

HUBUNGAN MINDSET STRES DAN GAYA HUMOR

PADA MAHASISWA

Fakultas Psikologi
Universitas Sanata Dharma

Benedictus Putut Yogatama Rumakso

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *mindset* stres dan gaya humor pada mahasiswa. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *mindset* stres dengan gaya humor pada mahasiswa. Partisipan dalam penelitian ini adalah 312 mahasiswa dari seluruh Universitas di Indonesia. Alat pengumpul data menggunakan skala *Stress Mindset Measurement* (SMM) versi terbuka untuk mengukur variabel *mindset* stres dan *Humor Styles Questionnaire* (HSQ) untuk mengukur variabel gaya humor. SMM versi terbuka memiliki 8 item dengan reliabilitas sebesar $\alpha = 0,715$. Sedangkan HSQ dengan 23 item memiliki reliabilitas sebesar $\alpha = 0,811$ untuk humor adaptif dan $\alpha = 0,742$ untuk humor maladaptif. Teknik analisis yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Pearson's Product-Moment*. Uji hipotesis pada penelitian ini tidak dapat dilakukan karena kedua uji asumsi tidak terpenuhi sebagai prasyarat melakukan uji korelasi. Hal ini dapat disebabkan oleh *outliers*, bias pada alat ukur dan partisipan, serta kondisi dan situasi partisipan ketika pengambilan data.

Kata kunci: *mindset* stres, gaya humor, mahasiswa.

**THE RELATION OF STRESS MINDSET AND HUMOR STYLES
AMONG UNDERGRADUATE STUDENTS**

Faculty of Psychology
Sanata Dharma University

Benedictus Putut Yogatama Rumakso

ABSTRACT

This research aims to determine the relation between stress mindset and humor style among undergraduate students in Indonesia. The hypothesis of this research is that there is a relation between the stress mindset and humor style of the undergraduate students. The participants in this study are 312 students from all universities in Indonesia. The data collection tools used in this research are Stress Mindset Measurement (SMM), an open version to measure the variable stress mindset and Humor Styles Questionnaire (HSQ) to measure the humor style variable. The open version of the SMM has 8 items with a reliability of $\alpha = 0.715$. Meanwhile HSQ has 23 items with a reliability of $\alpha = 0.811$ for adaptive humor and $\alpha = 0.742$ for maladaptive humor. The analysis technique used in this study is Pearson's Product-Moment correlation technique. Hypothesis testing in this research cannot be done because the two assumption tests are not fulfilled as a prerequisite for conducting the correlation test. This can be caused by outliers, bias in measuring tools and participants, as well as participants' situation and condition when collecting the data.

Keywords: stress mindset, humor style, undergraduate students.