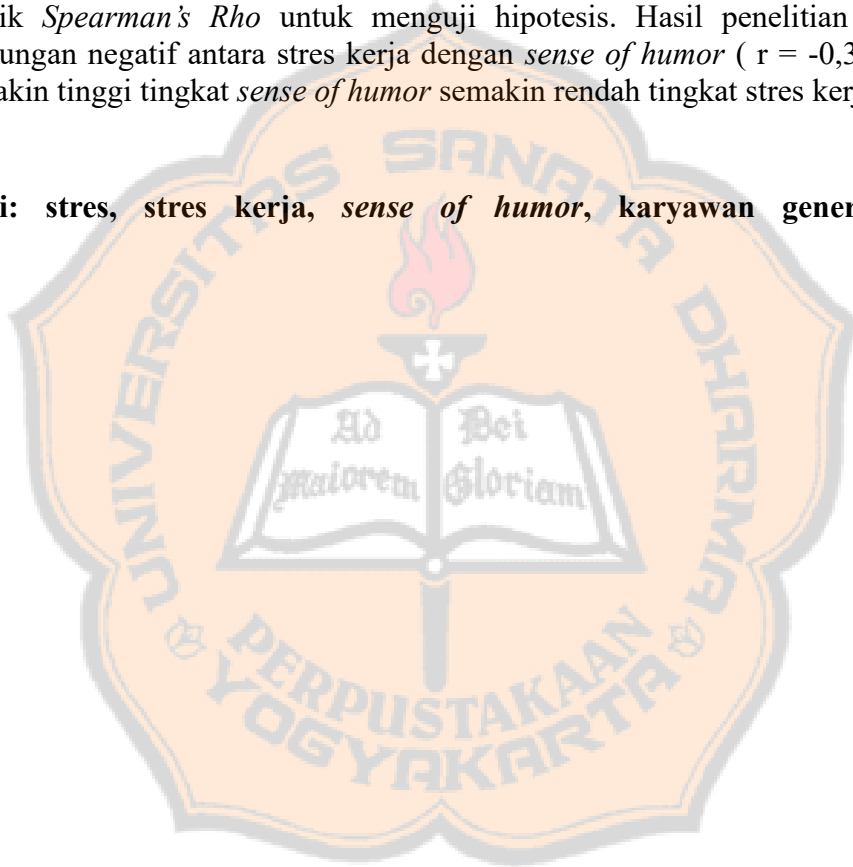


ABSTRAK

Satrya, Bastiano. J. 2025. Hubungan Antara Stres Kerja dengan *Sense of Humor* Pada Karyawan Generasi Milenial. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres kerja dengan *sense of humor* pada karyawan generasi milenial. Partisipan dalam penelitian ini adalah 132 karyawan yang tersebar di beberapa daerah di Indonesia yang merupakan generasi milenial. Hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan negatif antara stres kerja dengan *sense of humor*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan Skala Stres Kerja (15 aitem, $\alpha = 0,907$) yang disusun sendiri oleh peneliti dan skala *Sense of Humor* (24 aitem, $\alpha = 0,735$) milik Thorson dan Powell (1993) yang telah diterjemahkan dan dimodifikasi oleh Satria (2019). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis nonparametrik *Spearman's Rho* untuk menguji hipotesis. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara stres kerja dengan *sense of humor* ($r = -0,343$; $p < 0,05$). Artinya semakin tinggi tingkat *sense of humor* semakin rendah tingkat stres kerja.

Kata kunci: stres, stres kerja, *sense of humor*, karyawan generasi milenial.



ABSTRACT

Satrya, Bastiano. J. 2025. The Relationship Between Work Stress and Sense of Humor. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Psychology Faculty, Sanata Dharma University.

This study aims to examine the relationship between job stress and sense of humor among millennial employees. The participants in this research consisted of 132 employees from various regions in Indonesia who belong to the millennial generation. The proposed hypothesis was that there is a negative relationship between job stress and sense of humor. This research employed a quantitative method. Data were collected using the Job Stress Scale ($\alpha = 0.907$), which was developed by the researcher; and the Sense of Humor Scale ($\alpha = 0.735$) developed by Thorson and Powell (1993), adapted and modified by Satria (2019). The data were analyzed using Spearman's Rho non-parametric correlation test to examine the hypothesis. The results showed a negative correlation between job stress and sense of humor ($r_s = -0,343$; $p < 0,05$). This means that the higher the sense of humor, the lower the level of work stress.

Keywords: stress, work stress, sense of humor, millennial generation employees

