dan beragam. Hal ini dilakukan supaya memperoleh hasil yang lebih menyeluruh secara generalisasinya.

DAFTAR ISI

Agustin, & Rizal, (2022). Body image terhadap self-confidence pada remaja putri yang menikah. *Cognicia*, 10(1), 13–18. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v10i1.17605>

Amin, (2019). HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 5(2), 79–85. <https://jurnal.yudharta.ac.id/v2/index.php/ILMU-PSIKOLOGI/article/view/1828>

Arif, Syahrina, & Fikri, (2023). Sense of Humor Hubungannya Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Bimbingan Skripsi. *PSIKOVIDYA*, 27(1), 1-7.

- <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v27i1.206>
- Azlizan, Zainuddin, & Ridfah, (2023). Hubungan antara Sense of Humor dengan Makna Hidup pada Remaja Putus Sekolah. *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 5(1), 161–175. <http://ejurnal.iainpare.ac.id/index.php/ijic>
- Budhi, & Indrawati, (2017). HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE PADA MAHASISWA PEMAIN GAME ONLINE DI GAME CENTER X SEMARANG. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 5(3), 478–481.
- Bustam, Gismin, & Radde, (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, & Collette, (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>
- Dewi, Supriyo, & Suharso. (2013). KEPERCAYAAN DIRI INDIVIDU DITINJAU DARI POLA ASUH ORANG TUA PADA SISWA KELAS VII (Studi Kasus). *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2(4), 9–16.
- <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Hariyanti, & Syukur, (2023). Kepercayaan Diri Mahasiswa yang Terlambat dalam Penyelesaian Studi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 25131–25138.
- Hidayati, & Savira, (2021). HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL SEBAGAI MODERATOR PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3).
- Ho, Maria, & Thorson, (2008). Psychometric Study of a Chinese Version of the Multidimensional Sense of Humor Scale. *North American Journal of Psychology*, 10(2), 425–434.
- Hulukati, & Djibrán, (2018). ANALISIS TUGAS PERKEMBANGAN MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 2(1), 73–80. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Ilhan, & Bardakcı, (2020). Analysis on the selfconfidence of university students according to physical activity participation. *African Educational Research Journal*, 8(1): S111-S114.

- Irawan, & Yusuf, (2017). "Instagram sebagai Gaya Hidup Masyarakat Kota Pekanbaru (Studi Komunitas Instagram di Kota Pekanbaru)." *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau*, vol. 4, no. 2, Oct. 2017, pp. 1-14.
- Luke, Ngo Manh, & Tom, (2014). SELF CONFIDENCE, AND THE ABILITY TO INFLUENCE. *Academy of Marketing Studies Journal*, 18(2), 169–180.
- Lombu, & Lase, (2023). Membangun Rasa Percaya Diri Individu Dalam Komunikasi Interpersonal. *EDUCATIVO: JURNAL PENDIDIKAN*, 2(1), 241–251. <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.144>
- Madhy, Purba, & Nafeesa. (2022). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa/I Stribuk 2019 Universitas Medan Area. *JOUSKA: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 16–24. <https://doi.org/10.31289/jsa.v1i1.1094>
- Marheni, (2022). Kepercayaan Diri Mahasiswa/i Angkatan 2020 Program Studi Bimbingan dan Konseling di Universitas Sanata Dharma. *Solution : Jurnal of Counseling and Personal Development*, 4(1), 58–66. website: <https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index>
- Nazla, & Fitria, (2021). PENGEMBANGAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI METODE SHOW AND TELL PADA ANAK. *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 3(1), 31. <https://doi.org/10.36722/jaudhi.v3i1.590>
- Nisa, & Jannah, (2021). PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP KETANGGUHAN MENTAL ATLET BELA DIRI. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(03), 36–45.
- Panjaitan, Simanungkalit, Wardoyo, Tuerah, & Roson, (2018). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Inti dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Journal Kerusso*, 3(1), 24–31. <https://doi.org/10.33856/kerusso.v3i1.89>
- Putri, Hakim, & Wati, (2019). Dinamika Kelompok pada Majelis Taklim Jami'atul Muslimah di Desa Mataram Kabupaten Musi Rawas. *Journal of Nonformal Education and Community Empowerment*, 3(1), 44–51. <https://doi.org/10.15294/pls.v3i1.30889>
- Riyanti, & Darwis, (2021). MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA DENGAN METODE COGNITIVE RESTRUCTURING. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(3), 569. <https://doi.org/10.24198/jppm.v7i3.32150>
- Shobah, Rahmawati, & Sandri, (2021). Hubungan sense of humor dengan

- penyesuaian diri pada Mahasiswa baru dari luar Jawa. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(1), 19-25., <https://doi.org/10.26905/jpt.v16i1.7690>
- Sholiha, & Aulia, (2020). Hubungan Self Concept dan Self Confidence. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 7(1), 41-55. <https://doi.org/10.35891/jip.v7i1.1954>
- Sholihah, (2022). *Hubungan Antara Prestasi Akademik dengan Kepercayaan Diri pada Siswa di SMA Negeri 4 Surakarta*. 60-114.
- Sungkar, & Partini (2015). SENSE OF HUMOR SEBAGAI LANGKAH MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI GURU PPL DALAM PROSES BELAJAR MENGAJAR. *Jurnal Indigenous*, 13(1), pp.92-101.
- Suryadi, (2019). *HUMOR THERAPY Perpaduan antara Teori dan Pengalaman Empiris*. RMBOOKS.
- Syadiyah, Astuti, & Aprilliani, (2021). Psikologi Positif Melalui Humor dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental. *Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(02), 67-78. <https://doi.org/10.24239/nosipakabelo.v2i02.840>
- Utari, & Suminar, (2022). Hubungan Antara Konsep Diri dan Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa. *Buletin Penelitian Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 10. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/117190>
- Widyana, & Sarwono, (2023). Peran Konsep Diri Dalam Membentuk Kepercayaan Diri Mahasiswa. *Solusi : Jurnal Konseling Dan Pengembangan Pribadi*, 5(1), 26-32. <https://ejournal.usd.ac.id/index.php/solution/index>
- Yustia, Lubis, & Putri, (2021). Sense of Humor dengan Subjective Well-Being Pada Remaja dengan Orangtua yang Berceraai. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 566. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6500>
- Zahara, (2018). HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN INTERAKSI SOSIAL PADA MAHASISWA UNIVERSITAS POTENSI UTAMA MEDAN. *JURNAL PSIKOLOGI KOGNISI*, 2(2), 77-87. <https://doi.org/10.22303/kognisi.2.2.2018.77-87>