

**HUBUNGAN ANTARA *SENSE OF HUMOR* DENGAN
PENGUNGKAPAN DIRI PADA MAHASISWA TAHUN
PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG**

Paulina Raras Adyarini, Prasetyo Budi Widodo*, Jati Ariati*
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
jengraras66@gmail.com
pb@hotmail.com
jatiariati@undip.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *sense of humor* dengan pengungkapan diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang. *Sense of humor* adalah kemampuan mahasiswa untuk menggunakan humor sebagai cara menyelesaikan masalah, menciptakan humor, menghargai dan menanggapi humor. Pengungkapan diri tindakan individu dalam menyampaikan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain yang bersifat pribadi, baik hal-hal yang bersifat positif maupun negatif dan dilakukan tanpa ada paksaan dari pihak luar individu dan bertujuan untuk membangun sebuah kedekatan hubungan.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang angkatan 2012 yang terdiri dari program studi Pendidikan Dokter, Keperawatan dan Ilmu Gizi. Sampel penelitian berjumlah 135 orang dari total 451 orang populasi yang diambil melalui teknik *proportional random sampling*. Alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah Skala *Sense of humor* (32 aitem $\alpha = 0,903$) dan Skala Pengungkapan Diri (33 aitem $\alpha = 0,872$).

Hasil analisis data dengan metode analisis regresi sederhana menghasilkan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,382 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan arah hubungan positif yang signifikan antara *sense of humor* dengan pengungkapan diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang. *Sense of humor* memberikan sumbangan efektif sebesar 14,6% pada Pengungkapan Diri mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.

Kata Kunci: *Sense of humor*, Pengungkapan Diri, Mahasiswa tahun pertama

*Penulis Penanggungjawab

**RELATIONSHIP BETWEEN SENSE OF HUMOR WITH SELF
DISCLOSURE IN FACULTY OF MEDICINE COLLEGE FRESHMEN
DIPONEGORO UNIVERSITY
SEMARANG**

Paulina Raras Adyarini, Prasetyo Budi Widodo*, Jati Ariati*
Faculty of Psychology Diponegoro University
jenraras66@gmail.com
pb@hotmail.com
jatiariati@undip.ac.id

ABSTRACT

Research aims to determine the relationship between sense of humor with self disclosure among freshmen in Faculty of Medicine Diponegoro University Semarang. Sense of humor is ability to use humor as a coping style, create humors, appreciate and respond other people's humors. Self-disclosure is individual actions to share voluntarily personal information to other people, including negative and positive issues in order to build a social relationship.

The population in this research is all of freshmen students of 2012 class in Faculty of Medicine Diponegoro University Semarang consisted of General Medicine department, Science of Nursing Department, and Science of Nutrition Department. A sample of 135 students from 451 freshmen of 2012 class was obtained through proportional random sampling technique. Subject completed the data collection tool used in this study. Self disclosure scale (32 items, $\alpha = 0,872$) and Sense of humor scale (32 items $\alpha = 0,903$).

Data were analyzed using simple regression analysis method which results a correlation coefficient (r_{xy}) 0,382 with $p = 0.000$ ($p < 0.05$). The result shows a significant and positive correlation between sense of humor with self-disclosure among freshmen in Faculty of Psychology. Higher sense of humor correlates with higher self-disclosure, or conversely.

Keywords: Sense of humor, Self-Disclosure, Freshmen

*Responsible Author

PENDAHULUAN

Proses belajar di Perguruan Tinggi dilihat dari seluruh sistem, banyak perbedaan dengan tingkat pendidikan sebelumnya. Pembelajaran di universitas menuntut kemandirian yang lebih dari mahasiswa untuk mengatur kegiatan belajarnya. Perbedaan yang mencolok tersebut membawa kesulitan pada sebagian mahasiswa dalam peralihan kebiasaan belajar di sekolah kepada tuntutan belajar di perguruan tinggi (Ginting, 2003, h.20). Rice (dalam Santrock, 2003, h.262) menjelaskan bahwa mahasiswa yang semula senior di sekolah lanjutan tingkat atas menjadi sekelompok mahasiswa yang paling muda dan paling tidak berkuasa. Transisi dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi melibatkan

suatu perpindahan menuju struktur sekolah yang lebih besar, lebih impersonal, yang interaksinya dengan teman sebaya yang lebih beragam dikarenakan perbedaan latar belakang geografis dan etnis.

Masa penyesuaian dengan lingkungan perlu dimanfaatkan dengan baik oleh para mahasiswa tahun pertama agar diterima secara sosial yaitu dengan membangun suatu interaksi dengan lingkungan sosial itu sendiri. Metode untuk membangun interaksi di dalamnya mengandung unsur komunikasi. Komunikasi merupakan suatu proses antara dua atau lebih orang dalam membentuk atau melakukan pertukaran informasi antara satu dengan yang lainnya untuk membentuk saling pengertian yang mendalam (Mulyana, 2004, hlm.62).

Suatu bentuk komunikasi yang menawarkan informasi mengenai diri sendiri kepada orang lain disebut sebagai pengungkapan diri.

Keragaman asal dan latar belakang yang ada diantara mahasiswa baru yang memasuki bangku kuliah dapat menyebabkan setiap mahasiswa belum saling mengenal dengan baik, sehingga perlu membuka diri agar dapat membina hubungan dengan teman baru. Mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran dituntut untuk dapat menyesuaikan tidak hanya dari akademik saja namun dengan lingkungan sosial yang baru. Penelitian Al-Dabal, Koura, Sowieleh, dan Makki (2010, h.233-234) menemukan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran lebih sering mengalami stress akademik yang

mengakibatkan perubahan gaya hidup yang negatif yang salah satunya menyebabkan interaksi sosial dengan lingkungan sosial tidak adekuat. Disini dapat menjadi pembatas proses komunikasi dengan mahasiswa lain yang merupakan sarana pengenalan antar pribadi dalam bentuk pengungkapan diri agar dapat dipahami secara langsung oleh orang lain dan sarana untuk mengatasi masalah yang dapat muncul dalam hubungan interpersonal. Pengungkapan diri merupakan cara untuk mendapatkan dukungan dari orang lain dalam melewati masa penyesuaian diri, baik dengan lingkungan maupun penyesuaian dengan perubahan internal sebagai akibat perubahan dan perkembangan masa remaja.

Pada penelitian yang dilakukan Johnson (Gainau, 2009,

h.4), menunjukkan hasil bahwa individu yang mampu dalam membuka diri akan dapat mengungkapkan diri dengan tepat, mampu menyesuaikan diri (*adaptive*), lebih percaya diri, lebih kompeten, dapat diandalkan, lebih mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, lebih objektif, dan terbuka. Sebaliknya individu yang kurang mampu dalam pengungkapan diri (*self disclosure*) terbukti tidak mampu menyesuaikan diri, kurang percaya diri, timbul perasaan takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup. Oleh karena itu pengungkapan diri membantu dalam mengenal dan beradaptasi terhadap suatu lingkungan.

Pengungkapan diri merupakan komunikasi verbal individu mengenai informasi, pemikiran, dan perasaan mengenai

dirinya untuk membangun hubungan sosial di lingkungan yang baru (Barrett & Pietremonaco dalam Wei, Russel & Zakalik, 2005 h. 603-604). Dalam mengungkapkan diri terkadang terdapat bentuk pengungkapan diri yang di dalamnya terdapat humor yang diekspresikan. Martin (2007, h.269) memaparkan bahwa humor merupakan salah satu bentuk komunikasi yang memiliki fungsi sosial yang baik bagi anak dan remaja. Bentuk komunikasi tersebut salah satunya dalam situasi pengungkapan diri.

Sense of humor yang baik dihubungkan dengan kesuksesan pada penerimaan teman sebaya dan membangun sebuah hubungan interpersonal. Apte (2002, h.13) menyatakan bahwa untuk dapat mengamati, merasakan, atau mengungkapkan humor, seseorang

memerlukan *sense of humor*. Seseorang dengan *sense of humor* memiliki kemampuan untuk mengapresiasi, menciptakan, mengungkapkan kelucuan serta tawa tanpa mengakibatkan individu lain terluka secara fisik maupun psikis. Seseorang yang peka terhadap humor (*sense of humor*) mengandung banyak keuntungan. Individu dengan *sense of humor* yang lebih tinggi, lebih termotivasi, lebih ceria, dapat dipercaya dan mempunyai self esteem yang lebih tinggi (Kelly, 2002. h.660). *Sense of humor* yang dimiliki seseorang dapat membuat suatu komunikasi interpersonal menjadi menarik, terutama dalam situasi komunikasi yang berkaitan dengan pengungkapan diri.

Berdasarkan uraian diatas, dalam suatu interaksi sosial di kalangan mahasiswa adanya *sense of*

humor berhubungan dengan pengungkapan diri mahasiswa melalui komunikasi interpersonal. Oleh karena itu peneliti ingin melihat hubungan *sense of humor* dengan pengungkapan diri mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

METODE

Populasi penelitian adalah 451 mahasiswa tahun pertama angkatan 2012 Fakultas Diponegoro Undip yang terdiri dari progam studi Pendidikan Dokter, Ilmu Keperawatan, dan Ilmu Gizi. Sampel yang digunakan untuk penelitian adalah 136 orang mahasiswa dengan karakteristik yaitu tercatat resmi dan masih aktif mengikuti perkuliahan. Teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini

adalah teknik *proportional random sampling*.

Alat pengumpul data penelitian adalah skala *sense of humor* dan skala pengungkapan diri. Skala *sense of humor* disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan Eysenck (dalam Martin, 2007, h.194), tiga aspek *sense of humor* yang saling berkaitan antara lain: *Qualitative Sense*, *Quantitative Sense*, dan *Productive Sense*.

Skala pengungkapan diri disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh West & Turner (2008,h.202) antara lain: keluasan (*Breadth*), waktu keluasan (*Breadth Time*) dan kedalaman (*Depth*).

Penelitian ini menggunakan metode analisis regresi sederhana yang dihitung menggunakan proram

komputer *Statiscal Package for Social Science* versi 16.00

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *sense of humor* dengan pengungkapan diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, ditunjukkan dengan $r_{xy} = 0,328$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Semakin tinggi *sense of humor* maka semakin tinggi pengungkapan diri dan sebaliknya. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *sense of humor* dengan pengungkapan diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro diterima.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro mempunyai *sense of humor* yang tinggi sehingga menimbulkan pengungkapan diri yang tinggi. Sesuai dengan arah persamaan garis regresi yang menyatakan bahwa penambahan satu skor variabel *sense of humor* maka variabel pengungkapan diri mengalami kenaikan sebesar 0,305.

Sense of humor juga dapat membangun kepercayaan diri pada diri seseorang yang penting dalam pembentukan suatu hubungan sosial (Hampes, 1999, h. 253). Penelitian yang dilakukan oleh Hughes (2008, h.46) menyatakan bahwa *sense of humor* mampu membentuk kapasitas psikologi yang positif pada seseorang yaitu kepercayaan diri. Remaja yang memiliki tingkat

percaya diri yang tinggi, sikap berterus terang, pemberani dan kepribadian ekstrovert akan memiliki tingkat pengungkapan diri yang lebih tinggi (Masturah, 2013, h. 55).

Berdasarkan kategorisasi *sense of humor*, subjek penelitian berada pada kategori tinggi dengan rentang nilai skor antara 80-104. Secara keseluruhan dapat dilihat bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang memiliki *sense of humor* yang tinggi. *Sense of humor* yang tinggi pada mahasiswa disebabkan karena mahasiswa mampu memenuhi aspek-aspek yang ada pada *sense of humor* yaitu kemampuan mahasiswa untuk menggunakan humor sebagai cara menyelesaikan masalah, menciptakan humor, menghargai dan menanggapi humor.

Berdasarkan kategorisasi pengungkapan diri subjek penelitian yaitu mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro cenderung berada dalam kategori tinggi dengan rentang nilai skor antara 83-108. Tingginya pengungkapan diri individu menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang terdapat kecenderungan untuk menyampaikan informasi tentang diri sendiri kepada teman lain yang bersifat pribadi, baik hal-hal yang bersifat positif maupun negatif, untuk membangun kedekatan hubungan sosial. Menurut Rovai (2002, h.3) saat mahasiswa merasa nyaman dalam mengembangkan hubungan dengan teman yang lain maka dapat terbentuk kerjasama yang baik dalam mendapatkan

dukungan dan pertukaran informasi yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas akademik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara *sense of humor* dengan pengungkapan diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang yang ditunjukkan dengan angka koefisien korelasi $r_{xy} = 0,382$ ($r_{xy} > 0,30$) dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). *Sense of humor* memberikan sumbangan efektif sebesar 14,6% pada pengungkapan diri. Kondisi tersebut menyatakan bahwa tingkat konsistensi pengungkapan diri sebesar 14,6% dapat diprediksi oleh *sense of humor*,

sedangkan sisannya 85,4% ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian. Angka tersebut menunjukkan bahwa semakin positif *sense of humor* maka semakin positif pengungkapan diri. Pernyataan tersebut mengandung arti bahwa hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa

Mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang disarankan untuk mempertahankan pengungkapan dirinya dengan tetap berbagi informasi dengan teman maupun dosen secara tepat dengan pemilihan waktu dan situasi yang

tepat. Pengungkapan diri membuat mahasiswa merasa lebih lega karena perasaan tertekan yang dapat muncul saat mahasiswa harus menyesuaikan diri secara akademik dan sosial pada lingkungan yang baru telah berusaha diungkapkan.. Selain itu untuk tetap mengembangkan *sense of humor* sebagai sarana untuk meminimalisir stress, seperti banyak tertawa dengan membaca buku komedi, menonton acara komedi, atau pun bercanda dengan teman lain.

2. Bagi pihak Fakultas

Bagi setiap program studi untuk memberikan wadah diskusi perkuliahan untuk setiap mahasiswa yang bersifat tidak terlalu tegang di tengah jadwal kuliah yang sangat padat dan melelahkan dan memberikan tugas yang member kesempatan mahasiswa untuk lebih

mengungkapkan banyak mengungkapkan pendapatnya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik pengungkapan diri disarankan untuk melakukan penelitian secara kualitatif agar dapat lebih menggali atau meneliti variabel lain yang diduga turut berperan dan mempengaruhi pengungkapan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Apte, M.L. (2002). *Humor laughter: An anthropological approach*. London: Cornell University Press.
- Al-Dabal, B.K., Koura, M.R., Rasheed, P., Al-Sowielem, L., Makki, S.M. (2010). A Comparative Study of Perceived Stress among Female Medical and Non-Medical University Students in Dammam, Saudi Arabia. *SQU Med Journal*, 10, 2.
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan diri (self disclosure) siswa dalam perspektif budaya dan implikasinya bagi konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 33, 4
- Ginting, C. (2003). *Kiat belajar di perguruan tinggi. Edisi 2*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Hampes, W.P. (1999). The relationship between humor and trust. *International Journal of Humor Research*, 12, 253-260.
- Hughes, L.W. (2008). A correlational study of the relationship between sense of humor and positive psychological capacities. *Economics & Business Journal: Inquiries & Perspectives*, 1, 46-55
- Kelly, W.E. (2002). An investigation of worry and sense of humor. *Journal of Clinical Psychology*, 136, 657-666.
- Martin, R. (2007). *The psychology of humor: An integrative approach*. Amsterdam: Elsevier.
- Masturah, A. N. (2013). Pengungkapan diri antara remaja Jawa dan Madura. *Jurnal Online Psikologi UMM*, 1, 55-64
- Mulyana, D. (2004). *Ilmu komunikasi: Suatu pengantar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rovai, A. P. (2002). Building sense of community at a distance school of education. *Psychological Science*, 6, 45-58.

- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Wei, M. Russel W. D, & Zakalik R.A. (2005). Adult attachment, social self-efficacy, self-disclosure for freshman college students: A longitudinal study. *Journal of counseling psychology*, 52, 602-614.
- West.R & Turner. (2008). *Pengantar teori komunikasi analisis dan aplikasi, Edisi 3*. Jakarta: Salemba Humanika.