



Hubungan *Sense of Humor* dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru

Pia Dasmayanti¹, Raihan Saputra²

¹Universitas Negeri Padang, Indonesia, mayanti427@gmail.com

²Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia, raihansaputra0502@gmail.com

Corresponding Author: mayanti427@gmail.com¹

Abstract: *This study aims to find out whether there is a relationship between sense of humor and self-adjustment in new students. This study used a descriptive quantitative research. The subjects of this study were 81 new students. The sampling technique used purposive sampling and the data collection technique used a questionnaire. Based on the results of the hypothesis test that water has a relationship between sense of humor and self-adjustment. This is evident from the results of the hypothesis test, which found that r was 0.745 and $p = 0.00$ ($p < 0.05$). This analysis means that H_a is rejected and H_o is accepted. It can be concluded that the sense of humor is able to overcome the needs that exist within oneself emotionally as well as psychologically so that if this has been fulfilled then the individual is able to make adjustments to his social environment.*

Keyword: *Sense of Humor, Adjustment, New Students*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *sense of humor* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif deskriptif. Subjek penelitian ini berjumlah 81 mahasiswa baru. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Berdasarkan hasil uji hipotesis bahwa terdapat hubungan antara *sense of humor* dengan penyesuaian diri. Hal ini terbukti dari hasil uji hipotesis didapatkan r sebesar 0.745 dan $p=0.00$ ($p < 0.05$). Analisis ini diartikan H_a ditolak dan H_o diterima. Hal ini dapat disimpulkan bahwa *sense of humor* mampu mengatasi kebutuhan yang ada didalam diri secara emosional maupun psikologis sehingga apabila hal ini telah terpenuhi maka individu mampu untuk melakukan penyesuaian diri pada lingkungan sosialnya.

Kata Kunci: *Sense of Humor, Penyesuaian Diri, Mahasiswa Baru*

PENDAHULUAN

Menurut Mudasir & Gannaie (2013) *self-adjustment* merupakan ekspresi dan proses sikap dari individu dengan diri sendiri dan lingkungannya agar terciptanya keharmonisan. Hal ini dilakukan agar mahasiswa baru dapat beradaptasi dan fokus pada akademik yang akan

dilaksanakan dilingkungan kampus. Lalu menurut Mappiare dalam Kumalasari (2012) penyesuaian diri merupakan usaha yang dilakukan individu untuk dapat diterima oleh suatu kelompok agar tidak dikucilkan oleh pergaulan dalam kelompok tersebut.

Pada akhir tahun 2019 tepatnya dibulan Desember, dunia diresahkan dengan mewabahnya virus covid 19 yang awalnya ditemukan dikota Wuhan, China dengan gejala seperti demam, batuk dan kelelahan. Virus covid19 juga menyebar ke Indonesia sehingga pemerintah mengambil kebijakan seperti isolasi, *social and physical distancing* hingga pembatasan sosial berskala besar (PSBB). Berdasarkan surat edaran dari pemerintah Indonesia nomor 4 tahun 2020 mengenai darurat penyebaran virus covid19, Kemendikbud menghimbau agar semua lembaga pendidikan melaksanakan kegiatan pembelajaran jarak jauh dengan menggunakan metode pembelajaran online atau secara daring. Berdasarkan kebijakan tersebut universitas tentunya diperlukan penyesuaian diri sosial terutama pada mahasiswa baru yang awal masuk kuliah sudah dihadapkan dengan perkuliahan secara daring. Penyesuaian diri sosial merupakan salah satu pemenuhan kebutuhan psikologis agar mampu berinteraksi dan membangun hubungan baik dengan orang lain sehingga merasa aman dan nyaman.

Hasil penelitian Kumalasari (2012) menunjukkan bahwa terdapat 13 orang dari 55 orang memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah serta kurangnya dukungan sosial. Anisa & Yuliana (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa dari 235 mahasiswa sekitar 90 mahasiswa memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah sehingga mengakibatkan kesulitan dalam beradaptasi, gangguan dalam emosi serta menjadi pribadi yang sulit dalam berinteraksi sosial. Penyesuaian diri pada mahasiswa untuk beradaptasi dengan lingkungan yang kondusif dibutuhkan jenis humor dalam pergaulan, hal ini agar mahasiswa mampu mencairkan suasana agar tidak kaku.

Penelitian Safawi (2017) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *sense of humor* dengan penyesuaian diri, hal ini dikarenakan mahasiswa baru mampu meningkatkan penyesuaian dirinya dengan cara mudah bergaul serta ikut aktif dalam komunitas atau organisasi kampus dan mampu membangun sikap yang positif sehingga dapat beradaptasi dan diterima di lingkungan barunya.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk melihat apakah *Sense Of Humor* berhubungan secara signifikan dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis deskripsi komparatif. Sementara, untuk skala Penyesuaian diri peneliti membuat alat ukur sendiri berdasarkan aspek yang di kemukakan oleh Schneiders (1964) tersebut, diperoleh 10 item gugur dan 24 item valid. Setelah peneliti melakukan uji coba penelitian didapatkan nilai reliabilitas .795. Sementara, untuk skala *Sense Of Humor* didapatkan hasil .936. peneliti melakukan analisis data yang bertujuan untuk mengetahui hasil penelitian dan menjawab hipotesis penelitian. Dimana, peneliti menggunakan product moment correlation coefisien dari Pearson dan diolah menggunakan software SPSS untuk melihat Hubungan *Sense Of Humor* Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru. Penelitian deskriptif menurut (Azwar, 2014) yaitu suatu penelitian yang melakukan analisis hanya sampai pada taraf deskripsi, yaitu menganalisis dan menyajikan fakta secara sistematis. Dalam penelitian ini, ditetapkan sebagai penyesuaian diri variabel terikat dan *sense of humor* variabel bebas. Penyesuaian diri adalah jumlah skor yang diperoleh dari individu atau respon yang diberikan terhadap pernyataan berdasarkan alat ukur penyesuaian diri menurut Schneider (1964). Skala *sense of humor* yang digunakan dalam penelitian ini peneliti adaptasi dari alat ukur Nabela (2019). Peneliti menggunakan skala likert, dimana skala likert digunakan karena sesuai untuk mengukur sikap, persepsi, pendapat pribadi atau sekelompok orang mengenai fenomena tertentu (Sugiyono, 2013). Data dikumpulkan melalui angket yang telah diisi oleh subjek yang berjumlah 81 Mahasiswa Baru

Psikologi Universitas Negeri Padang. Pada skala penyesuaian diri yang digunakan dalam penelitian ini peneliti membuat alat ukur berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Schneider (1964) dengan total 34 item. Setelah peneliti melakukan uji coba penelitian, didapatkan bahwa 10 item gugur dan 24 lainnya dinyatakan valid.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini terdiri dari 81 orang mahasiswa baru jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang. Untuk mengetahui gambaran data yang di peroleh dari subjek penelitian, peneliti menyajikan deskripsi data penelitian melalui rerata hipotetik dan rerata empiris. Berikut deskripsi data penelitian pada skala Penyesuaian Diri dan *Sense Of Humor*. Skor rerata empirik skala Penyesuaian Diri adalah 68,8 sedangkan skor hipotetik 90. Hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki penyesuaian diri yang tinggi daripada populasi pada umumnya. Sedangkan skor rerata empiric *sense of humor* adalah 72,5 dengan skor hipotetiknya 62,5.

Tabel 1. Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik Penyesuaian Diri dan *Sense Of Humor*

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Penyesuaian Diri	24	96	90	12	45	94	68,8	9,762
<i>Sense Of Humor</i>	25	100	62,5	12,5	51	90	72,5	6,847

Tabel 2. Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik Per-aspek Penyesuaian Diri

Aspek	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
<i>Self Knowledge And Self Insight</i>	49	175	112	21	12	28	20,46	3,633
<i>Self Objectivity And Self Acceptance</i>	38	152	95	19,5	9	20	14,77	3,047
<i>Self Development And Self Control</i>	74	173	123,5	16,5	16	34	25,65	3,658
<i>Satisfaction</i>	22	28	25	1	4	12	8,001	1,654

Berdasarkan tabel, dapat dilihat bahwa rerata empiric pada aspek *self knowledge and self insight* adalah 20,46 dan rerata hipotetiknya 112 yang berarti bahwa kemampuan untuk mengenal kelebihan dan kekurangan diri subjek lebih rendah jika dibandingkan dengan populasi keseluruhan. Pada aspek *self objectivity and self acceptance* dapat dilihat rerata empiriknya 14,77 dan hipotetiknya 95 yang berarti bahwa kemampuan untuk bersikap objektif dan realistic pada diri subjek lebih rendah jika dibandingkan dengan populasi secara keseluruhan. Pada aspek *self development and self control* dapat dilihat rerata empiriknya 25,65 dan rerata hipotetiknya 123,5 yang berarti bahwa kemampuan untuk mengendalikan diri subjek lebih rendah jika dibandingkan dengan populasi secara keseluruhan. Pada aspek *satisfaction* dapat dilihat rerata empiriknya 8,001 dan rerata hipotetiknya 25 yang berarti bahwa kemampuan dalam merasakan kepuasan terhadap sesuatu pengalaman pada diri subjek lebih tinggi dibandingkan dengan populasi secara keseluruhan.

Table 3. Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik per-aspek pada *Sense of Humor*

Aspek	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
<i>Humor Production</i>	12	48	30	6	21	45	34,95	3,850
<i>Coping With Humor</i>	7	28	22,5	1,833	12	26	20,16	2,517
<i>Humor Appreciation</i>	3	12	7,5	1,5	4	12	8,89	1,962
<i>Attituede To Word Humor</i>	3	12	7,5	1,5	4	12	8,51	1,726

Berdasarkan tabel, dapat dilihat bahwa rerata empiric pada aspek *humor production* adalah 34,95 sedangkan rerata hipotetiknya adalah sebesar 30. Ini menunjukkan bahwa

secara umum skor rerata empirik subjek penelitian lebih besar daripada skor rerata hipotetik penelitian. Pada aspek *coping with humor* dapat dilihat bahwa rerata empiriknya sebesar 20,16 sedangkan rerata hipotetiknya adalah sebesar 22,5. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum skor rerata empiric subjek penelitian lebih kecil daripada skor rerata hipotetik penelitian. Pada aspek *humor appreciation* dapat dilihat bahwa rerata empiriknya sebesar 8,89 sedangkan rerata hipotetiknya adalah sebesar 7,5. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum skor rerata hipotetiknya lebih kecil daripada skor rerata empiric penelitian.

Pada aspek *attitude to word humor* dapat dilihat bahwa rerata empiriknya sebesar 8,51 sedangkan rerata hipotetiknya adalah sebesar 7,5. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum skor rerata hipotetiknya lebih kecil daripada skor rerata empiric penelitian.

Table 4. Kategorisasi Penyesuaian Diri (N=81)

Standar Deviasi	Skor	Kategorisasi	Subjek	
			F (Σ)	Persentase (%)
$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X < 58$	Rendah	80	98,8%
$((\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma))$	$59 \leq X < 92$	Sedang	1	1,2%
$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$X < 92$	Tinggi	-	-
Total			81	100%

Table 5. Pengkategorian Subjek berdasarkan Aspek Penyesuaian Diri

Aspek	Skor	Kategorisasi	Subjek	
			F (Σ)	Persentase (%)
<i>Self Knowledge And Self Insight</i>	$X < 5$	Rendah	1	1,2%
	$5 \leq X < 43$	Sedang	80	98,8%
	$43 \leq X$	Tinggi	-	-
	Total		81	100%
<i>Self Objectivity And Self Acceptance</i>	$X < 2$	Rendah	-	-
	$2 \leq X < 39$	Sedang	81	100%
	$39 \leq X$	Tinggi	-	-
	Total		81	100%
<i>Self Development And Self Control</i>	$X < 2$	Rendah	-	-
	$2 \leq X < 37$	Sedang	81	100%
	$37 \leq X$	Tinggi	-	-
	Total		81	100%
<i>Satisfaction</i>	$X < 7$		24	29,6%
	$7 \leq X < 42$		57	70,4%
	$42 \leq X$		-	-
	Total		81	100%

Berdasarkan tabel, dapat dilihat bahwa pada aspek *self knowledge and self insight* dapat disimpulkan bahwa sebagian besar skor penelitian berada pada kategori sedang dengan persentase 98,8% atau sebanyak 80 orang. Pada aspek *self objectivity and self acceptance* dapat disimpulkan bahwa sebagian besar skor penelitian berada pada kategori sedang dengan persentase 100% atau sebanyak 81 orang. Lalu pada aspek *self development and self control* dapat disimpulkan bahwa sebagian besar skor penelitian berada pada kategori sedang dengan persentase 100% atau sebanyak 81 orang. Dan pada aspek *satisfaction* dapat disimpulkan bahwa sebagian besar skor penelitian berada pada kategori sedang dengan persentase 70,4% atau sebanyak 57 orang.

Table 6. Kategorisasi Sense of Humor (N=81)

Standar Deviasi	Skor	Kategorisasi	Subjek	
			F (Σ)	Persentase (%)
$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X < 25$	Rendah	0	0%
$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$25 \leq X < 75$	Sedang	56	69,1%
$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$X > 75$	Tinggi	25	30,9%
Total			81	100%

Table 7. Pengkategorian Subjek berdasarkan Aspek Sense of Humor

Aspek	Skor	Kategorisasi	Subjek	
			F (Σ)	Persentase (%)
<i>Humor Production</i>	$X < 21$	Rendah	1	1,2%
	$22 \leq X < 45$	Sedang	80	98,8%
	$46 \leq X$	Tinggi	-	-
	Total		81	100%
<i>Coping with Humor</i>	$X < 12$	Rendah	1	1,2%
	$13 \leq X < 26$	Sedang	80	98,8%
	$27 \leq X$	Tinggi	-	-
	Total		81	100%
<i>Humor Appreciation</i>	$X < 4$	Rendah	2	2,5%
	$5 \leq X < 12$	Sedang	79	97,5%
	$13 \leq X$	Tinggi	-	-
	Total		81	100%
<i>Attitude to word Humor</i>	$X < 4$	Rendah	2	2,5%
	$5 \leq X < 12$	Sedang	79	97,5%
	$13 \leq X$	Tinggi	-	-
	Total		81	100%

Berdasarkan tabel, dapat dilihat bahwa pada aspek *humor production* subjek penelitian berada pada kategori sedang sebanyak 80 orang (98,8%). Lalu pada aspek *coping with humor* subjek penelitian berada pada kategori sedang sebanyak 80 orang (98,8%). Selanjutnya pada aspek *humor appreciation* subjek penelitian berada pada kategori sedang sebanyak 79 orang (97,5%). Serta pada aspek *attitude to word humor* subjek penelitian berada pada kategori sedang sebanyak 79 orang (97,5%).

Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini untuk menguji hubungan antara *Sense of Humor* dengan Penyesuaian Diri pada mahasiswa baru. Penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan antara *Sense of Humor* dengan Penyesuaian Diri pada mahasiswa baru. Analisis ini memiliki makna bahwa *sense of humor* mampu memberikan dukungan dalam upaya untuk meningkatkan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya. Kemampuan *sense of humor*

yang dimiliki oleh mahasiswa baru yang merantau adalah kemampuan seseorang yang menggunakan humor untuk cara menyelesaikan masalah terhadap persoalan dilingkungan barunya, menciptakan humor untuk berbaur dengan warga sekitar serta kemampuan menghargai dan menanggapi humor terhadap lingkungan sekitar ataupun lingkungan asing.

Penelitian Pradityo (2015) menyatakan bahwa humor mampu meningkatkan kepercayaan diri serta perkembangan fisik dan kematangan psikologis yang membuat individu tersebut mampu menyesuaikan diri sehingga diterima dengan baik oleh masyarakat sekitar. Hal ini dapat dilihat bahwa mahasiswa baru dituntut untuk hidup dan bergaul serta membangun hubungan yang baik sehingga memiliki rasa empati terhadap lingkungan. Selain itu penelitian Shobah, Rahmawati, Sandri (2021) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki humor yang tinggi dapat mengembangkan dirinya secara realistis sehingga mampu menyesuaikan dirinya dilingkungan baru tersebut.

Secara umum penyesuaian diri berada pada kategori rendah. Artinya kebanyakan mahasiswa dalam penelitian ini tidak mampu menyesuaikan dirinya dengan baik dilingkungan sekitar, mahasiswa merasa frustrasi tidak dapat mengenal kekurangan dan kelebihan diri sehingga membuat mahasiswa itu merasa takut untuk beradaptasi. Selain itu subjek dalam penelitian ini memiliki *sense of humor* yang berada pada kategori sedang yang artinya kebanyakan mahasiswa cukup peka dalam mengamati humor sehingga kejadian yang berhubungan dengan humor dapat meninggalkan kesan lucu, serta humor membantu mahasiswa untuk tidak merasa sangat tertekan saat menghadapi situasi yang sulit. Hal ini dapat disimpulkan bahwa kemampuan penyesuaian diri dan *sense of humor* pada subjek penelitian berada pada kategori rendah dan berada pada kategori sedang pada mahasiswa baru.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian diketahui bahwa sebagian subjek penelitian memiliki tingkat penyesuaian diri pada kategori rendah pada aspek *satisfaction*. Artinya individu belum merasa puas terhadap sesuatu yang telah dilakukan terpenuhi dan menganggap itu merupakan sebuah pengalaman. Lalu pada kategori sedang berada pada aspek *self knowledge and self insight*. Artinya individu memiliki kemampuan untuk mengenal kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya serta sadar akan kemampuan tersebut. Lalu pada subjek penelitian memiliki kategori sedang berada pada aspek *self objectivity and self acceptance*. Artinya individu sudah memahami kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya sehingga individu tersebut bisa berikap objektif dan realistis terhadap diri sendiri. Selanjutnya pada subjek penelitian yang memiliki tingkat penyesuaian diri dalam kategori sedang berada pada aspek *self development and self control*. Artinya individu mampu mengendalikan dirinya dalam bentuk emosi, pemikiran, kebiasaan, sikap serta tingkah laku agar menjadi pribadi yang lebih matang sehingga kegagalan bisa diatasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan Parman & Rahmawati (2013) mengatakan bahwa faktor yang mendukung penyesuaian diri adalah lingkungan. Hal ini disebabkan karena individu diwajibkan untuk menyesuaikan diri serta dituntut untuk belajar bekerjasama dan memiliki kemampuan dalam mengubah persepsinya tentang kenyataan hidup agar dapat menyesuaikan dirinya dengan masyarakat sekitar dan lingkungan barunya.

Menurut Arrahman (2017) individu yang memiliki kemampuan untuk menilai diri sendiri secara positif atau pun negative dapat meningkatkan penyesuaian dirinya dengan lingkungan dan mampu memberikan dampak yang positif terhadap sekitarnya. Pada hasil penelitian, peneliti menemukan bahwa individu mampu mengarahkan diri ke tingkah laku yang lebih bersikap realistis sehingga bisa mengembangkan kepribadian kearah kematangan baik secara fisik maupun psikis. Dalam proses penyesuaian diri individu terhadap lingkungan barunya, sangat dibutuhkan sebuah humor yang akan menjadi salah satu cara agar dapat berbaur dengan masyarakat dilingkungan sekitarnya.

Secara umum *sense of humor* pada mahasiswa berada pada kategori sedang. Artinya subjek dalam penelitian menggunakan humor untuk mengatasi emosi serta mengekspresikan

humor dalam setiap peristiwa yang lucu dengan tujuan untuk menghibur orang lain. Berdasarkan dari hasil analisis data penelitian diketahui bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki tingkat penyesuaian diri dalam kategori yang sedang disemua aspeknya. Artinya individu mampu mengidentifikasi humor dengan cara yang kreatif untuk mengatasi stress emosional serta mengekspresikan sebuah humor agar tertawa disetiap peristiwa yang lucu dan menggunakan humor sebagai *coping mechanism* untuk menghadapi situasi sulit dalam kehidupan.

Menurut teori *sense of humor*, Thorson & Phowel (1993) humor merupakan suatu cara seseorang untuk melihat dunia dalam bentuk perlindungan diri (*coping mechanism*) untuk menghadapi situasi sulit saat berinteraksi dengan orang lain dalam kehidupannya. Lalu menurut Permana (2009) kemampuan *sense of humor* yang dimiliki oleh mahasiswa baru merupakan cara individu menggunakan humor dalam bentuk penyelesaian masalah dilingkungan baru serta menciptakan humor untuk berbaur dengan warga sekitar serta kemampuan menghargai dan menanggapi humor pada lingkungan sekitarnya ataupun lingkungan asing.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa mahasiswa baru memiliki kemampuan penyesuaian diri yang berada pada kategori sedang terlihat dari mahasiswa baru mampu mengenal kekurangan dan kelebihan diri, bersikap objektif dan realistic terhadap diri sendiri, mampu mengarahkan diri ke tingkah laku yang positif, serta adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan. Lalu mahasiswa baru juga memiliki kemampuan *sense of humor* yang berada pada kategori yang sedang, hal ini terlihat dari mahasiswa baru mampu menggunakan humor dengan cara yang kreatif, menggunakan humor untuk mengatasi emosi, mampu mengekspresikan humor, serta tertawa pada setiap situasi yang lucu dengan tujuan untuk menghibur diri sendiri ataupun untuk menghibur orang lain.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan uji hipotesis yang dilakukan mengenai Hubungan *Sense Of Humor* dengan Penyesuaian Diri pada mahasiswa baru. Maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut adalah:

1. Secara umum mahasiswa baru memiliki Penyesuaian Diri dalam kategori yang sedang.
2. Secara umum mahasiswa baru memiliki *Sense of Humor* dalam kategori yang sedang.
3. Berdasarkan hasil penelitian ditunjukkan bahwa terdapat Hubungan antara *Sense of Humor* dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru.

REFERENSI

- Anisa Rahmadani, Y. M. (2020). Adaptasi Akademik, Sosial, Personal dan Institusional : Studi College Adjustment Terhadap Mahasiswa Tingkat Pertama. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8, 158-166.
- Apriyana, P. (2013). Gambaran Penyesuaian Diri Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2011. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2.
- Chaplin, J. P. (2000). Kamus lengkap psikologi. Cetakan keenam. Penerjemah: Kartiko, K. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Ghozali, Imam. (2005). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan SPSS*. Semarang : Badan Penerbit UNDIP.
- Ghufron, M. N. (2017, juli-desember). penyesuaian akademik tahun pertama ditinjau dari efikasi diri mahasiswa. *konseling edukasi :jurnal of guidance and conseling*, 1.
- Haber, A. R. (1984). *Psikology Of Adjustmen*. In *The Dorsey Prees*. USA.
- Inderawati, I.S. (2008). Hubungan Antara *Sense Of Humor* Dengan Penyesuaian Diri Sebagai Mahasiswa Baru. *Jurnal Psikologi*, Diunduh Dari <http://ppkb.ugm.ac.id>.
- James A. Thorson and F.C. Powell., I. S.-S. (1997). Psychological Health and Sense Of Humor. *Journal Of Clinical psychology*, 53, 605-619.

- James A. Thorson, F. P. (1991). Measurement Of Sense Of Humor. *Psychological Report*, 691-702.
- Kemdikbud. 2012. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi. <http://kemdikbud.go.id/kemdikbud/sites/default/files/UUPT-12-thn-2012.pdf>. Diunduh pada tanggal 5 Februari 2021.
- Kusumaningtyas, D. (2007). Hubungan Antara *Sense Of Humor* Dan Penyesuaian Diri Seminaris Di Asrama Seminari Menengah Santo Petrus Canisius Metroyudan Magelang. Yogyakarta
- Kumalasari, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1.
- Martin, R. A. (2001). Humor Laughter, and Physical Healt : Metodological Issues and Research Finding. *psychologiycal Bulletin*, 504-519.
- Martin, R. A. (2000). Humor. In Kazdin, Alan E. *Encyclopedia of psychology*, 4, 202-204.
- Martin, R. (2007). The Psychology of Humor Intergrative Approach.
- Nurfitriana, P. (2016). Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Piolat, M. A. (2012). Influence of Gender on Judgment of Dark and Nondark Humor. *Individual Differences Research*, 10, 211-222.
- Powell, J. A. (1993). *Scale, Development And Validation Of A Multidimensional Sense Of Humor*. *jurnal of clinical psychology*, 49.
- Prayoga, D., Irman. (2019). Penyesuaian Diri dalam Berinteraksi Mahasiswa Mandahiliang di IAIN BATUSANGKAR. *Istinarah: Riset Keagamaan, Sosial dan Budaya*, 1, 2.
- Ramadhan, A. W. (2019). Perbedaan Penyesuaian Diri (Adjustment) Mahasiswa Baru Psikologi UIN Suska Riau Yang Merantau Dan Yang Tinggal Dengan Orang Tua. Pekanbaru.
- Safawi, R. (2017). Hubungan Sense Of Humor Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru. *jurnal of clinical psychology*, 1-19.
- Santoso, B. (2012, juni 06). *Definisi, Peran dan Fungsi Mahasiswa*. Retrieved juli 14, 2020, from Pamuncar Blogspot: <http://pamuncar.blogspot.com/2012/06/definisi-peran-dan-fungsi-mahasiswa.html?m=1>
- Saputra, S. D. (2009). *Managemen Emosi : Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara
- Schneiders, A.A(1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York : Holt, Reinhart & Winston Inc.
- Setiawan. (1990). *Teori Humor*. Jakarta: Majalah Astaga.
- Sharma, B. (2012). Adjustment and Emotional Maturity Among First Year College Student. *Pakistan Jurnal Of Social and Clinical Psychology*, 10, 32-37.
- Siregar, Syofian. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif Dilengkapi Dengan Perbandingan Perhitungan Manual Dan SPSS. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Sugiyono.(2010). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Sukoco, A. S. (2014). Jurnal Tugas Akhir Hubungan Sense Of Humor Dengan Stres Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3, 1-10.
- Sundari, Siti. 2005. Kesehatan Mental Dalam Kehidupan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Suyasa, P. T. (2010). Identifikasi Jenis Humor: Lucu, Lucu dan Lucu.
- T.Johnson, D. W. (2009). An Educational Psychology Success Story : Social Interdependence Theory and Cooperative Learning. *Educational researcher*, 38, 365-379
- Walgito, B. (2003). Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta.
- Winarsunu, Tulus. (2009). Statistik dalam Penelitian Psikologi dan pendidikan. Malang: UMM.

Zimmermann, E. M., Adler, J., Raju, S., Beveridge, A. S., Wang, S. Zhu, J (2008), “*College Adjustment In University Of Michigan Students With Crohns And Colitis,*” *Inflammatory Bowel Disease*, Vol. 14 no. 9, pp. 1281-1286.