

**HUBUNGAN *SENSE OF HUMOR* DENGAN OPTIMISME
MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PERSONEL
SATUAN KERJA (SATKER) POLDA ACEH**

SKRIPSI



**Oleh :
MHD. AL- AMIN
1809110030**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
BANDA ACEH
2022**

**HUBUNGAN *SENSE OF HUMOR* DENGAN OPTIMISME
MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PERSONEL
SATUAN KERJA (SATKER) POLDA ACEH**

SKRIPSI



**Oleh :
MHD. AL- AMIN
1809110030**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
BANDA ACEH
2022**

PENGESAHAN

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

11 7 0 9 2 0 2 2

MENGESAHKAN
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Aceh

Dekan,



(Barmawi, M.Si)

Dewan Penguji

1. Winda Putri Diah Restya, S.Psi., M.A
2. Sriana Septiawati, M.Si
3. Rizka Dara Vonna, M.Psi., Psikolog
4. Nur Hasmalawati, M.Si

Tanda Tangan



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mhd Al-Amin
NPM : 1809110030
Fakultas : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul “Hubungan *Sense Of Humor* dengan Optimisme Menghadapi Masa Pensiun pada Personel Satuan Kerja (Satker) Polda Aceh” ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Jika di kemudian hari ternyata pernyataan saya ini tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Banda Aceh, 20 Agustus 2022
Yang Menyatakan

A 10,000 Rupiah Indonesian postage stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'REPUBLIK INDONESIA', '10000', and 'NETRAL TEMPEL'. The serial number '9900AUX914862255' is visible at the bottom.

Mhd Al-Amin
NPM: 1809110030

MOTTO

**“JUJUR, AMANAH DAN
BERSAHAJA”**

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala Limpahan Rahmat dan karunia serta Kasih sayang Nya yang telah memberikanku kekuatan, kesabaran, ilmu pengetahuan serta kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa pula shalawat beserta salam marilah kita sanjung sajikan kepangkuan alam Baginda Rasulullah SAW yang telah membawa umatnya dari alam kebodohan ke alam yg penuh dengan ilmu pengetahuan dari alam kegelapan ke alam yang terang benderang seperti yang kita rasakan saat ini.

Karya ini saya persembahkan untuk keluarga yang sangat saya sayangi, terutama kepada kepada Ayah dan Ibu tercinta. Terima kasih untuk kasih sayang serta pengorbanan yang engkau berikan, yang selalu mendoakan, memberikan dukungan dan semangat yang tiada hentinya, sehingga saya dapat menyelesaikan pendidikan di Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.

Terimakasih kepada teman-teman dan semua pihak yang telah memberikan dukungan serta bantuan jasa kepada saya, baik selama penelitian maupun dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga Allah membalas semua kebaikan mereka yang menyayangi dan mengasihi ...

Aaminnn aaminn Ya Rabbal alaminn..

~MHD AL-AMIN ~

KATA PENGANTAR



Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir kuliah berupa skripsi ini. Shalawat beserta salam kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari alam jahiliyah ke alam islamiah dari alam kebodohan kealam yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, maka penulis akan sulit menyelesaikannya. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Barmawi, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah banyak meluangkan waktu dan tenaga untuk memberi arahan.
2. Ibu Winda Putri Diah Restya, S.Psi., MA., selaku Ketua Program Studi sekaligus pembimbing I yang telah banyak memberikan saran serta arahan selama penyusunan skripsi
3. Ibu Nur Hasmalawati, S.Psi., M.Si., selaku pembimbing II penulis, yang telah banyak membantu penulis, dan membimbing penulis selama proses penyusunan skripsi.
4. Kepada seluruh Dosen dan Staf Akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah banyak membantu, memberi arahan, serta motivasi kepada penulis.

5. Keluarga Besarku yaitu Ayah, Ibu, Kakak dan Adikku serta Istriku tercinta yang senantiasa memberikan perhatian, nasehat, doa dan semangat dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Teman-teman Angkatan 2018 Non-reguler yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, yang saling membantu dan berjuang untuk mencapai gelar sarjana Psikologi (S.Psi).

Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan hamba-Nya yang telah banyak membantu menyelesaikan skripsi ini. Akhirnya kepada Allah SWT kita sepantasnya berserah diri, tiada satupun yang terjadi tanpa kehendak-Nya. Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena sesungguhnya kesempurnaan hanya milik Allah SWT. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak yang membaca demi perbaikan kuantitas dan kualitas untuk di masa yang akan datang. Harapan penulis semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis sendiri maupun pihak-pihak yang terkait, lingkungan akademik Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, serta bagi segenap pembaca dan masyarakat pada umumnya.

Aamiin Yaa Rabbal'Aalamiin..

Banda Aceh, 20 Agustus 2022

Tertanda

MHD AL-AMIN

1809110030

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Keaslian Penelitian	8
D. Tujuan Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. <i>Sense of Humor</i>	11
1. Pengertian <i>Sense of Humor</i>	11
2. Faktor-faktor <i>Sense of Humor</i>	13
3. Aspek-aspek <i>Sense of Humor</i>	15
4. Indikator <i>Sense of Humor</i>	16
B. Optimisme	18
1. Pengertian Optimisme	18
2. Faktor yang Mempengaruhi Optimisme	20
3. Aspek-aspek Optimisme	22
4. Indikator Optimisme	24
C. Pengaruh <i>Sense of Humor</i> terhadap Optimisme	27
D. Hipotesis	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Identifikasi Variabel Penelitian	29
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel	30
D. Metode Pengumpulan Data	31
E. Validitas dan Reliabilitas	34
F. Teknik Analisis Data	35

BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Orientasi Kancan Penelitian	38
B. Persiapan Penelitian.....	39
1. Pengurusan Surat Izin Penelitian	39
2. Penyusunan Alat Ukur	40
3. Validitas dan Reliabilitas	40
C. Hasil Deskripsi Data Penelitian.....	44
D. Hasil Analisis Data Penelitian.....	46
E. Pembahasan	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Bobot Penilaian Pernyataan <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i>	31
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Sense of Humor</i>	32
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala <i>Sense of Humor</i> Sebelum Uji Coba	33
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala Optimisme	33
Tabel 5. <i>Blue Print</i> Skala Optimisme Sebelum Uji Coba.....	34
Tabel 6. Hasil Analisis Aitem Skala <i>Sense of Humor</i> Sebelum Aitem yang Tidak Bagus Dibuang.....	40
Tabel 7. Hasil Analisis Aitem Skala <i>Sense of Humor</i> Sesudah Aitem yang Tidak Bagus Dibuang	41
Tabel 8. Hasil Analisis Aitem Skala Optimisme Sebelum Aitem yang Tidak Bagus Dibuang.....	41
Tabel 9. Hasil analisis aitem Skala Optimisme Sesudah Aitem yang Tidak Bagus Dibuang	42
Tabel 10. Hasil Analisis Uji Reliabilitas Sebelum Aitem yang Tidak Bagus Dibuang	42
Tabel 11. Hasil Analisis Uji Reliabilitas Sesudah Aitem yang Tidak Bagus Dibuang	43
Tabel 12. Deskripsi Data Penelitian.....	43
Tabel 13. Kategori Data Penelitian	45
Tabel 14. Uji Normalitas.....	46
Tabel 15. Uji Linearitas.....	47
Tabel 16. Uji Korelasi	48
Tabel 17. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	48

DAFTAR LAMPIRAN

1. Skala Penelitian <i>Sense of Humor</i>	59
2. Skala Penelitian Optimisme	62
3. Reliabilitas Skala <i>Sense of Humor</i> Sebelum Aitem yang Tidak Bagus Dibuang	65
4. Reliabilitas Skala <i>Sense of Humor</i> Sesudah Aitem yang Tidak Bagus Dibuang	68
5. Reliabilitas Skala Optimisme Sebelum Aitem yang Tidak Bagus Dibuang	70
6. Reliabilitas Skala Optimisme Sesudah Aitem yang Tidak Bagus Dibuang	72
7. Deskriptif Frekuensi	74
8. Tabulasi Data <i>Try Out</i>	77
9. Tabulasi Data Penelitian	79
10. Hasil Uji Normalitas	81
11. Hasil Uji Linearitas	82
12. Hasil Uji Korelasi	84
13. SK Pembimbing	85
14. Surat Permohonan Izin Penelitian	86
15. Surat Keterangan Selesai Penelitian	87
16. Biodata	88

**HUBUNGAN *SENSE OF HUMOR* DENGAN OPTIMISME MENGHADAPI
MASA PENSIUN PADA PERSONEL SATUAN KERJA (SATKER)
POLDA ACEH**

MHD AL-AMIN

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Aceh,
Jl. Muhammadiyah, No. 91 Batoh Lueng Bata, Banda Aceh, Aceh,
Indonesia 23245

Mhdalamin@gmail.com

ABSTRAK

Sense of humor merupakan multidimensi kemampuan untuk membuat humor, mengenali humor, mengapresiasi humor, menggunakan humor sebagai mekanisme coping dan untuk mencapai tujuan sosial. Sedangkan optimisme sebagai suatu keyakinan bahwa peristiwa buruk hanya bersifat sementara, tidak sepenuhnya mempengaruhi semua aktivitas, dan tidak sepenuhnya disebabkan kecerobohan diri sendiri tetapi bisa karena situasi, nasib, atau orang lain. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan *sense of humor* dengan optimisme menghadapi masa pensiun pada personel satuan kerja (satker) Polda Aceh. Jumlah populasi dan sampel dalam penelitian ini 51 orang, diambil dengan teknik *non probability sampling*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *sampling* jenuh. Analisis data yang digunakan adalah korelasi Pearson. Berdasarkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai r 0,654, hal ini menunjukkan bahwa variabel *sense of humor* dengan variabel optimisme terdapat hubungan yang positif pada personel satuan kerja (satker) Polda Aceh yang akan menghadapi masa pensiun.

Kata kunci : Sense of Humor, Optimisme, Masa Pensiun

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu tidak terlepas dari aktivitas bekerja. Banyak tujuan yang menjadi alasan bagi seseorang individu untuk bekerja, antara lain untuk mencari uang, untuk mengisi waktu luang, memenuhi kebutuhan sosial dan lain sebagainya. Tujuan individu bekerja, semuanya adalah untuk memenuhi kebutuhannya (Prasojo, 2011). Bekerja adalah suatu kegiatan yang harus dilakukan oleh setiap manusia. Selain sebagai sumber penghasilan, mempunyai pekerjaan adalah sebagai sebuah identitas diri. Individu yang memiliki identitas adalah individu yang diakui dalam masyarakat dan lingkungan sosialnya sebagai pribadi yang memiliki arti dan peran yang jelas dalam masyarakat. Artinya individu merasa berharga ketika mampu mengatakan posisi dan pekerjaanya (Sutrisno, 2013).

Seiring waktu berjalan, tidak selamanya seseorang akan terus bekerja, ada kala dimana seseorang harus berhenti dalam waktu sebentar ataupun dalam waktu yang lama. Saat sudah mencapai masa tuanya, seseorang berhenti untuk bekerja atau dinamakan dengan pensiun baik karena kondisi fisik yang tidak mendukung atau dikarenakan faktor-faktor lainnya, seperti kebijakan pada perusahaan maupun pada peraturan Perundang-undangan. Aturan ambang batas usia pensiun bagi Pegawai Negeri Sipil dalam Peraturan Pemerintah Tahun 1979 dan telah diperbarui pada Tahun 2013 yang berlaku yaitu, usia 56 tahun (PP RI No.32). Ada beberapa golongan atau yang menduduki jabatan tertentu mendapatkan tambahan

batas usia menjadi 58, 60 atau 65 tahun, sebagaimana telah diatur dalam PP tersebut. Dengan kata lain, pensiun juga merupakan suatu kenyataan yang akan dihadapi oleh semua orang yang bekerja terutama pada Pegawai Negeri Sipil (PNS).

Setiap seseorang berbeda dalam menghadapi masa pensiun tersebut. Sebagian orang pensiun dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan, tetapi adapula yang sangat menyenangkan, karena adanya persiapan yang telah disiapkan jauh sebelum masa pensiunnya (Charles, 2012). Beberapa penelitian menunjukkan banyak orang yang belum cukup siap ketika memasuki masa pensiun. Sering sekali kata pensiun dianggap sebagai hari tua seseorang yang tidak mampu apa-apa, seseorang yang kaku, tidak produktif, jatuh sakit, ketergantungan, miskin, dan tidak berguna (Rini, 2011).

Pihak yang paling takut menghadapi masa pensiun yaitu para Pegawai Negeri Sipil (PNS). Para Pegawai Negeri Sipil (PNS) yang sudah habis masa purna tugasnya atau pensiun mengalami *shock* (terkejut), karena adanya ketakutan tentang apa yang harus dihadapi kelak saat masa pensiun datang, juga merasa ada sesuatu yang hilang dari dirinya, disebabkan pekerjaan serta jabatan yang selama ini dipegang harus ditinggalkan. Hal ini diketahui berdasarkan hasil wawancara pada personel Satker Polda Aceh, berikut hasil wawancara:

“Sedih ya, saat hari tua akan datang, rindu dengan teman-teman di kantor, rindu tugas-tugas yang selalu bertumpuk, biasanya ada pekerjaan, biasanya ke kantor dari jam 7 pulang jam 5 bahkan kadang-kadang bisa pulang hingga malam hari, kalau saya sudah pensiun bingung juga harus kerjain apa di rumah, setiap hari ngapain aja di rumah ya, pasti saya akan merasa bosan seharian yang tidak memiliki pekerjaan lagi seperti biasanya saya” (wawancara dengan subjek M pada hari Jumat 15/10/2021).

“kalo ditanya bagaimana persiapan untuk pensiun ya belum ada persiapan, saya gaji pas-pasan, kalo mau berinvestasi mana cukup lagi untuk makan sehari-hari ini, pusing juga kalo dibayangkan nanti saya pensiun, apa saya akan selalu bertengkar dengan istri saya ya, apa saya akan selalu bisa cukup gunain uang pensun tiap bulannya.. belum bayar listrik, belum bayar air, belum belanja bulanan kita, taulah kita kalo perempuan belanja pasti semua dibilang perlu, garam tinggal dikit lagi, padahal masih bisa kita beli minggu depan di kede aja, belum lagi nanti malam minggu jalan-jalan bawa anak istri, biasanya makan diluar juga kami, apa masih bisa saya lakuin rutinitas seperti itu saat saya udah pensun? Hahaha yauda mau gimana lagi, kita sebagai makhluk hidup kan pasti ada jalan usianya, ya pasti tua juga kita, dan ada masanya kita istirahat, mau ga mau ya terimalah jalani, paling nanti kok ribut-ribut dikit dengan istri bujuk dia, bilangin dia baik-baik kasih pengertian kalo suaminya ini ada masanya juga untuk istirahat dari pencarian uang hahaha.. banyak-banyak doa juga kita, biar selalu diberikan kecukupan dalam rumah tangga, yakin ada jalan dari Allah.” (wawancara dengan subjek R pada hari Selasa 21/12/2021).

Permasalahan ini umumnya terjadi pada seseorang yang tidak mempersiapkan dirinya untuk menghadapi masa pensiun atau tidak mempunyai bekal dalam memasuki masa pensiun. Sebaliknya jika seseorang sudah memiliki persiapan dan bekal untuk masa pensiunnya akan terlihat lebih tenang, kehadiran masa pensiun bukanlah hal yang datang dengan tiba-tiba tetapi suatu waktu yang dapat diketahui dan dipersiapkan dari sebelumnya.

Pada beberapa kasus tertentu seseorang justru merasa lega karena terbebas dari pekerjaan yang mengikat, sehingga dapat menerima dengan lapang dada hadirnya masa pensiun. Apabila seseorang yang memasuki masa pensiun tidak memiliki optimisme akan menimbulkan rasa putus asa, merasa terkucilkan, adanya tekanan batin, rasa kecewa dan ketakutan yang mengganggu fungsi organik dan psikis, sehingga memunculkan beragam penyakit. Seseorang yang telah

memasuki masa pensiun diperlukan optimisme yang tinggi untuk menjalani masa pensiun (Manik, 2012).

Seligman (2006) mendefinisikan sikap optimis sebagai suatu sikap yang mengharapkan hasil yang positif dalam menghadapi masalah, dan berharap untuk mengatasi stres dan tantangan sehari-hari secara efektif. Terbentuknya pola pikir optimis tergantung juga pada cara pandang seseorang pada perasaan dirinya bernilai atau tidak. Optimisme yang tinggi berasal dari dalam diri individu dan dukungan yang berupa penghargaan dari orang-orang tertentu membuat individu merasa dihargai dan berarti.

Optimisme merupakan satu aspek kepribadian yang sangat penting dan perlu dimiliki oleh individu. Optimisme membawa seorang individu menjadi lebih berusaha mengeluarkan potensi dan kemampuan yang dimiliki atas apa yang diinginkannya sehingga tidak mudah putus asa dan menyerah terhadap masalah atau kegagalan yang sedang dihadapinya. Seseorang yang mempunyai sikap optimis lebih jarang mengalami depresi dan lebih mudah mendapatkan kesuksesan dalam hidupnya, memiliki kepercayaan, mampu berubah menjadi yang lebih baik, terdapat pemikiran dan kepercayaan sesuatu yang lebih serta mampu berjuang dengan usaha yang keras (Ghufron dan Risnawati, 2011).

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme adalah pendidikan, individu yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung lebih optimis dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat pendidikan rendah. Pekerjaan, individu yang menempati status jabatan lebih tinggi dalam pekerjaan cenderung lebih optimis dibandingkan dengan individu yang menempati jabatan

yang rendah. Lingkungan, individu yang tumbuh pada lingkungan yang ramah, penuh dengan kasih sayang dan tingkat sosialisasi yang tinggi cenderung lebih optimis dibandingkan dengan individu yang tumbuh pada lingkungan yang penuh dengan konflik. Konsep diri, individu yang memiliki konsep diri tinggi cenderung lebih optimis dibandingkan dengan individu yang memiliki konsep diri rendah (Seligman, 2006).

Menurut Segereston (dalam Ghufron dan Risnawati, 2011) optimisme yaitu cara berpikir yang positif dan realistis pada saat memandang suatu permasalahan. Seseorang yang telah memasuki masa pensiun diperlukan pemikiran optimisme yang tinggi untuk menjalani masa pensiun, rasa optimisme yang tinggi akan menjadikan seseorang merasa yakin dan memiliki kekuatan untuk menghilangkan pikiran negatif, berusaha untuk gembira meskipun dalam kondisi tidak gembira.

Sikap optimis erat kaitannya dengan konsep pola pikir positif. Berpikir positif merupakan suatu kesatuan cara berpikir sehat yang menyeluruh sifatnya. Mengandung gerak maju yang penuh dengan daya cipta atas unsur-unsur yang nyata dalam kehidupan manusia (Peale, 2016). Kristiandi (2009) juga berpendapat berpikir positif merupakan suatu pelengkap dari perhatian akan sesuatu hal yang positif dan menggunakan bahasa yang positif sebagai bentuk dari ekspresi pemikiran dalam diri seorang individu.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Thorsen, Powell, Sarmany Schuller, dan Hampses (2007) juga menunjukkan bahwa subjek penelitian dengan rasa humor yang tinggi dapat meningkatkan rasa optimisme yang tinggi pula. Humor

dan optimisme bisa mengurangi efek-efek negatif dari stres dan tingkat humor dan optimisme dikaitkan dengan strategi dukungan sosial. Satu elemen kunci untuk bisa menjalani masa pensiun dengan sukses adalah persiapan. Orang yang telah membuat persiapan masa pensiun cenderung lebih sukses dalam menyesuaikan diri pada perubahan hidupnya (Lo&Brown, 2009; Sterns& Gray, 2009). Sikap positif dalam menjalani masa pensiun dengan kesiapan menunjukkan bahwa seseorang tersebut memiliki sikap optimisme.

Sense of humor adalah kemampuan seseorang dalam menggunakan humor untuk cara menyelesaikan masalah, keterampilan dalam membangun humor, kemampuan menghargai atau menanggapi humor. *Sense of humor* dengan optimisme juga mempunyai hubungan yang erat karena *sense of humor* yaitu sesuatu energi yang baik mampu membangkitkan penilaian kognitif negatif menjadi positif, ada terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki *sense of humor* yang tinggi akan lebih positif saat mengalami kejadian buruk akan menjadi lebih positif, dibandingkan seseorang yang memiliki *sense of humor* yang rendah. Rasa humor yang tinggi menunjukkan tingkat optimisme yang tinggi pula. Humor dan optimisme dapat mengurangi dampak negatif dari stres (Hartanti, 2012).

Karimah (2011) juga menambahkan permasalahan stres dalam dunia kerja yang berkaitan dengan lingkungan sosial, performa kerja dan karakteristik kepribadian individu, ada kaitannya dengan kepekaan individu terhadap humor (*sense of humor*). Martin (Lopez & Snyder, 2013) menambahkan bahwa individu yang memiliki *sense of humor* rendah dianggap kurang mampu mengatasi stres

yang dialami, kurang mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain, dan memiliki kesehatan fisik dan psikis yang kurang baik. Dengan keadaan yang sehat secara fisik dan psikis di lingkungan individu tersebut bekerja dan tinggal, maka individu diharapkan mampu meningkatkan produktivitasnya dan menyelesaikan tugasnya secara maksimal.

Humor sangat bergantung pada referensi masing-masing individu. Orang yang memiliki kesamaan referensi, yang membuat orang tersebut paham, dengan materi humor yang dilontarkan akan mengerti dimana letak kelucuannya sehingga akan tertawa, sedangkan orang yang tidak memiliki kesamaan referensi tidak akan tertawa apalagi tertawa walau selucu apa pun humor tersebut bagi orang lain. Oleh karena itu karakteristik individu menjadi salah satu penyebab individu memiliki *sense of humor* yang berbeda-beda (Martin dalam Lopez & Snyder, 2013).

Berdasarkan yang telah diuraikan sebelumnya maka peneliti tertarik untuk mengambil judul tentang “Hubungan *Sense of Humor* dengan Optimisme Menghadapi Masa Pensiun Pada Personel Satuan Kerja (SATKER) Polda Aceh”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan permasalahan dalam penelitian ini ingin melihat apakah ada “hubungan *sense of humor* dengan optimisme menghadapi masa pensiun pada personel satuan kerja (SATKER) Polda Aceh?”

C. Keaslian Penelitian

Berikut adalah beberapa penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Dwi Kartika Mayasari (2016) dengan Judul “Hubungan *Sense Of Humor* Dengan Optimisme Menghadapi Masa Pensiun”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan yang positif antara *sense of humor* dengan optimisme menghadapi masa pensiun. Jika *sense of humor* yang dimiliki personel TNI AD tersebut tinggi, maka semakin optimis dalam menghadapi datangnya masa pensiun ($r= 0.679$; $p=0.000 < 0,01$).
2. Penelitian yang dilakukan oleh Handini Hardianti (2011) dengan judul “Pengaruh *Sense Of Humor* Terhadap Kualitas Hidup Pada Lansia Pensiunan Di Kota Malang”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pensiunan PNS rata-rata kualitas hidupnya lebih rendah daripada pensiunan non-PNS ($\text{sig}.0,019 < 0,05$). Hasil analisis data juga menunjukkan nilai koefisien determinasi sebesar 0,595, yang artinya sebesar 59,5% pengaruh variabel dalam kualitas hidup dipengaruhi oleh variabel *sense of humor*, sedangkan 40,5% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Reni Kartikaningsih (2019) dengan judul “Hubungan Penyesuaian Diri Dan Optimisme Dengan *Post Power Sindrom* Dalam Menghadapi Masa Pensiun Pada PNS Di Kabupaten Labuhan Batu”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) terdapat hubungan yang sangat signifikan antara penyesuaian diri dan optimisme terhadap *Post Power Syndrome* PNS yang akan memasuki masa pensiun. (2) ada hubungan negatif

yang sangat signifikan antara penyesuaian diri dengan *Post Power Syndrome* pada PNS yang akan memasuki masa pensiun. (3) ada hubungan positif yang sangat signifikan antara optimisme dengan *Post Power Syndrome* terhadap *Post Power Syndrome* PNS yang akan memasuki masa pensiun.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya “hubungan *sense of humor* dengan optimisme menghadapi masa pensiun pada personel satuan kerja (SATKER) Polda Aceh”.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dalam penelitian ini terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis, yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta memperluas wawasan dan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu psikologi industri dan organisasi yang berhubungan dengan teori Sense of Humor dan Optimisme pada anggota Ditkrimsus menghadapi masa pensiunnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi calon anggota pensiunan Ditkrimsus, diharapkan hasil penelitian ini menjadi acuan dan sebagai pengetahuan bahwa dengannya berakhir masa bakti kerja tidak menimbulkan dampak negatif, sehingga memalukan Aparatur Negara.

- b. Bagi Kepolisian Republik Indonesia, khususnya Polda Aceh hasil penelitian ini agar dapat dijadikan rujukan untuk memperhatikan tingkat optimisme dari tiap-tiap anggota menjelang pensiun agar dapat terhindar dari perbuatan tercela atau memalukan pihak Kepolisian.
- c. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat memberi masukan dan acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya mengenai Optimisme dan *Sense of Humor*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Sense of Humor*

1. Pengertian *Sense of Humor*

Menurut pada kepustakaan tentang *sense of humor*, *sense of humor* telah banyak didefinisikan oleh para ahli. *Sense of humor* adalah kemampuan seseorang untuk menggunakan humor sebagai cara menyelesaikan masalah, keterampilan menciptakan humor, kemampuan menghargai atau menanggapi humor (Hartanti, 2012). Baughman (dalam Komaryatun dan Hannah, 2008) mengemukakan bahwa *sense of humor* merupakan kualitas manusia yang sangat berharga untuk membantu dalam memahami ketidaksesuaian. *Sense of humor* menurut Thorson dan Powell (dalam Hafdzah, 2014) adalah multidimensi kemampuan untuk membuat humor, mengenali humor, mengapresiasi humor, menggunakan humor sebagai mekanisme coping dan untuk mencapai tujuan sosial.

Menurut Martin (dalam Karimah, 2011) rasa humor merujuk pada perbedaan-perbedaan kebiasaan individual dalam semua jenis perilaku, pengalaman, afeksi, sikap, dan kemampuan-kemampuan yang berhubungan dengan kegembiraan, gelak tawa, melucu, tawa dan semacamnya. Rasa humor merupakan suatu potensi yang ada dalam diri individu yang reaksinya dimunculkan dengan emosi riang dan gembira yang disertai senyum dan tawa yang sebelumnya berlangsung adanya proses berpikir.

Maslow (dalam Inderawanto 2011) bahkan beranggapan bahwa humor merupakan salah satu karakteristik dari individu yang dapat mengaktualisasikan

diri. Individu ini pada umumnya tidak tertawa pada lelucon yang mengandung permusuhan, superioritas, seksual yang dapat menyakiti individu lain. Individu ini hanya menertawakan keberuntungan orang lain. Sedangkan menurut Setiawan (dalam Puspitacandri, 2013) *sense of humor* adalah suatu rasa atau kesadaran dalam diri individu yang merangsangnya untuk tertawa atau cenderung tertawa.

Dwijayanti (2012) *sense of humor* dikonsepsikan sebagai perilaku kebiasaan (kecenderungan untuk sering tertawa, untuk memberitahu lelucon dan menghibur orang lain dengan spontan, menertawakan humor dari produksi orang lain), kemampuan (untuk membuat humor, untuk menghibur orang lain, untuk mendapatkan lelucon, mengingat lelucon), sifat temperamen (kebiasaan kegembiraan dan jiwa bermain), respon estetika (kesenangan jenis tertentu dari bahan humoris), sikap (sikap positif terhadap humor dan orang-orang yang humoris), dan mekanisme pertahanan (kecenderungan untuk mempertahankan perspektif humor dalam menghadapi kesulitan).

Menurut Siswanto (dalam Esti Rahayu, dkk, 2015) *sense of humor* adalah kemampuan individu untuk melihat segi yang lucu dari persoalan yang sedang dihadapi olehnya, sehingga ketika menilai suatu persoalan tidak dirasa sebagai suatu tekanan. Hal ini dapat terjadi karena humor memungkinkan individu yang bersangkutan mampu memandang persoalan dari sudut manusiawinya, sehingga persoalan diartikan olehnya secara baru, biasa, wajar dan dapat dialami oleh siapa saja.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Sense Of Humor*

Mendatu (2008) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi *sense of humor* seseorang, yaitu:

a. Kepribadian

Kepribadian seseorang mempengaruhi reaksi otak terhadap humor, dimana humor akan lebih menyenangkan bagi individu dengan kepribadian ekstrover.

b. Kebudayaan

Kebudayaan akan mempengaruhi cara seseorang memproses sebuah humor. Oleh karena itu jenis humor bisa berbeda bagi tiap kebudayaan.

c. Jenis Kelamin

Jenis kelamin mempengaruhi proses sebuah humor, pada perempuan membutuhkan waktu sedikit lebih lama daripada pria untuk memproduksi atau menangkap sebuah humor namun tidak mempengaruhi dalam menikmati humor.

Ramli, dkk (2015) juga membahas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *sense of humor*, ada terdapat dua faktor yang mempengaruhi *sense of humor*, antara lain :

a. Superioritas (*superiority*)

Humor muncul karena perasaan superioritas terhadap orang lain atau perasaan inferioritas dalam diri orang lain. Individu tertawa saat merasa dapat menguasai orang lain.

b. Ketidaksesuaian dan Bisoisiasi (*Incongruity*)

Tertawa dapat muncul karena adanya dua pandangan atau lebih yang tidak konsisten, tidak sesuai atau tidak kongruen dari suatu bagian atau kejadian dimana ketidak konsistenan itu muncul dalam satu objek yang kompleks atau kumpulan orang-orang, atau terjadinya suatu hubungan antara kejadian-kejadian yang ganjil, yang mana kita menaruh perhatian terhadap kejadian tersebut.

Danandja (dalam Indrawanto, 2008) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi humor adalah sebagai berikut :

- a. Penyaji humor yang kurang pandai dalam menyampaikan humor sehingga tidak ada respon karena tidak ada stimulus.
- b. Masalah bahasa yang dipakai penyaji. Bagaimana bisa mengerti jika diceritakan dengan bahasa jawa kepada orang batak. Maka jadi kekaburan arti sehingga sulit dipahami makna sebenarnya. Pendengar tidak mengetahui konteks tersebut atau pemahaman terhadap suatu yang lucu. Akibatnya tidak mengerti sama sekali dan tidak diperlukan penjelasan selanjutnya.
- c. Apabila ada acar represi secara psikologis yang kuat dari pendengar, individu tidak mendengar hal-hal yang tidak disukainya. Sehingga tertawa dapat diartikan menertawakan diri sendiri.
- d. Pengulangan penyajian pada pendengar yang sama, sehingga unsur kejutan hilang dan humor tidak berfungsi karena terjadi kebosanan dalam merespon.

3. Aspek-aspek *Sense Of Humor*

Menurut Thorson dan Powell (dalam Hafdzah, 2014) *sense of humor* memiliki empat aspek, yaitu :

- a. *Humor production* adalah kemampuan untuk menemukan sesuatu yang dapat membuat orang tertawa atau tersenyum, menimbulkan kesenangan pada setiap peristiwa dan berhubungan dengan perasaan diterima oleh lingkungan.
- b. *Coping with humor*, aspek *coping with humor* menjelaskan bagaimana individu menggunakan sesuatu yang membuat seseorang tertawa atau tersenyum dan menimbulkan kesenangan untuk mengatasi situasi-situasi *stressfull* pada diri individu.
- c. *Humor appreciation*, *humor appreciation* adalah kemampuan untuk mengapresiasi sesuatu yang membuat orang tertawa atau tersenyum, indikasi dari seberapa banyak individu mempresepsikan setiap peristiwa lucu sebagai bagian dari orang lain.
- d. *Attitude toward humor*, *attitude toward humor* merupakan kecenderungan untuk tersenyum atau tertawa pada setiap situasi yang lucu.

Sejalan dengan aspek-aspek dari Thorson dan Powell (dalam Hafdzah, 2014) yang telah diuraikan sebelumnya, Brdar (Parman, 2013) juga mengemukakan aspek *sense of humor* terbagi atas empat diantaranya, yaitu:

- a. Menciptakan humor, yaitu membuat, menghasilkan humor dari buah pikiran sendiri, bukan sekedar mencontoh atau meniru.
- b. Mengatasi masalah dengan humor, yaitu penggunaan humor sebagai salah satu cara untuk mengatasi masalah yang menimpa diri seorang individu.

- c. Penghargaan terhadap humor, yaitu memberikan perhatian lebih terhadap segala sesuatu yang berhubungan dengan humor.
- d. Sikap menyenangkan humor, yaitu menerima segala sesuatu yang berhubungan dengan humor.

Selanjutnya, menurut Hostetler (dalam Jose dkk, 2017) aspek *sense of humor* dilihat dalam empat dimensi, yaitu :

- a. *Humor production* (menciptakan humor), penggunaan humor digunakan dalam situasi sosial
- b. *Coping humor*, salah satu cara atau strategi dalam mengatasi kesedihan, kesepian, kegelisahan dan stres.
- c. *Humor appreciation* (mengapresiasi humor), penggunaan humor dengan menyukai dari berbagai hal lucu
- d. *Humor attitude* (Sikap terhadap humor), menyikapi dan menempati sesuatu humor pada waktu yang tepat.

4. Indikator *Sense Of Humor*

Adapun beberapa terdapat indikator *sense of humor* yang diungkapkan oleh Sultanoff (dalam Latifa, 2006), yaitu :

- a. *Wit* yaitu berupa humor yang difokuskan pada keterlibatan pengalaman kognitif, biasanya dikategorikan dalam cerita humor yang menceritakan kebijaksanaan dan kecerdikan kadang-kadang disertai tipu daya.
- b. *Mirth*, atau kegembiraan yaitu berupa humor pada pengalaman emosional.
- c. *Laughter*, atau ketawa yaitu berupa gerakan bibir dan bagian tubuh yang lain.

Menurut Thorson dan Powell (dalam Irwan, 2013) *sense of humor* merupakan multi dimensional yang terdiri dari enam elemen sebagai berikut:

- a. *Humor production* (penciptaan humor), yaitu berupa kemampuan kreatif menjadi humoris, membuat lelucon, mengidentifikasi hal yang lucu dalam sebuah situasi serta mengkreasikan dan menghubungkan situasi tersebut dengan cara-cara yang dapat menyenangkan orang lain.
- b. *Humor appreciation* (penghargaan terhadap humor), yaitu berupa apresiasi atau merespon terhadap orang-orang yang humoris dan situasi yang penuh humor. Respon yang diberikan dapat berupa tertawa atau paling tidak tersenyum jika ada orang yang melucu.
- c. *Sense of playfulness*, yakni kemampuan berada dalam kondisi yang senantiasa baik, menyenangkan, *in a good mood*.
- d. *Personal recognition of humor*, berupa penggunaan humor dalam memandang absurditas hidup dan melihat diri sendiri sebagai orang yang humoris.
- e. Penggunaan humor sebagai mekanisme dalam beradaptasi, yakni kemampuan mentertawakan situasi atau mengatasi situasi sulit dengan menggunakan humor.
- f. Kemampuan menggunakan humor dalam hubungan sosial, situasi sosial yang tegang atau kaku, meningkatkan solidaritas dalam kelompok

Indikator *sense of humor* menurut Svehak (dalam Martin, 2013) adalah sebagai berikut:

- a. *Metamessage* sensitivitas atau kemampuan untuk mengenali humor dalam suatu situasi

- b. Menyukai humor atau menikmati humor dan peran sebagai humoris
- c. Ekspresi emosional atau kecenderungan untuk bebas mengekspresikan emosi seseorang.

B. Optimisme

1. Pengertian Optimisme

Seligman (2008) mengartikan optimisme sebagai suatu keyakinan bahwa peristiwa buruk hanya bersifat sementara, tidak sepenuhnya mempengaruhi semua aktivitas, dan tidak sepenuhnya disebabkan kecerobohan diri sendiri tetapi bisa karena situasi, nasib, atau orang lain. Ketika mengalami peristiwa yang menyenangkan, individu yang optimis akan yakin bahwa hal tersebut akan berlangsung lama, mempengaruhi semua aktivitas dan disebabkan oleh diri sendiri. Scheier dan Carver (dalam Geer dkk, 2010) mendefinisikan optimisme sebagai ekspektasi yang tergeneralisasi terhadap hasil positif. Individu dengan optimisme yang tinggi akan menganggap hasil yang diinginkan sebagai sesuatu yang dapat diraih, dan sebagai konsekuensi, seringkali menunjukkan kegigihan dalam menghadapi ancaman dan tantangan.

Kour dkk (2019) menjelaskan bahwa optimisme membantu seorang individu dalam hal kekuatannya untuk mempengaruhi sebuah tindakan. Lench (2011) mendefinisikan bahwa optimisme sebagai memegang harapan positif tentang masa depan, sehingga individu mengharapkan peristiwa positif akan terjadi dan peristiwa negatif tidak akan terjadi. Optimisme adalah hasil dari reaksi afektif terhadap peristiwa potensial di masa depan. Reaksi afektif adalah respons positif atau negatif singkat terhadap rangsangan yang menentukan perilaku.

Menurut Ghufron & Risnawati (2011) optimisme adalah cara berpikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah. Berpikir positif adalah berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk. Optimisme dapat membantu meningkatkan kesehatan secara psikologis, memiliki perasaan yang baik, melakukan penyelesaian masalah dengan cara yang logis sehingga hal ini dapat meningkatkan kekebalan tubuh juga. Sejalan dengan pendapat Daraei & Ghaderi (2012) optimisme merupakan salah satu komponen psikologi positif yang dihubungkan dengan emosi positif dan perilaku positif yang menimbulkan kesehatan, hidup yang bebas stress, hubungan sosial dan fungsi sosial yang baik.

Pengertian tersebut dijelaskan lebih lanjut oleh Safarina (2016) bahwa optimisme merupakan suatu keyakinan tentang segala yang terjadi saat ini merupakan hal baik yang akan memberikan harapan dimasa depan sesuai apa yang kita angankan. Saat menghadapi suatu kesulitan, seseorang yang optimis yakin bahwa kesulitan baik bagi pengembangan diri dan dibalikny pasti ada kesempatan untuk mencapai harapan.

Waskito (2013) mengartikan optimisme sebagai ciri kehidupan seseorang yang beriman yang merupakan rahasia dibalik keberhasilan disetiap perjuangan. Optimisme menyebabkan lahirnya keyakinan, dari keyakinan memunculkan suatu kesadaran, dari kesadaran melahirkan amaliah dan dari amaliah akan tercapainya hasil-hasil yang diharapkan. Tanpa memiliki optimisme, individu tidak akan mencapai suatu perjuangan. Optimisme memiliki lawan kata yaitu pesimisme. Optimisme diartikan sebagai suatu harapan positif, maka pesimisme diartikan sebagai putus harapan atau putus asa.

Penjelasan-penjelasan optimisme tersebut dapat disimpulkan bahwa optimisme merupakan harapan baik yang dimiliki seseorang terhadap segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan seseorang meskipun sedang dalam tertimpa suatu masalah. Seseorang yang optimis akan memandang kegagalan sebagai proses pengembangan diri yang akan berakibat baik dimasa depan dan memandang pengalaman baik sebagai sesuatu yang pantas untuk didapatkan.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Optimisme

Seligman (2008) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi optimisme, yaitu:

a. Dukungan Sosial

Adanya dukungan yang cukup dapat membuat individu lebih optimis karena merasa yakin bahwa bantuan akan selalu tersedia bila dibutuhkan.

b. Kepercayaan diri

Individu yang memiliki keyakinan yang tinggi dengan apa yang ada pada dirinya, serta yakin dengan kemampuannya akan mempunyai optimis yang tinggi.

c. Harga diri

Individu dengan harga diri tinggi selalu termotivasi untuk mrnjaga pandangan yang positif tentang dirinya dan mencari aset-aset personal yang dapat mengimbangi kegagalan, sehingga selalu berusaha lebih keras dan lebih baik pada usaha berikutnya.

d. Akumulasi Pengalaman

Pengalaman-pengalaman individu dalam menghadapi masalah atau tantangan terutama pengalaman sukses yang dapat menumbuhkan sikap optimis ketika menghadapi tantangan.

Selain itu, ada juga faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme menurut Vinacle (dalam Prasetyo, Kustanti, & Nurtjahjanti, 2014) mengatakan bahwa ada dua faktor, yaitu:

- a. Faktor Etnosentris, yaitu sifat- sifat yang dimiliki oleh suatu kelompok atau orang lain yang menjadi ciri khas dari kelompok atau jenis lain. Faktor etnosentris ini berupa keluarga, status sosial, jenis kelamin, agama dan kebudayaan.
- b. Faktor Egosentris, yaitu sifat-sifat yang dimiliki tiap individu yang didasarkan pada fakta bahwa tiap pribadi adalah unik dan berbeda dengan pribadi lain. Faktor egosentris ini berupa aspek-aspek kepribadian yang memiliki keunikan sendiri dan berbeda antara pribadi yang satu dengan yang lain.

Menurut Mc Ginnis (dalam Ghufro dan Risnawita 2010) ada juga terdapat dua faktor yang mempengaruhi optimisme seseorang, yaitu:

a. Merasa dirinya pesimis

Kebanyakan seseorang merasa ingin untuk selalu berpikir positif, namun hal tersebut terhambat akibat perasaan pesimistik yang dimiliki oleh seseorang. Perasaan memiliki sifat pesimistik tersebut yang akhirnya mendorong seseorang merancang rencana untuk membuat dirinya lebih berpikir optimis.

Keberhasilan berpikir positif tersebut yang akhirnya memunculkan optimisme pada diri seseorang.

b. Pengalaman berinteraksi dengan lingkungan

Kemampuan mengagumi dan mengapresiasi terhadap berbagai hal yang dimiliki oleh orang lain merupakan daya yang kuat untuk mendorong seseorang untuk lebih memiliki harapan positif terhadap dirinya, sehingga dapat membantu mereka memperoleh optimisme.

3. Aspek-aspek Optimisme

Menurut Seligman (2008), terdapat beberapa aspek dalam individu memandang suatu peristiwa/masalah berhubungan erat dengan gaya penjelasan (*explanatory style*), yaitu:

a. *Permanence*

Aspek *permanence* memiliki makna bahwa seseorang menyikapi suatu peristiwa buruk ataupun baik memiliki penyebab yang menetap maupun sementara. Individu yang optimis akan memandang peristiwa yang buruk akan bersifat sementara dalam kehidupannya. Peristiwa buruk juga dipandang sebagai sesuatu yang bisa ditempuh dengan waktu yang tidak lama. Sebaliknya, peristiwa baik akan dipandang sebagai peristiwa yang bersifat menetap. Peristiwa baik juga akan dipandang berasal dari dalam individu yang optimis.

b. *Pervasiveness*

Aspek *pervasiveness* memiliki makna bahwa seseorang yang optimis akan menelusuri suatu penyebab permasalahan hingga akar-akarnya. Individu yang

optimis tidak akan memberikan alasan-alasan yang universal sebagai penyebab dari kegagalannya, namun alasan dari setiap kegagalan bisa dijelaskan secara spesifik mengenai penyebabnya.

c. *Personalization*

Aspek *personalization* menjelaskan setiap penyebab dari suatu kegagalan berasal dari internal (diri individu) atau eksternal (orang lain). Individu yang memiliki optimisme akan memandang peristiwa baik berasal dari dalam diri individu tersebut. Sebaliknya, setiap peristiwa yang berujung kegagalan berasal dari luar dirinya atau faktor eksternal.

Mc Ginnis (dalam Ghufron dan Risnawati, 2010) mengemukakan ada beberapa aspek-aspek dalam optimisme, yaitu:

- a. Mempunyai pengendalian atas perasaan-perasaan dalam diri yang bersifat negatif. Merupakan kemampuan pada diri seseorang dalam mengendalikan dorongan perasaan negatif saat terdapat stimulus negatif mengahampirinya dan mampu mengalihkan pada hal-hal yang lebih positif.
- b. Menganggap dirinya sebagai seseorang yang mampu dan bisa dalam memecahkan masalah. Merupakan bentuk keyakinan terhadap kemampuan yang ada pada diri sendiri dengan melakukan usaha penyelesaian.
- c. Merasa mempunyai pengendalian atas dirinya dimasa depan. Merupakan kemampuan pada diri seseorang dalam melakukan prediksi positif tentang dirinya dimasa depan dan meyakinkinya.

- d. Merasa gembira bahkan ketika sedang berada pada posisi tidak bisa merasa bahagia. Merupakan bentuk respon emosi yang tetap positif dan mampu mempertahankannya meskipun dilanda suatu masalah.
- e. Menerima perubahan-perubahan yang ada dalam hidupnya. Merupakan kemampuan pada diri seseorang untuk memandang positif setiap kejadian dan mampu menerimanya dengan baik.

Hatifah dan Nirwana (2014) menjelaskan ada terdapat dua aspek optimisme yang dimiliki seseorang, yaitu:

- a. Keyakinan dalam hati sangat berkaitan erat dengan keimanan. Seseorang yang berputus asa adalah mereka yang lemah akan keimanannya. Iman yang kuat dapat memberikan kekuatan batin bagi seseorang untuk memandang secara positif masa depan. Seseorang yang memiliki iman yang kuat memiliki pondasi yang kuat dalam menjalani kehidupan.
- b. Berpikir positif dapat diartikan bukan sekedar berpikir yang menggunakan akal, tetapi lebih memerankan perasaan, salah satunya adalah prasangka. Pikiran akan menjadi suatu kekuatan mental apabila pikiran itu positif, tidak dikotori beragam nafsu, dan angan-anganyang negatif. Sehingga kemampuan berpikir positif dapat mendukung seseorang dalam memandang suatu masa depan dengan harapan positif.

4. Indikator Optimisme

Seligman (2008) menjelaskan bahwa indikator yang terdapat dalam optimisme berkaitan dengan cara individu dalam menjelaskan suatu peristiwa

(*Explanatory style*), baik peristiwa yang menyenangkan atau peristiwa yang tidak menyenangkan. Ada terdapat empat indikator pada optimisme, yaitu :

a. Resiliensi

Seorang optimis akan bangkit kembali dari kekalahan, dan kemudian memulai usahanya kembali, sedangkan seorang pesimis akan menyerah dan mengalami depresi ketika menghadapi masalah yang sama.

b. Penilaian Situasi

Seorang yang memiliki kemampuan dalam penilaian situasi (*situation appraisal*) yang tinggi akan mampu melihat dengan baik dari konsekuensi situasi yang dihadapi, karena jika konsekuensi negatif yang akan dihadapi jika gagal sangat tinggi, maka optimisme adalah strategi yang salah.

c. Kepercayaan dan Keyakinan

Seorang optimis memiliki kemampuan untuk menghilangkan dan menjauhi kepercayaan dan keyakinan negatif yang muncul atas suatu permasalahan. Keyakinan negatif yang belum terbukti dapat menghancurkan segala hal positif, sehingga membuat seorang individu menjadi terbiasa mempersepsikan suatu hal dari yang negatif saja.

d. Motivasi

Seorang optimis motivasi tinggi memiliki kecenderungan depresi yang rendah, kesehatan fisik yang baik, dan pencapaian hidup yang tinggi.

Kleiman, dkk (2015) juga mengatakan bahwa ada terdapat empat indikator optimisme yaitu :

- a. *Positive Expectations (PES)*, yaitu pandangan seseorang bahwa masa depannya akan positif dan secara umum lebih baik daripada yang lain.
- b. *Inferential Style (IS)*, yaitu kecenderungan untuk menghasilkan atribusi yang bersifat internal, global, dan stabil untuk situasi yang bersifat positif dan kesimpulan negatif tentang diri serta implikasi masa depan.
- c. *Sense of Invulnerability (SI)*, yaitu keyakinan bahwa hasil negatif lebih mungkin terjadi pada orang lain daripada diri sendiri.
- d. *Overconfidence*, yaitu kecenderungan untuk melebih-lebihkan kemampuan dan sifat positif seseorang dibandingkan dengan kenyataan.

Berbeda dari Seligman (2008) dan Kleiman, dkk (2015) yang menjelaskan ada empat indikator, menurut Murray dan Fortinberry (dalam Indra dkk, 2019) menjelaskan bahwa ada terdapat tiga indikator optimisme, yaitu :

- a. *Happiness*

Happiness atau suasana hati subjektif yang bahagia dapat memicu individu untuk melihat sisi positif dari segala sesuatu yang dihadapi.

- b. Lingkungan Sosial

Orang yang optimis memiliki lingkungan sosial yang memberikan dukungan yang diperlukan untuk berpikir optimis.

- c. Spiritual dan Religiusitas

Hubungan spiritual dan religiusitas yang baik juga salah satu ciri individu yang memiliki optimisme tinggi, individu yang percaya adanya *divine entity*

(entitas Illahi) yang menjaga dan memberikan kesempatan pada dirinya akan memiliki ekspektasi positif terhadap permasalahan yang mereka hadapi.

C. Hubungan *Sense of Humor* dengan Optimisme

Cara berpikir seseorang cenderung menentukan bagaimana perilaku seseorang terbentuk. Cara berpikir sesuai dengan cara-cara untuk mengetahui sifat nonverbal, seperti perasaan dan emosi, kesadaran yang berkenaan dengan merupakan karakteristik individu yang lebih dominan dalam menggunakan otak kanan (DePorter, 2004). Otak kanan berperan besar dalam terciptanya reaksi-reaksi emosional termasuk timbulnya kecemasan pada individu dikarenakan kecenderungan berpikir intuitif bukan didasarkan pada penalaran logis. Para ahli banyak yang mengatakan otak kiri sebagai pengendali IQ (*Intelligence Quotient*), sementara otak kanan memegang peranan penting bagi perkembangan EQ (Freed, dalam Kartika 2016). Di sisi lain, orang yang memiliki kecenderungan berpikir menggunakan otak kiri menurut beberapa penelitian sering terjebak dengan logika rasional yang berpotensi memunculkan stres.

Sikap optimis erat kaitanya dengan konsep pola pikir positif. Berpikir positif merupakan suatu kesatuan cara berpikir sehat yang menyeluruh sifatnya. Mengandung gerak maju yang penuh dengan daya cipta atas unsur-unsur yang nyata dalam kehidupan manusia. Berpikir positif adalah aplikasi langsung yang praktis dari teknik spiritual untuk mengatasi kekalahan dan memenangkan kepercayaan, keberhasilan, dan kesenangan (Peale, 2006).

Selanjutnya Albrecht (dalam Kartika, 2016) berpendapat bahwa berpikir positif merupakan suatu pelengkap dari perhatian akan sesuatu hal yang positif dan menggunakan bahasa yang positif sebagai bentuk dari ekspresi pemikiran dalam diri seorang individu. *Sense of humor* yang baik bisa membangkitkan penilaian kognitif dari negatif menjadi lebih positif dan seseorang yang memiliki *sense of humor* yang tinggi akan lebih positif dalam melihat kejadian buruk menjadi lebih positif daripada seseorang yang memiliki *sense of humor* yang rendah. Humor dan optimisme bisa mengurangi efek-efek negatif dari stres dan tingkat humor dan optimisme dikaitkan dengan strategi dukungan sosial.

Satu elemen kunci untuk bisa menjalani masa pensiun dengan sukses adalah persiapan. Orang yang telah membuat persiapan untuk masa pensiunnya cenderung lebih sukses beradaptasi pada perubahan dalam hidupnya (Kartika, 2016). Sikap positif dalam menjalani masa pensiun dengan kesiapan menunjukkan bahwa seseorang tersebut memiliki sikap optimisme.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas maka penulis mengajukan hipotesis penelitian sebagai berikut:

Ho : Tidak ada hubungan *sense of humor* dengan optimisme menghadapi masa pensiun pada personel satuan kerja (satker) Polda Aceh

Ha : Ada hubungan *sense of humor* dengan optimisme menghadapi masa pensiun pada personel satuan kerja (satker) Polda Aceh

Keterangan : Ha diterima jika Ho ditolak

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas (X) : *Sense of Humor*
2. Variabel Terikat (Y) : Optimisme

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel penelitian menurut Sugiyono (2015) adalah suatu kegiatan atau objek yang memiliki variasi tertentu dan telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Definisi variabel penelitian harus dirumuskan agar tidak adanya kesalahan dalam mengumpulkan data. Berikut adalah definisi operasional *sense of humor* dan optimisme:

1. *Sense of Humor*

Sense of humor menurut Thorson dan Powell (dalam Hafdzah, 2014) adalah multidimensi kemampuan untuk membuat humor, mengenali humor, mengapresiasi humor, menggunakan humor sebagai mekanisme coping dan untuk mencapai tujuan sosial. Variabel *sense of humor* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala yang dikemukakan oleh Thorson dan Powell (dalam Irwan, 2013) tentang indikator, yaitu *humor production*, *humor appreciation*, *Sense of playfulness*, *personal recognition of humor*, penggunaan humor sebagai mekanisme dalam beradaptasi, dan kemampuan menggunakan humor dalam hubungan sosial.

2. Optimisme

Menurut Seligman (2008) mengartikan optimisme sebagai suatu keyakinan bahwa peristiwa buruk hanya bersifat sementara, tidak sepenuhnya mempengaruhi semua aktivitas, dan tidak sepenuhnya disebabkan kecerobohan diri sendiri tetapi bisa karena situasi, nasib, atau orang lain. Variabel optimisme dalam penelitian ini diukur menggunakan teori yang dikemukakan oleh Seligman (2008) tentang indikator optimisme, yaitu resiliensi, penilaian situasi, kepercayaan dan keyakinan dan motivasi.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah sekumpulan data terdiri atas objek/subjek yang mempunyai karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah Personel Satuan Kerja (Satker) Polda Aceh yang akan pensiun di tahun 2022 sebanyak 51 personel.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2019). Penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *non probability sampling*. Teknik *non probability sampling* merupakan salah satu teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang/kesempatan yang sama bagi populasi yang nantinya akan dipilih untuk menjadi sampel. Adapun teknik pengambilan sampel yang

digunakan yaitu *sampling* jenuh. Menurut Sugiyono (2019) teknik *sampling* jenuh adalah teknik penentuan sampel dimana semua anggota populasi digunakan menjadi sampel. Adapun ciri-ciri sampel yang digunakan adalah personel yang akan pensiun tahun 2022 di Satuan Kerja (Satker) Polda Aceh dengan jumlah 51 personel.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah menggunakan metode skala. Skala cukup memberikan informasi tertentu yang ingin diketahui dari subjek penelitian (Arikunto, 2010). Saat penelitian, peneliti meminta subjek agar dapat merespon sejumlah pernyataan sesuai dengan keadaan dirinya. Tujuannya adalah agar dapat mengungkap hal-hal yang terjadi atau sedang diteliti.

Jenis skala dalam penelitian ini adalah skala Likert yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dan disajikan dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Penilaian untuk *favorable* adalah: SS (Sangat Setuju) = 4, S (Setuju) = 3, TS (Tidak Setuju) = 2, STS (Sangat Tidak Setuju) = 1. Sedangkan untuk *unfavorable* adalah: SS (Sangat Setuju) = 1, S (Setuju) = 2, TS (Tidak Setuju) = 3, STS (Sangat Tidak Setuju) = 4 (Azwar, 2010).

Tabel 1
Bobot Penilaian Pernyataan *Favorable* Dan *Unfavorable*

No	Alternatif Jawaban	Pernyataan	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Aitem disebut *favorable* bila isinya mendukung, memihak atau menunjukkan ciri adanya atribut yang diukur. Sedangkan aitem *unfavorable* kebalikan dari *favorable* yang artinya tidak mendukung atau tidak menunjukkan adanya ciri atau kriteria yang diukur (Azwar, 2010).

1. Skala *Sense of Humor*

Pengukuran *sense of humor* menggunakan teori Martin (dalam Latifa, 2006) dengan enam aspek, yaitu *humor production*, *humor appreciation*, *sense of playfulness*, *personal recognition of humor*, penggunaan humor sebagai mekanisme dalam beradaptasi, dan kemampuan menggunakan humor dalam hubungan sosial. Jumlah aitem dalam skala ini adalah 48 aitem, yang terdiri dari 24 aitem *favorable* dan 24 aitem *unfavorable*. Peneliti menjabarkannya dalam bentuk *blue print sense of humor* yang tertera dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2
Blue Print Skala Sense of Humor

No	Aspek-aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	Bobot %
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	<i>Humor production</i>	4	4	8	16,6%
2	<i>Humor appreciation</i>	4	4	8	16,6%
3	<i>Sense of playfulness</i>	4	4	8	16,6%
4	<i>Personal recognition of humor</i>	4	4	8	16,6%
5	Penggunaan humor sebagai mekanisme dalam beradaptasi	4	4	8	16,6%
6	Kemampuan menggunakan humor dalam hubungan sosial	4	4	8	16,6%
Total		24	24	48	100%

Tabel 3
Blue Print Skala Sense of Humor Sebelum Uji Coba

No	Aspek-aspek	Nomor Aitem		Jumlah	Bobot %
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	<i>Humor production</i>	1, 3, 5, 7	2, 4, 6, 8	8	16,6%
2	<i>Humor appreciation</i>	9, 11, 13, 15	10, 12, 14, 16	8	16,6%
3	<i>Sense of playfulness</i>	17, 19, 21, 23	18, 20, 22, 24	8	16,6%
4	<i>Personal recognition of humor</i>	25, 27, 29, 31	26, 28, 30, 32	8	16,6%
5	Penggunaan humor sebagai mekanisme dalam beradaptasi	33, 35, 37, 39	34, 36, 38, 40	8	16,6%
6	Kemampuan menggunakan humor dalam hubungan sosial	41, 43, 45, 47	42, 44, 46, 48	8	16,6%
Total		24	24	48	100%

2. Skala Optimisme

Pengukuran skala optimisme dengan menggunakan teori Seligman (2008) dengan empat indikator optimisme, yaitu resiliensi, penilaian situasi, kepercayaan dan keyakinan serta motivasi. Jumlah aitem dalam skala ini adalah 40 aitem, yang terdiri dari 20 aitem *favorable* dan 20 aitem *unfavorable*. Peneliti menjabarkannya dalam bentuk *blue print* optimisme yang tertera dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4
Blue Print Skala Optimisme

No	Indikator	Jumlah Aitem		Jumlah	Bobot %
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Resiliensi	5	5	10	25%
2	Penilaian situasi	5	5	10	25%
3	Kepercayaan dan keyakinan	5	5	10	25%
4	Motivasi	5	5	10	25%
Total		20	20	40	100%

Tabel 5
Blue Print Skala Optimisme Sebelum Uji Coba

No	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah	Bobot %
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Resiliensi	1, 3, 5, 7, 9	2, 4, 6, 8, 10	10	25%
2	Penilaian situasi	11, 13, 15, 17, 19	12, 14, 16, 18, 20	10	25%
3	Kepercayaan dan keyakinan	21, 23, 25, 27, 29	22, 24, 26, 28, 30	10	25%
4	Motivasi	31, 33, 35, 37, 39	32, 34, 36, 38, 40	10	25%
Total		20	20	40	100%

E. Validitas dan Reliabilitas Penelitian

1. Validitas

Validitas diartikan sebagai sejauh mana kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurannya. Suatu alat ukur dapat dinyatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat ukur tersebut menjalankan fungsi ukurnya sesuai dengan tujuan dilakukannya pengukuran tersebut (Sugiyono, 2018). Pengujian validitas maksudnya adalah menemukan jawaban sejauh mana aitem-aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur atau sejauh mana isi tes mencerminkan ciri atribut yang akan diukur (Azwar, 2010).

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Menurut Azwar (2010) validitas isi merupakan sejauhmana pertanyaan, tugas atau butir dalam suatu tes atau instrumen mampu mewakili secara keseluruhan dan proposional perilaku sampel. Pengujian kelayakan suatu alat tes atau instrumen dilakukan melalui *professional judgment* (ahli berkompeten). Ahli yang berkompeten dalam penelitian ini adalah dosen pembimbing dan dosen yang paham tentang penyusunan skala psikologi.

2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana pengukuran dapat dipercaya. Artinya, hasil dari pengukuran dapat dipercaya jika dalam beberapa kali terhadap kelompok subjek yang sama dan diperoleh hasil yang relatif sama. Jika ada perbedaan dari waktu ke waktu, maka hasil pengukuran tidak dapat dipercaya dan dikatakan tidak reliabel. Reliabilitas mengacu kepada konsistensi atau kepercayaan hasil skor yang mengandung makna kecermatan pengukuran (Azwar, 2010).

Pengujian reliabilitas aitem terhadap alat ukur skala psikologi dilakukan apabila aitem-aitem yang telah diseleksi melalui analisis aitem. Rentang koefisien reliabilitas ($r_{xx'}$) berkisar antara 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitas (Azwar, 2010). Koefisien reliabilitas skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah koefisien *alpha cronbach*.

F. Teknik Analisis Data

Sesuai dengan hipotesis dan tujuan penelitian yaitu mencari hubungan, maka data yang diperoleh akan diuji dengan uji syarat yaitu uji normalitas dan uji linieritas yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Uji Asumsi Syarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui data yang terkumpul berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan

teknik *Kolmogorov Smirnov Test* dengan bantuan fasilitas komputer yaitu program *SPSS Statistic for Windows Version 23*. Persyaratan datanya disebut normal jika nilai signifikansi adalah $p > 0,05$. Sebaliknya, jika signifikan $p < 0,05$, maka data berdistribusi tidak normal (Azwar, 2010).

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk melihat apakah data penelitian variabel *sense of humor* berkorelasi secara linear dengan variabel optimisme. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan *Test for Linearity*, dikatakan dua variabel mempunyai hubungan yang linier apabila nilai signifikansi adalah $p < 0,05$. Sebaliknya, jika nilai signifikansi $p > 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah tidak linier (Azwar, 2010).

2. Uji Hipotesis

Jika uji asumsi sudah terpenuhi, maka selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis. Uji hipotesis yang digunakan adalah untuk melihat hubungan *sense of humor* dengan optimisme. Analisis data yang digunakan untuk mengetahui hubungan variabel bebas terhadap variabel terikat uji korelasi pearson. Uji korelasi pearson merupakan teknik korelasi yang digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan kedua variabel apabila kedua data tersebut berdistribusi normal dan linier (Sugiyono, 2015). Peneliti menggunakan bantuan dari aplikasi *SPSS versi 23 for windows* untuk menganalisis hubungan antara kedua variabel.

BAB IV

HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan Penelitian

Orientasi kancan penelitian bertujuan untuk mengenal tempat penelitian secara detail dan membantu peneliti agar dapat mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan. Untuk mendapatkan informasi mengenai fenomena-fenomena permasalahan penelitian yang diperlukan, maka peneliti awalnya melakukan observasi dan wawancara yang mengacu pada sampel yang diinginkan. Dalam penelitian ini, peneliti memilih tempat penelitian pada Satker Polda Aceh, karena peneliti mendapatkan data yang dapat mewakili subjek penelitian seperti yang telah dipaparkan sebelumnya.

Polda Aceh merupakan pelaksana tugas kepolisian RI di wilayah Provinsi Aceh. Polda Aceh tergolong Polda tipe A karena dipimpin oleh seorang kepala kepolisian daerah yang berpangkat bintang dua atau Inspektur Jenderal Polisi. Polda Aceh berada di Jl. Teuku Nyak Arief, Jeulingke, Kec. Syiah Kuala Kota Banda Aceh. Polda Aceh memiliki tugas melaksanakan tugas pokok Polri, yaitu memelihara keamanan dan ketertiban masyarakat, menegakkan hukum, serta memberikan perlindungan, pengayoman dan pelayanan kepada masyarakat dan melaksanakan tugas-tugas Polri lainnya dalam daerah hukum Polda sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

1. Sembilan Komitmen Poda Aceh

- a. Meningkatkan iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- b. Loyalitas tegak lurus kepada NKRI, Presiden dan Kapolri.
- c. Mengutamakan pencegahan dari pada penindakan.
- d. Menjaga soliditas internal Polri.
- e. Membangun soliditas, solidaritas dan sinergitas TNI-Polri.
- f. Kepemimpinan keteladanan dan melayani (*leadership by example and servant leadership*).
- g. Sinergitas polisional dengan unsur criminal justice system (CJS) sejak dini
- h. Menjunjung tinggi dan menghormati kearifan local dalam semangat nasionalisme.
- i. Bersama forkopimda dan seluruh komponen masyarakat membangun ketangguhan ekonomi, sosial, politik dan keamanan daerah dalam bingkai ketahanan nasional.

B. Persiapan Penelitian

Sebelum memulai penelitian, peneliti terlebih dahulu mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan secara matang supaya terhindar dari kesalahan yang tidak diinginkan. Persiapan tersebut dimulai dari penyusunan alat ukur, pengurusan surat izin penelitian sampai proses penelitian.

1. Pengurusan Surat Izin Penelitian

Peneliti memperoleh izin untuk melakukan penelitian yang dikeluarkan oleh Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh dengan nomor surat 257/UM.M6/F/2021 yang ditujukan kepada Karo SDM Polda Aceh.

Kemudian Karo SDM Polda Aceh mengeluarkan surat keterangan telah selesai melakukan penelitian dengan nomor surat B/48/VIII/LIT.4.1/202/Ro SDM.

2. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala, yaitu skala *sense of humor* dan skala optimisme. Skala *sense of humor* terdiri dari 48 aitem yang disusun berdasarkan aspek-aspek *sense of humor* yang dikemukakan oleh Martin (dalam Latifa, 2006), yaitu *humor production*, *humor appreciation*, *sense of playfulness*, *personal recognition of humor*, penggunaan humor sebagai mekanisme dalam beradaptasi, dan kemampuan menggunakan humor dalam hubungan sosial. Sedangkan skala optimisme terdiri dari 40 aitem yang disusun berdasarkan indikator optimisme yang dikemukakan oleh Seligman (2008), yaitu resiliensi, penilaian situasi, kepercayaan dan keyakinan serta motivasi.

3. Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

Validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana aitem-aitem dalam tes mencakup keseluruhan isi objek yang hendak diukur atau sejauh mana isi tes tersebut mencerminkan ciri atribut yang akan diukur (Azwar, 2010). Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Azwar (2010) menyatakan validitas isi merupakan sejauhmana pertanyaan, tugas atau butir dalam suatu tes atau instrumen mampu mewakili secara keseluruhan dan proposional perilaku sampel. Pengujian kelayakan suatu alat tes atau instrumen dilakukan melalui *professional judgment* (ahli berkompeten). Di dalam penelitian

ini, yang menjadi ahli berkompeten atau *professional judgement* adalah dosen pembimbing.

b. Hasil Analisis Aitem

Hasil analisis aitem dilakukan untuk melihat aitem yang tidak bagus dan aitem yang bagus untuk diuji dalam penelitian. Berdasarkan hasil analisis aitem, aitem yang bagus pada skala *sense of humor* sebanyak 37 aitem dan yang gugur 11 aitem, yaitu aitem 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 13, 20, 30, dan 38. Peneliti menjabarkan hasilnya dalam tabel di bawah ini:

Tabel 6
Hasil Analisis Aitem Skala *Sense of Humor* Sebelum Aitem yang Tidak Bagus Dibuang

No	Aspek-aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Humor production</i>	<u>1</u> , <u>3</u> , 5, <u>7</u>	<u>2</u> , <u>4</u> , <u>6</u> , <u>8</u>	8
2	<i>Humor appreciation</i>	9, 11, <u>13</u> , 15	10, 12, 14, 16	8
3	<i>Sense of playfulness</i>	17, 19, 21, 23	18, <u>20</u> , 22, 24	8
4	<i>Personal recognition of humor</i>	25, 27, 29, 31	26, 28, <u>30</u> , 32	8
5	Penggunaan humor sebagai mekanisme dalam beradaptasi	33, 35, 37, 39	34, 36, <u>38</u> , 40	8
6	Kemampuan menggunakan humor dalam hubungan sosial	41, <u>43</u> , 45, 47	42, 44, 46, 48	8
Total		24	24	48

Note: Aitem yang digarisbawahi adalah aitem yang tidak bagus

Tabel 7
Hasil Analisis Aitem Skala *Sense of Humor* Sesudah Aitem yang Tidak Bagus Dibuang

No	Aspek-aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Humor production</i>	5	-	1
2	<i>Humor appreciation</i>	9, 11, 15	10, 12, 14, 16	7
3	<i>Sense of playfulness</i>	17, 19, 21, 23	18, 22, 24	7
4	<i>Personal recognition of humor</i>	25, 27, 29, 31	26, 28, 32	7
5	Penggunaan humor sebagai mekanisme dalam beradaptasi	33, 35, 37, 39	34, 36, 40	7
6	Kemampuan menggunakan humor dalam hubungan sosial	41, 43, 45, 47	42, 44, 46, 48	8
Total		20	17	37

Berikutnya untuk skala optimisme aitem yang bagus sebanyak 36 aitem dan yang gugur 4 aitem, yaitu aitem 3, 4, 12 dan 36. Peneliti menjabarkan hasilnya dalam tabel di bawah ini:

Tabel 8
Hasil Analisis Aitem Skala Optimisme Sebelum Aitem yang Tidak Bagus Dibuang

No	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Resiliensi	1, <u>3</u> , 5, 7, 9,	2, <u>4</u> , 6, 8, 10	10
2	Penilaian situasi	11, 13, 15, 17, 19	<u>12</u> , 14, 16, 18, 20	10
3	Kepercayaan dan keyakinan	21, 23, 25, 27, 29	22, 24, 26, 28, 30	10
4	Motivasi	31, 33, 35, 37, 39	32, 34, <u>36</u> , 38, 40	10
Total		20	20	40

Note: Aitem yang digarisbawahi adalah aitem yang tidak bagus

Tabel 9
Hasil Analisis Aitem Skala Optimisme Sesudah Aitem yang Tidak Bagus Dibuang

No	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Resiliensi	1, 5, 7, 9,	2, 6, 8, 10	8
2	Penilaian situasi	11, 13, 15, 17, 19	14, 16, 18, 20	9
3	Kepercayaan dan keyakinan	21, 23, 25, 27, 29	22, 24, 26, 28, 30	10
4	Motivasi	31, 33, 35, 37, 39	32, 34, 38, 40	9
Total		19	17	36

c. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan Formula *Alpha Cronbach*. Hasil reliabilitas skala *sense of humor* sebelum aitem yang tidak bagus dibuang adalah 0,933 dari 48 aitem, tetapi setelah aitem yang tidak bagus dibuang, nilai *Alpha Cronbach* menjadi 0,950 dari 37 aitem yang bagus. Sedangkan reliabilitas skala optimisme sebelum aitem yang tidak bagus dibuang adalah 0,940 dari 40 aitem, tetapi setelah aitem yang tidak bagus dibuang, nilai *Alpha Cronbach* menjadi 0,949 dari 36 aitem yang layak dipakai untuk penelitian. Peneliti menjabarkan hasil uji reliabilitas pada tabel berikut ini:

Tabel 10
Hasil Analisis Uji Reliabilitas Sebelum Aitem yang Tidak Bagus Dibuang

Skala	<i>Alpha Cronbach</i>	Jumlah Aitem
<i>Sense of Humor</i>	0,933	48
Optimisme	0,940	40

Sumber: Olah data SPSS 23,0 for Windows (2022)

Tabel 11
Hasil Analisis Uji Reliabilitas Sesudah Aitem yang Tidak Bagus Dibuang

Skala	<i>Alpha Cronbach</i>	Jumlah Aitem
<i>Sense of Humor</i>	0,950	37
Optimisme	0,949	36

Sumber: Olah data SPSS 23,0 for Windows (2022)

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat koefisien reliabilitas menunjukkan bahwa kedua variabel telah memenuhi persyaratan untuk dijadikan alat ukur dalam penelitian. Hal ini didukung oleh Azwar (2010) yang menyatakan bahwa semakin tinggi nilai koefisien mendekati angka 1,00, maka semakin tinggi reliabilitas atau adanya konsistensi yang mendekati sempurna pada hasil ukur tersebut.

C. Hasil Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian disajikan untuk mengetahui karakteristik data yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan. Untuk lebih jelasnya, peneliti menjabarkannya dalam tabel berikut ini:

Tabel 12
Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi	<i>Sense of Humor</i>	Optimisme
N	51	51
Mean	120,55	121,43
Standar Deviasi	22,302	20,323
Minimum	52	51
Maximum	148	144

Sumber: Olah data SPSS 23,0 for Windows (2022)

Kategori data *sense of humor* dan optimisme terbagi dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi. Untuk menentukan ketiga kategori data tersebut, peneliti menggunakan rumus (Azwar, 2010) yang diuraikan sebagai berikut:

$$\text{Rendah} = X < (\bar{X} - 1.SD)$$

$$\text{Sedang} = X < (\bar{X} - 1.SD) \leq X (\bar{X} + 1.SD)$$

$$\text{Tinggi} = (\bar{X} + 1.SD) \leq X$$

a. Sense of Humor

$$\text{Rendah} = X < (121 - 1.22)$$

$$= X < 99$$

$$\text{Sedang} = (121 - 1.22) \leq X (121 + 1.22)$$

$$= 99 \leq X 143$$

$$\text{Tinggi} = (121 + 1.22) \leq X$$

$$= 143 \leq X$$

b. Optimisme

$$\text{Rendah} = X < (121 - 1.20)$$

$$= X < 101$$

$$\text{Sedang} = (121 - 1.20) \leq X (121 + 1.20)$$

$$= 101 \leq X 141$$

$$\text{Tinggi} = (125 + 1.20) \leq X$$

$$= 141 \leq X$$

Berdasarkan deskripsi data di atas, maka rentang frekuensi data *sense of humor* yang diperoleh adalah rendah (52–98), sedang (99–142) dan tinggi (143–148). Sedangkan untuk data optimisme diperoleh nilai rendah (51–100), sedang (101–140) dan tinggi (141–144). Untuk lebih jelasnya, peneliti menjabarkannya dalam tabel berikut ini:

Tabel 13
Kategori Data Penelitian

Variabel	Rentang Frekuensi Persentase Data Penelitian			Total
	Rendah (52–98)	Sedang (99–142)	Tinggi (143–148)	
<i>Sense of Humor</i>	6 (11,76%)	38 (74,50%)	7 (13,72%)	51
Optimisme	6 (11,76%)	35 (68,62%)	10 (19,60%)	

Tabel di atas menunjukkan kategori data penelitian pada masing-masing variabel. Kategori tersebut digunakan untuk melihat tingkat *sense of humor* dan optimisme pada subjek penelitian. Pada variabel *sense of humor*, dari 51 subjek terdapat 6 subjek yang berada di kategori rendah dengan presentase 11,76%, 38 subjek dengan persentase 74,50% berada di kategori sedang dan 7 subjek dengan persentase 13,72% berada di kategori tinggi. Sedangkan pada variabel optimisme, dari 51 subjek terdapat 6 subjek dengan persentase 11,76% berada di kategori rendah, 35 subjek dengan persentase 68,62% di kategori sedang dan 10 subjek dengan persentase 119,60% berada dikategori tinggi.

D. Hasil Analisis Data Penelitian

1. Uji Asumsi Syarat

Sebelum melakukan analisis data, peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi syarat terhadap data penelitian. Hasil uji asumsi syarat tersebut dijabarkan sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data yang telah diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Kolmogorov Smirnov Test* melalui media aplikasi komputer program IBM SPSS *Statistic for Windows Version 23*. Data dikatakan normal apabila nilai signifikansi $p > 0,05$, tetapi jika nilai $p < 0,05$, maka data berdistribusi tidak normal (Azwar, 2010). Hasil uji normalitas dilampirkan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 14
Uji Normalitas

Variabel	<i>Kolmogorov Smirnov Test</i>	p	Ket
<i>Sense of Humor</i>	0,124	0,056	Normal
Optimisme	0,236	0,082	Normal

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil uji normalitas variabel *sense of humor* menunjukkan nilai *Kolmogorov Smirnov Test* 0,124 dengan nilai $p 0,056 > 0,05$, yang artinya data berdistribusi normal. Begitu juga dengan hasil uji normalitas variabel optimisme dengan nilai *Kolmogorov Smirnov Test* 0,236 dan nilai $p 0,082 > 0,05$, yang artinya data juga berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk melihat adanya hubungan yang linier antara variabel *sense of humor* dengan optimisme. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear apabila nilai $p < 0,05$, tetapi jika nilai $p > 0,05$ maka hubungan variabel *sense of humor* dengan optimisme tidak linier (Azwar, 2010). Untuk melihat uji linieritas, peneliti menggunakan *Test for Linearity* dengan

bantuan program SPSS 23.0 *for Windows*. Peneliti menjabarkan hasil uji linieritas dalam tabel berikut:

Tabel 15
Uji Linieritas

Variabel	F	p	Ket
<i>Sense of Humor</i>	66,046	0,000	Linear
Optimisme			

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil uji linieritas antara variabel *sense of humor* dan optimisme menunjukkan nilai F yaitu 66,046 dan nilai p $0,00 < 0,05$, yang artinya variabel *sense of humor* dengan optimisme mempunyai hubungan yang linear.

2. Uji Hipotesis

Setelah uji asumsi terpenuhi, maka selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis untuk mengetahui adanya hubungan variabel bebas *sense of humor* dengan variabel terikat optimisme. Dengan demikian, korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi Pearson. Uji korelasi Pearson merupakan teknik korelasi yang digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan kedua variabel apabila kedua data tersebut berdistribusi normal dan linear (Sugiyono, 2015). Peneliti menjabarkan hasil analisis uji regresi dalam tabel berikut:

Tabel 16
Hasil Analisis Uji Korelasi

		Correlations	
		SenseofHumor	Optimisme
SenseofHumor	Pearson Correlation	1	.654**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	51	51
Optimisme	Pearson Correlation	.654**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	51	51

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan uraian tabel di atas, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variabel bebas *sense of humor* dengan variabel terikat optimisme dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Koefisien korelasi antara variabel bebas dengan variabel terikat yaitu sebesar r 0,654, ini artinya korelasi antara *sense of humor* dengan optimisme tergolong dalam kategori kuat. Hal ini berdasarkan pernyataan Sugiyono (2015) yang menyatakan bahwa untuk mengetahui dan memberikan penafsiran terhadap koefisien korelasi yang ditemukan tersebut besar atau kecil, maka dapat berpedoman pada ketentuan sebagai berikut:

Tabel 17
Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Nilai Korelasi	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

E. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis dari uji hipotesis yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan antara *sense of humor* dengan optimisme. Nilai koefisien korelasi untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan kedua variabel tersebut dengan nilai r 0,654 dan nilai signifikan 0,000 atau $p < 0,05$. Berdasarkan uraian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara variabel *sense of humor* dengan variabel optimisme pada personel satuan kerja (satker) Polda Aceh yang menghadapi masa pensiun. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *sense of humor* maka semakin tinggi pula optimisme pada personel satuan kerja (satker) Polda Aceh yang menghadapi masa pensiun.

Terkait hasil kategorisasi data penelitian dari 51 subjek yang diteliti maka diperoleh tingkat *sense of humor* dan optimisme yang berbeda-beda. Hal ini ditentukan berdasarkan hasil kategorisasi penelitian, dimana 7 subjek atau sebesar 13,72% memiliki *sense of humor* yang tinggi, sedangkan 38 subjek atau sebesar 74,50% memiliki *sense of humor* sedang dan 6 subjek atau sebesar 11,76% memiliki *sense of humor* rendah. kemudian untuk kategorisasi penelitian pada variabel optimisme terdapat 10 subjek atau sebesar 19,60% memiliki optimisme yang tinggi, sedangkan 35 subjek atau sebesar 68,62% memiliki optimisme sedang dan 6 subjek atau sebesar 11,76% memiliki optimisme rendah.

Sense of humor merupakan multidimensi yang di dalamnya termasuk kemampuan untuk membuat humor, mengenali humor, mengapresiasi humor, menggunakan humor sebagai mekanisme coping untuk mencapai tujuan sosial.

Sense of humor adalah kemampuan humor seseorang untuk mengubah keadaan menjadi lebih menyenangkan dan dapat memandang kejadian buruk dengan pemikiran positif. *Sense of humor* yang baik bisa membangkitkan penilaian kognitif dari negatif menjadi lebih positif dan seseorang yang memiliki *sense of humor* yang tinggi akan lebih positif dalam melihat kejadian buruk menjadi lebih positif daripada seseorang yang memiliki *sense of humor* yang rendah (Thorson & Powell dalam Mayasari, 2016).

Sikap optimisme erat kaitannya dengan konsep pola pikir positif. Berpikir positif merupakan suatu kesatuan cara berpikir sehat yang menyeluruh sifatnya mengandung gerak maju yang penuh dengan cipta atau unsur – unsur yang nyata dalam kehidupan manusia (Peale, 2016). Hal ini disukung oleh pandangan Thorson dalam Izati & Aulia (2019) yang menunjukkan bahwa subjek penelitian dengan rasa humor yang tinggi akan menunjukkan tingkat optimisme yang tinggi pula. Humor dan optimisme dapat mengurangi efek-efek negatif dari stres dan tingkat humor dan optimisme sering dikaitkan dengan strategi dukungan sosial.

Hasil penelitian ini relevan dengan pernyataan Thorson & Powell dalam Mayasari (2016) menyatakan semakin dekat masa pensiun datang dirasa semakin tidak siap dan semakin cemas karena membayangkan tentang kehidupan setelah masa pensiun itu tiba maka individu cenderung merespon situasi sulit tersebut dengan hal-hal atau pemikiran-pemikiran yang negatif dengan kata lain pesimis. Apabila individu tidak siap dengan situasi tersebut maka hal ini akan berdampak pada kegiatan sehari-hari termasuk pada pekerjaannya. Namun hal tersebut cenderung dapat direspon dengan baik oleh individu yang memiliki *sense of*

humor yang tinggi. Individu yang memiliki sense of humor yang tinggi dapat menunjukkan tingkat optimisme yang tinggi pula.

Kuiper, dkk dalam Sulistiyadi & Mulyani, 2019 juga menyatakan bahwa alasan mengapa *sense of humor* dengan optimisme terdapat hubungan, karena *sense of humor* yang baik bisa membangkitkan penilaian kognitif dari negatif menjadi positif, pada sebuah penelitian menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki *sense of humor* yang tinggi akan lebih positif dalam melihat kejadian buruk menjadi lebih positif daripada seseorang yang memiliki sense of humor yang rendah.

Penelitian lainnya yang mendukung penelitian ini yaitu dari Mayasari (2016) yang menyatakan bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara *sense of humor* dengan optimisme menghadapi masa pensiun. Artinya semakin tinggi *sense of humor* maka semakin tinggi optimisme. Banyak kasus yang terjadi bahwa tidak semua orang mempunyai pandangan yang positif tentang pensiun, hal tersebut terjadi karena ketidaksiapan seseorang menghadapi masa pensiun. *Sense of humor* yang baik dapat membangkitkan penilaian kognitif menjadi lebih positif dan rasa humor yang tinggi dapat menunjukkan tingkat optimisme yang tinggi pula. Artinya *sense of humor* mampu untuk meningkatkan optimisme menghadapi masa pensiun.

Berdasarkan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan positif dan signifikan antara *sense of humor* (x) dengan optimisme (y) pada personel satker Polda Aceh yang akan pensiun. Dengan demikian, artinya hipotesis nihil (H₀) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Karena hasil

korelasi memiliki hubungan dan bernilai positif (+), maka dapat dikatakan bahwa apabila semakin tinggi *sense of humor*, maka semakin tinggi pula optimisme yang dimiliki personel yang akan pensiun di satker Polda Aceh.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan bahwa adanya hubungan antara variabel *sense of humor* dengan variabel optimisme dalam menghadapi masa pensiun pada personel satuan kerja (satker) Polda Aceh. Hasil menunjukkan kedua variabel memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 atau $p < 0,05$. Kemudian nilai koefisien korelasi untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan kedua variabel tersebut mendapatkan nilai sebesar 0,654 yang artinya (r) bernilai positif (+). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *sense of humor* maka semakin tinggi pula optimisme pada personel satuan kerja (satker) Polda Aceh yang menghadapi masa pensiun.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Satker Polda Aceh

Diharapkan dapat menjadi referensi dalam upaya meningkatkan optimisme personel Polda Aceh.

2. Bagi Anggota Satker Polda Aceh

Anggota Satker Polda Aceh diharapkan dapat mengikuti pelatihan maupun seminar untuk persiapan menghadapi masa pensiun, sehingga ketika pensiun

nanti Anggota Satker Polda Aceh dapat lebih siap dan optimis dalam menjalankan sesuatu.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang berminat untuk memperdalam penelitian dengan topik yang sama, maka peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan memperbesar jumlah subjek penelitian, kemudian menambah variabel lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2010). *Sikap manusia: teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Charles, K.K. (2012). Is retirement depressing? labor force inactivity and psychological well being in later life. *Journal of National Bureau of Economic Research*.
- Daraei, M. & Ghaderi, A.R. (2012). Impact of education on optimism or pessimism. *journal of indian academy of applied psychology*, 38(2),339-343. Diunduh dari <http://jiaap.org/4a603105-a5ef-4dba.pdf>.
- Dwijayanti, K. (2012). Hubungan sense of humor dengan konsep diri Pada remaja. *Jurnal Skripsi*. Universitas Brawijaya, Malang.
- Ghufron & Risnawati, R. (2011). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: AR-Ruzz Media.
- Hafdzah (2014). Hubungan sense of humor guru dalam mengajar di kelas dengan motivasi belajar siswa di sma negeri 1 sanggata utara. *Jurnal Psikologi*.2(1)
- Hartanti. (2008). Apakah selera humor menurunkan stress? Sebuah meta-analisis. *Anima. Indonesia Psychological journal*,24(1), 38-55.
- Hatifah, S., & Nirwana., D. (2014). *Pemahaman hadis tentang optimisme*. Studi Insania, 2(2), 115-130.
- Inderawanto, Nugraha. (2011). Hubungan antara efikasi diri dan sense of humor dengan partisipasi kerja karyawan. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Irwan, Marwan. (2013). Rasa humor dalam perspektif agama. *Jurnal Al-Turas*, 19(1).
- Izzati, Hafizah & Aulia, Prima. (2019). Kontribusi sense of humor terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama yang merantau. *Ejournal UNP*.
- Karimah, F. (2011). Hubungan antara rasa humor dengan stres kerja pada wanita bekerja. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah surakarta.
- Komaryatun & Hanna Djumhara B., (2008). Hubungan antara rasa humor dengan kreativitas verbal pada mahasiswa fakultas psikologi ui angkatan 2003. *Gifted Revie Jurnal*, 2, 44-53

- Kleiman, E. M., Chiara, A. M., Liu, R. T., Jager-Hyman, S. G., Choi, J. Y., & Alloy, L. B. (2017). Optimism and well-being: a prospective multi-method and multi-dimensional examination of optimism as a resilience factor following the occurrence of stressful life events. *Jurnal Cognition and Emotion*, 31(2), 269-283.
- Kristiandi. (2009). Hubungan persepsi siswa terhadap sense of humor guru dengan motivasi belajar di kelas 7 internasional sekolah menengah pertama negeri I medan. *Skripsi*. Medan: USU.
- Kour, J., El-Den, J., & Sriratanaviriyakul, N. (2019). The role of positive psychology in improving employees' performance and organizational productivity: an experimental study. *Jurnal Procedia Computer Science*, 161, 226–232.
- Latifah, M. (2008). Karakteristik remaja, pertumbuhan fisik & kesehatan remaja. *Faculty of Human Ecology Departement of Family & Consumer Sciences*. Bogor Agriculture University.
- Lench, H. C. (2011). Understanding optimism as an emotional response to the future: in phyllis r. brandit (ed.), *Psychology of optimism*, 167–174. Nova Science Publishers, Inc.
- Lo, R., & Brown, R. (2009). Stress and adaptation: preparation for successful retirement australian and new zealand. *Journal of mental Health Nursing*, 8, 30-38.
- Martin, R. A. & Lefcourt, H. M. (2013). Sense of humor as a moderator of relation between stressors and moods. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(6), 1313-1324.
- Mayasari, D. W. (2016). Hubungan sense of humor dengan optimisme menghadapi masa pensiun. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Mendatu, A. (2008). *Mengasah sense of humor*. Yogyakarta: Media Pressindo.
- Murray, B., & Fortinberry, A. (2004). Creating optimism: a proven, seven-step program for overcoming depression. new york: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Nabari, T. (2009). *Happy and healthy retire*. Yogyakarta.
- Parman, R. (2013). Penyesuaian diri laki-laki dan perempuan dengan mengendalikan variabel sense of humor. *Jurnal Online Psikologi*.
- Peale, N. V. (2016). *Kiat mempertahankan prinsip hidup dan berpikir positif (the positif principle today, terjemahan joko k)*. Yogyakarta : Penerbit Media Abadi.

- Pradono, G. S. & Purnamasari, S. E. (2010). Hubungan antara penyesuaian diri dengan kecemasan dalam menghadapi pensiun pada pegawai negeri sipil di propinsi daerah istimewa yogyakarta. *Jurnal Ilmiah*.
- Prasetyo, A. R., Kustanti, E. R., & Nurtjahjanti, H. (2014). Gambaran optimisme pahlawan devisa negara (calon tenaga kerja wanita di blklN jawa tengah). *2(14)*, 261-269.
- Prasojo, Lantip Diat dan Sudiyono. (2011). *Supervisi pendidikan*. Yogyakarta: Gava Media
- Puspitacandri & Ardiana. (2013) Pengaruh kreativitas verbal terhadap sense of humor siswa akselerasi. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, *8(3)*, 681-690.
- Risnawati, R., Ghufro, M.N. (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Safarina, N. A. (2016). The relationship between pride and optimism with subjective well-being in psychology magister students of university of medan area. *Jurnal Analitika*, *8(2)*, 99-107.
- Scheier, M. F., Carver, C. S. (2010). Optimism, coping and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, *4(3)*, 219-247.
- Seligman, (2006). *Learned optimism: how to change your mind and your life*. New York: Vintage Books.
- Seligman, M. E. P. (2008). *Menginstal optimisme*. Bandung: Multi Trust Creative.
- Sulistiyadi, T. N., & Mulyadi, Indah. (2019). Persepsi sense of humor dosen dan motivasi belajar pada mahasiswa fakultas psikologi universitas x. *E-Journal Gunadarma*.
- Sugiyono, P. D. (2015). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan Kuantitatif*.
- Sutrisno, (2013). Hubungan antara persepsi terhadap sense of humor guru dengan motivasi belajar. *Skripsi Sarjana Psikologi*. Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Thorson, J.A. & Powell, F.C. (1997). Psychological health and sense of humor. *Journal of Clinical Psychology*, *53(6)*
- Thorson, J., Powell, F., Sarmany-Schuller, I., & Hamps, W. (2007). Psychological health and sense of humor. *Journal of Clinical Psychology*, *53*, 605-619.
- Waskito, A.M. (2013). *The power of optimism*. Jakarta: Pustaka Al Kautsar.

LAMPIRAN

1. SKALA PENELITIAN

PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

Saya MHD. AL-AMIN mahasiswa Fakultas Psikologi UNMUHA. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk menyelesaikan tugas akhir (skripsi). Maka dari itu saya meminta kesediaan bapak/ibu untuk memberikan tanggapan pada setiap pernyataan di bawah ini.

Masing-masing pernyataan disediakan 4 alternatif pilihan jawaban, yaitu:

4 = Sangat Setuju

2 = Tidak Setuju

3 = Setuju

1 = Sangat Tidak Setuju

Tidak ada jawaban benar atau salah, berikan tanggapan yang paling sesuai dengan diri anda. Semua data yang diberikan akan dijaga kerahasiannya dan hanya akan digunakan untuk penelitian.

Terimakasih.

DATA DIRI RESPONDEN

NAMA :

JENIS KELAMIN :

PANGKAT/GOLONGAN :

SATUAN KERJA :

1. SKALA *SENSE OF HUMOR*

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya dapat membuat lelucon agar orang lain tertawa				
2	Saya tidak tertarik mendengar lelucon				
3	Saya senang menceritakan kejadian lucu untuk menghibur orang lain				
4	Saya tidak suka diperhatikan orang lain				
5	Dengan lelucon, saya dapat memberikan semangat kepada teman-teman				
6	Lelucon yang saya berikan dapat menyinggung perasaan orang lain				
7	Saya suka mencari perhatian dengan bertingkah laku konyol				
8	Saya semangat bekerja bukan karena adanya lelucon				
9	Saya senang jika ada yang membuat lelucon				
10	Saya tidak mudah tertawa ketika mendengar lelucon				
11	Saya menghargai usaha orang lain dalam menciptakan humor				
12	Menurut saya, humor tidak dapat meringankan beban hidup				
13	Saya berusaha tertawa jika ada yang bercerita kejadian yang lucu				
14	Saya bosan mendengar lelucon				
15	Humor dapat membantu saya meringankan beban hidup				
16	Saya menghindari orang yang membuat humor				
17	Saya senang memiliki teman yang suka humor				
18	Saya sering terpaksa memberikan respon positif kepada orang yang suka humor				
19	Ketika ada yang membuat lelucon suasana kantor semakin heboh				
20	Saya ingin berteman dengan orang yang suka humor				

21	Saya merasa gembira berada diantara orang-orang yang suka humor				
22	Mendengarkan lelucon adalah hal yang membosankan				
23	Lelucon dapat membuat saya bersemangat dalam bekerja				
24	Saya tidak nyaman ketika orang membuat lelucon				
25	Saya menjalani kehidupan ini dengan melakukan hal-hal yang menyenangkan				
26	Terkadang saya sangat terbebani menjalani kehidupan ini				
27	Saya tidak pernah terbebani dengan kehidupan ini				
28	Masalah hidup adalah hal yang sangat rumit				
29	Masalah hidup adalah hal yang menyenangkan yang harus dilewati				
30	Saya akan kecewa jika hal yang tidak saya inginkan terjadi				
31	Saya sangat ceria dalam kondisi apapun				
32	Saya orang yang sangat serius dan tidak suka lelucon				
33	Saya sering menggunakan humor untuk mengatasi stress				
34	Saya tidak bisa bekerja dengan teman yang sering membuat lelucon				
35	Saya senang dengan komentar-komentar kocak dan lucu dari teman				
36	Lelucon hanya membuat saya semakin stres				
37	Saya sering menyelesaikan tugas dengan saling membuat lelucon dengan teman				
38	Saya sangat marah jika jadi bahan tertawaan teman				
39	Saya tidak keberatan menjadi bahan lelucon untuk saling menghibur				
40	Saya tidak suka dikomentari apalagi ditertawakan				
41	Ketika suasana sedang kaku, saya suka becanda untuk mencairkan suasana				
42	Lelucon hanya akan menyinggung perasaan orang lain				
43	Dengan adanya lelucon, hubungan				

	pertemanan akan menjadi lebih akrab				
44	Dengan adanya sebuah lelucon, pekerjaan akan terbengkalai				
45	Suasana kantor akan lebih hangat jika ada yang membuat lelucon				
46	Canda dan tawa bukanlah cara untuk mencairkan suasana				
47	Dengan adanya lelucon, pekerjaan akan terasa ringan				
48	Lelucon hanya menjadikan suasana ribut				

2. SKALA OPTIMISME

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Sebelum pensiun saya tidak sulit bertemu dengan orang-orang penting				
2	Apabila ada masalah saya tidak tahu apa yang harus saya perbuat				
3	Saya merasa sudah tua dan tidak lagi mampu bersaing lagi dengan orang yang lebih muda				
4	Setelah memasuki masa pensiun saya sulit bertemu dengan orang-orang penting				
5	Walau saya sudah pensiun, semangat untuk menjalani hidup tidak pernah luntur				
6	Pensiun menghilangkan semua impian saya				
7	Saya tidak akan pernah bermalas-malasan walau sudah pensiun				
8	Pensiun sama dengan akhir dari kehidupan saya				
9	Setelah pensiun, saya harus mencari kesibukan dan pekerjaan sampingan agar tidak stres jalani kehidupan				
10	Memasuki usia lanjut menyebabkan diri saya menjadi malas-malasan				
11	Saya sangat bangga dengan prestasi dan pencapaian yang telah saya raih selama bekerja				
12	Saya tidak pernah memutuskan suatu masalah dengan berdasarkan bukti yang ada				
13	Saya memanfaatkan waktu pensiun untuk melakukan berbagai kegiatan yang bermanfaat				
14	Saya belum merasa puas dengan prestasi dan pencapaian yang selama ini telah saya raih				
15	Dalam memutuskan suatu perkara atau masalah saya berdasarkan bukti dan fakta yang ada				
16	Saya masih belum merasa cukup bangga terhadap diri saya atas hasil kerja dan pengabdian terhadap institusi tempat saya bekerja				
17	Saya bangga terhadap diri saya atas hasil kerja dan pengabdian terhadap institusi tempat saya bekerja				

18	Saya tidak tahu harus bagaimana memanfaatkan waktu pensiun untuk melakukan kegiatan				
19	Saya yakin setelah pensiun nanti saya akan menambah ilmu pengetahuan lebih banyak lagi				
20	Setelah pensiun saya bingung harus memulai kehidupan seperti apa				
21	Dengan pensiun saya dapat lebih baik lagi bergaul di lingkungan sosial dan masyarakat				
22	Saya merasa setelah pensiun tidak membutuhkan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi				
23	Saya masih yakin bahwa keahlian yang saya miliki tidak berkurang sedikitpun meskipun saya telah memasuki usia lanjut				
24	Dengan pensiun membuat saya malu untuk bergaul di lingkungan sosial dan masyarakat				
25	Saya ingin lebih sukses daripada ketika saya masih bekerja				
26	Saya merasa tidak memiliki teman setelah pensiun				
27	Saya ingin tetap mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi meskipun telah pensiun				
28	Saya tidak yakin bisa lebih sukses setelah masa pensiun				
29	Saya yakin setelah pensiun teman-teman saya akan bertambah lebih banyak dibandingkan saat bekerja				
30	Saya merasa keahlian yang saya miliki telah berkurang setelah memasuki masa usia lanjut				
31	Saya sangat menikmati hari-hari saya setelah pensiun				
32	Setelah pensiun saya tidak pernah menikmati hidup saya lagi				
33	Saya selalu optimis menjalani suatu hal yang baru setelah pensiun				
34	Saya merasa pensiun adalah suatu masa dengan kesulitan dan berbagai masalah				
35	Saya yakin kehidupan saya akan lebih bahagia meskipun telah pensiun				
36	Saya tidak terlalu khawatir dalam menjaga kesehatan saya				

37	Saya selalu berusaha untuk tetap menjaga kesehatan saya walaupun sudah tua				
38	Saya tidak yakin kehidupan saya akan lebih bahagia lagi setelah pensiun				
39	Setelah pensiun, saya lebih banyak waktu untuk berolahraga				
40	Saya sering merasa pusing setelah pensiun				

3. RELIABILITAS SKALA *SENSE OF HUMOR* SEBELUM AITEM YANG TIDAK BAGUS DIBUANG

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.933	48

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	147.6471	575.593	.164	.933
VAR00002	147.9216	574.834	.122	.934
VAR00003	147.6078	573.883	.265	.933
VAR00004	148.3137	563.620	.312	.933
VAR00005	147.6471	568.793	.375	.932
VAR00006	147.6863	574.300	.190	.933
VAR00007	149.2745	582.443	-.028	.936
VAR00008	149.3137	584.300	-.060	.936
VAR00009	147.8431	559.215	.543	.931
VAR00010	148.1765	557.708	.480	.932
VAR00011	147.8627	550.121	.715	.930
VAR00012	148.2353	561.104	.363	.933
VAR00013	148.6078	569.083	.206	.934
VAR00014	147.9020	551.090	.666	.930
VAR00015	148.0000	558.200	.486	.931
VAR00016	148.0392	546.398	.682	.930
VAR00017	147.8039	549.721	.702	.930
VAR00018	148.1765	555.228	.469	.932
VAR00019	147.8824	560.906	.455	.932
VAR00020	149.3922	589.123	-.157	.936
VAR00021	147.7451	558.354	.543	.931
VAR00022	147.8431	561.775	.432	.932
VAR00023	148.3333	553.987	.540	.931
VAR00024	147.7451	559.914	.551	.931
VAR00025	147.7647	551.704	.744	.930
VAR00026	147.8235	559.588	.492	.931

VAR00027	148.1961	555.441	.427	.932
VAR00028	147.8627	556.201	.588	.931
VAR00029	147.9020	547.650	.647	.930
VAR00030	148.6078	563.603	.285	.933
VAR00031	148.1961	557.041	.454	.932
VAR00032	147.9412	560.176	.404	.932
VAR00033	147.9412	552.896	.579	.931
VAR00034	147.9020	554.330	.580	.931
VAR00035	147.8431	548.295	.774	.930
VAR00036	147.7647	556.744	.582	.931
VAR00037	148.3922	556.403	.435	.932
VAR00038	148.3333	566.707	.259	.933
VAR00039	148.5294	551.294	.546	.931
VAR00040	148.1176	551.386	.556	.931
VAR00041	147.9608	548.038	.672	.930
VAR00042	147.9412	558.736	.458	.932
VAR00043	147.8235	549.588	.706	.930
VAR00044	147.8039	557.921	.542	.931
VAR00045	147.8235	550.348	.674	.930
VAR00046	147.8431	551.655	.694	.930
VAR00047	147.9804	543.580	.741	.929
VAR00048	147.8431	548.615	.714	.930

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.948	38

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00004	120.5490	497.373	.271	.950
VAR00005	119.8824	499.706	.389	.948
VAR00009	120.0784	490.954	.549	.947
VAR00010	120.4118	489.927	.476	.948

VAR00011	120.0980	481.570	.743	.946
VAR00012	120.4706	492.894	.363	.949
VAR00014	120.1373	483.681	.663	.946
VAR00015	120.2353	489.704	.498	.948
VAR00016	120.2745	478.123	.704	.946
VAR00017	120.0392	480.638	.742	.946
VAR00018	120.4118	488.607	.445	.948
VAR00019	120.1176	492.826	.453	.948
VAR00021	119.9804	489.860	.556	.947
VAR00022	120.0784	493.514	.434	.948
VAR00023	120.5686	486.250	.540	.947
VAR00024	119.9804	490.900	.577	.947
VAR00025	120.0000	483.000	.775	.946
VAR00026	120.0588	491.496	.492	.948
VAR00027	120.4314	486.650	.445	.948
VAR00028	120.0980	487.810	.602	.947
VAR00029	120.1373	480.041	.654	.946
VAR00031	120.4314	490.010	.435	.948
VAR00032	120.1765	492.268	.399	.948
VAR00033	120.1765	484.708	.591	.947
VAR00034	120.1373	486.761	.576	.947
VAR00035	120.0784	480.434	.788	.946
VAR00036	120.0000	488.120	.602	.947
VAR00037	120.6275	488.358	.437	.948
VAR00039	120.7647	484.264	.536	.947
VAR00040	120.3529	485.833	.515	.947
VAR00041	120.1961	480.561	.675	.946
VAR00042	120.1765	490.868	.454	.948
VAR00043	120.0588	481.776	.716	.946
VAR00044	120.0392	489.758	.547	.947
VAR00045	120.0588	482.856	.674	.946
VAR00046	120.0784	484.514	.683	.946
VAR00047	120.2157	476.293	.746	.946
VAR00048	120.0784	480.474	.733	.946

4. RELIABILITAS SKALA *SENSE OF HUMOR* SESUDAH AITEM YANG TIDAK BAGUS DIBUANG

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.950	37

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00005	116.9804	484.220	.394	.949
VAR00009	117.1765	475.868	.546	.948
VAR00010	117.5098	474.775	.476	.949
VAR00011	117.1961	466.241	.750	.947
VAR00012	117.5686	477.290	.371	.950
VAR00014	117.2353	469.104	.651	.948
VAR00015	117.3333	474.307	.503	.949
VAR00016	117.3725	463.158	.704	.947
VAR00017	117.1373	465.121	.754	.947
VAR00018	117.5098	474.255	.429	.949
VAR00019	117.2157	477.333	.460	.949
VAR00021	117.0784	474.354	.565	.948
VAR00022	117.1765	478.948	.417	.949
VAR00023	117.6667	471.227	.538	.948
VAR00024	117.0784	475.874	.572	.948
VAR00025	117.0980	467.850	.778	.947
VAR00026	117.1569	476.695	.482	.949
VAR00027	117.5294	471.454	.446	.949
VAR00028	117.1961	472.921	.595	.948
VAR00029	117.2353	464.584	.663	.947
VAR00031	117.5294	474.454	.443	.949
VAR00032	117.2745	477.443	.391	.950
VAR00033	117.2745	469.443	.595	.948
VAR00034	117.2353	472.104	.565	.948
VAR00035	117.1765	465.188	.794	.947
VAR00036	117.0980	473.010	.601	.948

VAR00037	117.7255	473.203	.437	.949
VAR00039	117.8627	469.001	.539	.948
VAR00040	117.4510	471.333	.502	.949
VAR00041	117.2941	465.532	.675	.947
VAR00042	117.2745	475.043	.468	.949
VAR00043	117.1569	466.655	.718	.947
VAR00044	117.1373	474.801	.542	.948
VAR00045	117.1569	467.815	.674	.947
VAR00046	117.1765	469.348	.685	.947
VAR00047	117.3137	460.900	.755	.947
VAR00048	117.1765	465.068	.742	.947

5. RELIABILITAS SKALA OPTIMISME SEBELUM AITEM YANG TIDAK BAGUS DIBUANG

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.940	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	133.3922	435.923	.444	.940
VAR00002	133.0196	445.300	.395	.940
VAR00003	134.4510	453.413	.049	.944
VAR00004	133.1569	446.055	.275	.941
VAR00005	133.0196	434.740	.651	.938
VAR00006	133.0784	430.154	.740	.937
VAR00007	133.3333	431.867	.478	.939
VAR00008	132.9804	438.820	.552	.939
VAR00009	133.3333	438.267	.387	.940
VAR00010	132.9804	442.700	.466	.939
VAR00011	133.1765	431.108	.618	.938
VAR00012	133.7843	440.533	.294	.941
VAR00013	133.0196	429.860	.773	.937
VAR00014	133.7255	433.163	.436	.940
VAR00015	133.0588	434.376	.680	.938
VAR00016	133.4902	430.255	.538	.939
VAR00017	133.0980	430.530	.692	.938
VAR00018	133.1765	430.228	.685	.938
VAR00019	133.2353	427.544	.682	.937
VAR00020	133.2353	429.344	.593	.938
VAR00021	133.1961	429.761	.653	.938
VAR00022	133.0392	431.838	.714	.938
VAR00023	133.1961	426.121	.663	.938
VAR00024	133.1373	436.241	.514	.939
VAR00025	133.0000	427.200	.830	.937
VAR00026	133.0000	434.640	.677	.938

VAR00027	133.1569	430.295	.652	.938
VAR00028	133.0980	430.370	.664	.938
VAR00029	133.2745	428.443	.639	.938
VAR00030	133.3137	433.940	.488	.939
VAR00031	133.0392	435.958	.633	.938
VAR00032	133.0000	441.440	.455	.939
VAR00033	133.0784	435.354	.578	.938
VAR00034	133.0392	437.238	.490	.939
VAR00035	133.0392	434.118	.597	.938
VAR00036	133.8235	446.068	.188	.942
VAR00037	132.8039	448.841	.392	.940
VAR00038	133.1373	437.081	.443	.940
VAR00039	132.8235	448.948	.379	.940
VAR00040	132.7647	451.104	.335	.940

6. RELIABILITAS SKALA OPTIMISME SESUDAH AITEM YANG TIDAK BAGUS DIBUANG

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.949	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	122.1765	392.908	.440	.948
VAR00002	121.8039	401.321	.407	.948
VAR00005	121.8039	390.721	.680	.946
VAR00006	121.8627	387.321	.739	.946
VAR00007	122.1176	389.426	.467	.948
VAR00008	121.7647	395.664	.547	.947
VAR00009	122.1176	395.306	.380	.949
VAR00010	121.7647	399.144	.468	.948
VAR00011	121.9608	387.598	.634	.947
VAR00013	121.8039	386.601	.786	.946
VAR00014	122.5098	390.335	.431	.949
VAR00015	121.8431	390.415	.708	.946
VAR00016	122.2745	387.763	.529	.948
VAR00017	121.8824	387.266	.702	.946
VAR00018	121.9608	387.518	.680	.946
VAR00019	122.0196	384.420	.692	.946
VAR00020	122.0196	387.420	.571	.947
VAR00021	121.9804	386.220	.671	.946
VAR00022	121.8235	388.868	.715	.946
VAR00023	121.9804	383.540	.661	.946
VAR00024	121.9216	392.674	.524	.947
VAR00025	121.7843	384.373	.833	.945
VAR00026	121.7843	392.133	.658	.947
VAR00027	121.9412	386.336	.680	.946
VAR00028	121.8824	387.626	.660	.946
VAR00029	122.0588	385.896	.633	.947

VAR00030	122.0980	391.170	.480	.948
VAR00031	121.8235	391.708	.668	.947
VAR00032	121.7843	397.573	.468	.948
VAR00033	121.8627	391.601	.596	.947
VAR00034	121.8235	393.948	.491	.948
VAR00035	121.8235	390.228	.621	.947
VAR00037	121.5882	404.687	.409	.948
VAR00038	121.9216	394.874	.418	.948
VAR00039	121.6078	405.203	.376	.948
VAR00040	121.5490	407.613	.313	.949

7. DESKRIPTIF FREKUENSI

Statistics

		SenseofHum	Optimisme
		or	
N	Valid	51	51
	Missing	0	0
	Mean	120.55	121.43
	Median	127.00	132.00
	Mode	136	144
	Std. Deviation	22.302	20.323
	Minimum	52	51
	Maximum	148	144
	Sum	6148	6397

SenseofHumor

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	52	1	2.0	2.0	2.0
	54	1	2.0	2.0	3.9
	67	1	2.0	2.0	5.9
	91	1	2.0	2.0	7.8
	92	2	3.9	3.9	11.8
	100	1	2.0	2.0	13.7
	104	1	2.0	2.0	15.7
	106	2	3.9	3.9	19.6
	107	1	2.0	2.0	21.6
	108	2	3.9	3.9	25.5
	110	1	2.0	2.0	27.5
	113	2	3.9	3.9	31.4
	114	1	2.0	2.0	33.3
	115	2	3.9	3.9	37.3
	117	1	2.0	2.0	39.2
	118	3	5.9	5.9	45.1
	120	1	2.0	2.0	47.1

121	1	2.0	2.0	49.0
127	1	2.0	2.0	51.0
128	3	5.9	5.9	56.9
129	1	2.0	2.0	58.8
130	1	2.0	2.0	60.8
133	1	2.0	2.0	62.7
134	1	2.0	2.0	64.7
135	3	5.9	5.9	70.6
136	4	7.8	7.8	78.4
139	1	2.0	2.0	80.4
140	1	2.0	2.0	82.4
142	2	3.9	3.9	86.3
143	2	3.9	3.9	90.2
145	2	3.9	3.9	94.1
148	3	5.9	5.9	100.0
Total	51	100.0	100.0	

Optimisme

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 51	1	2.0	2.0	2.0
66	1	2.0	2.0	3.9
87	1	2.0	2.0	5.9
90	1	2.0	2.0	7.8
95	1	2.0	2.0	9.8
100	1	2.0	2.0	11.8
101	1	2.0	2.0	13.7
102	1	2.0	2.0	15.7
103	1	2.0	2.0	17.6
111	1	2.0	2.0	19.6
112	1	2.0	2.0	21.6
118	1	2.0	2.0	23.5
119	1	2.0	2.0	25.5
123	2	3.9	3.9	29.4

126	1	2.0	2.0	31.4
127	1	2.0	2.0	33.3
129	4	7.8	7.8	41.2
131	3	5.9	5.9	47.1
132	3	5.9	5.9	52.9
133	2	3.9	3.9	56.9
134	2	3.9	3.9	60.8
135	4	7.8	7.8	68.6
138	3	5.9	5.9	74.5
139	1	2.0	2.0	76.5
140	2	3.9	3.9	80.4
141	3	5.9	5.9	86.3
144	7	13.7	13.7	100.0
Total	51	100.0	100.0	

10. UJI NORMALITAS

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
SenseofHumor	51	120.55	22.302	52	148
Optimisme	51	121.43	20.323	51	144

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		SenseofHumor	Optimisme
N		51	51
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	120.55	121.43
	Std. Deviation	22.302	20.323
	Most Extreme Differences		
	Absolute	.124	.236
	Positive	.109	.180
	Negative	-.124	-.236
Test Statistic		.124	.236
Asymp. Sig. (2-tailed)		.056 ^c	.082 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

11. UJI LINIERITAS

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Optimisme * SenseofHumor	51	100.0%	0	0.0%	51	100.0%

Report

Optimisme

SenseofHumor	Mean	N	Std. Deviation
52	51.00	1	.
54	131.00	1	.
67	66.00	1	.
91	90.00	1	.
92	107.00	2	28.284
100	95.00	1	.
104	131.00	1	.
106	137.00	2	4.243
107	100.00	1	.
108	139.50	2	6.364
110	126.00	1	.
113	129.00	2	14.142
114	141.00	1	.
115	126.00	2	4.243
117	118.00	1	.
118	115.67	3	17.474
120	103.00	1	.
121	129.00	1	.
127	140.00	1	.
128	120.67	3	16.197
129	133.00	1	.
130	138.00	1	.

133	134.00	1	.
134	112.00	1	.
135	131.33	3	7.638
136	135.75	4	3.775
139	132.00	1	.
140	132.00	1	.
142	144.00	2	.000
143	142.50	2	2.121
145	141.00	2	4.243
148	139.00	3	8.660
Total	121.43	51	20.323

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
Optimisme * SenseofHumor	Between Groups (Combined)	18106.760	31	584.089	4.363	.001
	Linearity	8842.342	1	8842.342	66.046	.000
	Deviation from Linearity	9264.418	30	308.814	2.307	.030
	Within Groups	2543.750	19	133.882		
Total	20650.510	50				

12. UJI KORELASI

Descriptive Statistics


	Mean	Std. Deviation	N
SenseofHumor	120.55	22.302	51
Optimisme	121.43	20.323	51

Correlations

		SenseofHum or	Optimisme
SenseofHumo r	Pearson Correlation	1	.654**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	51	51
Optimisme	Pearson Correlation	.654**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	51	51

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

13. SK PEMBIMBING



SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
NOMOR: 113/UM.M6/KEP/F/2022

TENTANG
PENUNJUKAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI TAHUN AKADEMIK 2021-2022
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH

DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI

Menimbang : 1. Bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi mahasiswa pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, maka dipandang perlu menunjuk pembimbing skripsi mahasiswa tahun akademik 2021-2022;
 2. Bahwa namanya yang tercantum dalam surat keputusan ini dianggap cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan pembimbing skripsi.

Mengingat : 1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, Tentang Pendidikan Tinggi;
 2. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2012 Tentang Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia;
 3. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015, Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi;
 4. Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021 Menyatakan Bahwa Program Studi Sarjana Psikologi Unmuha Terakreditasi Dengan Peringkat B;
 5. Surat Keputusan Rektor Unmuha Nomor : 494/UM.M/KEP/D/20202 Tanggal 29 Rabiul Akhir 1442 H/ 14 Desember 2020 M Tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Psikologi Unmuha Masa Jabatan 2020-2024.

Memperhatikan Keputusan tim penguji proposal skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh pada bulan Desember 2021

MEMUTUSKAN


Menetapkan :
 Pertama **Menunjuk Saudara;**
Winda Putri Diah Restya, S.Psi., MA
Nur Hasmalawati, M.Si
 Untuk Membimbing Skripsi:
 Nama : MHD Al – Amin
 NPM : 1809110030
 Prodi : Psikologi
 Judul : Hubungan *Sense Of Humor* dengan Optimisme Menghadapi Masa Pensiun pada Personel Satuan Kerja (SATKER) Polda Aceh

Kedua : Kepada pembimbing yang tercantum di atas berwenang untuk membimbing SKRIPSI mahasiswa dan diberi honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku;

Ketiga : Surat Keputusan pembimbing ini berlaku hanya satu tahun, terhitung sejak tanggal ditetapkan.

Keempat : Segala sesuatu akan diperbaiki dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh
 Pada Tanggal : 29 Jumadil Ula 1443 H
 03 Januari 2022 M


Nur Hasmalawati, M.Si
 NIK: 19700103 200609 1 001

Tembusan:
 1. Biro Keuangan & Bendahara
 2. Mahasiswa yang bersangkutan

14. SURAT PERMOHONAN IZIN PENELITIAN



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
FAKULTAS PSIKOLOGI

Status Akreditasi "B" No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021
 Jl. Muhammadiyah No. 91 Batoh, Lueng Bata
 Telp. (0651) 28412, Fax. (0651) 21024, Banda Aceh - 23245
 Email : psikologi.unmuha@yahoo.co.id | Homepage : www.psikologi.unmuha.ac.id

Nomor : 257/UM.Ma/F/2022
 Lampiran : -
 Hal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth,
 Biro SDM Polda Aceh
 Di -
 Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Berdasarkan surat permohonan tanggal 15 Juli 2022, atas nama :

Nama : MHD. AL- Amin
 NPM : 1809110030
 Semester : VIII (delapan)
 Judul Skripsi : Hubungan *Sense Of Humor* dengan *Optimisme* Menghadapi Masa Pensiun pada Personel Satuan Kerja (SATKER) Polda Aceh

Dengan ini kami sampaikan bahwa yang bersangkutan benar sedang dalam proses penyusunan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Untuk itu, melalui surat ini kami mohon agar diberikan kesempatan kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk memperoleh data dari Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat permohonan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Banda Aceh, 19 Dzulhijjah 1443 H
18 Juli 2022 M



Dekan,

[Signature]
 Bismawi, M.Si

NIK: 19700103 200609 1 001

15. SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN



KEPOLISIAN NEGARA REPUBLIK INDONESIA
DAERAH ACEH
BIRO SUMBER DAYA MANUSIA
Jalan T. Nyak Arief Jeulingke Banda Aceh 23114

Banda Aceh, 29 Juli 2022

Nomor : *B/ 49 VIII*/LIT.4.1./2022/Ro SDM
Klasifikasi: BIASA
Lampiran : -
Perihal : Surat Balasan Penelitian MHD. AL-Amin
NPM 1809110030 di Lingkungan Biro SDM
Polda Aceh.

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Psikologi UNMUHA
di
Tempat

- Rujukan Surat Dekan Fakultas Psikologi Nomor: 257/UM.Me/F/2022 tanggal 18 Juli 2022 tentang Permohonan Izin Penelitian.
- Sehubungan dengan rujukan tersebut di atas, bersama ini disampaikan dengan hormat kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, telah kami setuju untuk melaksanakan penelitian di lingkungan Satker Biro SDM Polda Aceh sebagai syarat untuk penyusunan skripsi dengan judul: *Hubungan Sense Of Humor dengan Optimisme Menghadapi Masa Pensiun pada Personel Satuan Kerja (Satker) Polda Aceh.*
- Demikian surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih.

KEPOLISIAN NEGARA REPUBLIK INDONESIA
DAERAH ACEH
BIRO SUMBER DAYA MANUSIA POLDA ACEH



FRANKY SUDIYANTO, S.I.K.
KORWASPOLDA BESAR POLISI NRP 72040514

16. BIODATA

A. PENULIS

Nama : MHD. Al Amin
Tempat dan Tanggal Lahir : Trt Megara Lw Pasaran, 04 April 1994
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Agama : Islam
Pekerjaan : POLRI
Kebangsaan/Suku : Aceh
Alamat : Jl. Mayjen T Hamzah Bendahara Kuta
Alam Banda Aceh

B. ORANG TUA/WALI

Nama Ayah : Umar Dani
Pekerjaan : Petani
Nama Ibu : Nurhajati
Pekerjaan : PNS
Alamat : Trt Megara Lw Pasaran Kec. Lawe
Sumur Kab. Aceh Tenggara

C. RIWAYAT PENDIDIKAN

SDN Terutung Megara : 2001 - 2006
MTsN Kutacane : 2006 - 2009
SMAN 1 Kutacane : 2009 - 2012

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenar-benarnya, agar dapat dipergunakan seperlunya.

Banda Aceh, 18 Agustus 2022



MHD. AL-AMIN
1809110030