

PROVITAE

Jurnal Psikologi Pendidikan

*Efektivitas Pelatihan Ketangguhan (Hardiness)
untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Akademik Siswa Atlet
(Studi pada Sekolah X di Tangerang)*

*Penerapan Pendidikan Seksual Oleh Guru dan Orang Tua
bagi Remaja Berkebutuhan Khusus*

Gambaran Work-Family Conflict dan Strategi Coping pada Dosen Pria

*Pembuatan Norma Alat Ukur Kecerdasan Emosi
dan Norma Alat Ukur Humor pada Remaja*

*Hubungan Moral Integrity dan Kecemasan Sosial
dengan Academic Dishonesty Remaja Akhir*

PEMBUATAN NORMA ALAT UKUR KECERDASAN EMOSI DAN NORMA ALAT UKUR HUMOR PADA REMAJA

Erik Wijaya & Debora Basaria

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

Abstract

Humor among teenagers is one form of language. Known language is an important basis for conveying messages, intentions, or objectives as the easiest container for disseminating popular elements within the community (DeVito, 2001). Research on humor has been done by linking humor with psychological aspects, but without the norm of the measuring instrument used. Based on the research on humor with emotional intelligence done by Wijaya and Basaria (2016) using a measuring instrument of emotional intelligence of humor, showed that there is a positive and significant relationship between emotional intelligence and humor neutral. As a follow-up to the results of it, we made instrument norm of sense of humor and also norms of emotional intelligence measuring instrument. The purpose of this study is to make the norms of measuring emotional intelligence and measuring instruments of humor in adolescents, aged 11-19 years old.

Keywords: Emotional intelligence instrument, humor instrument, norm

Pendahuluan

Naluri manusia untuk mencari, kesenangan, dan kegembiraan sebetulnya telah berkembang sejak

Erik Wijaya dan Debora Basaria adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta. Korespondensi artikel ini dialamatkan ke e-mail erikw@fpsi.untar.ac.id

bayi. Orangtua berusaha mengajak anaknya untuk tersenyum dan tertawa dengan mengeluarkan atau menirukan suara-suara tertentu ataupun menampilkan gerakan-gerakan tertentu. Bisa juga disertai dengan ekspresi wajah yang lucu, untuk mengundang respon bayi supaya

tersenyum maupun tertawa. (Hendarto, 1990). Pengalaman tentang kelucuan pada dasarnya merupakan pengalaman personal individu yang mungkin tidak sama dengan individu lainnya (Sumarohana, 1983).

Kelucuan yang berkembang di kalangan masyarakat saat ini umumnya dikemas dalam bentuk humor. Humor dapat menjadi penyegar pikiran sekaligus penyejuk batin dan sebagai penyaluran rasa (Pramono, 1983). Humor dapat pula menyampaikan suatu siratan sindiran maupun kritikan, selain itu diketahui humor juga dapat menjadi sarana persuasi untuk mempermudah masuknya informasi atau pesan yang ingin disampaikan secara serius dan formal (Gauter, 1988). Dari hal tersebut terlihat bahwa humor memiliki suatu potensi penting,

sehingga perlu adanya kajian lebih lanjut.

Humor telah menjadi salah satu objek penelitian sejak awal abad ke 20. Berbagai tulisan mengenai humor telah diterbitkan para ilmuwan dari berbagai cabang ilmu sosial, terutama dari perspektif psikologi (Hendarto, 1990). Di Indonesia, secara informal, humor juga sudah menjadi bagian dari kesenian rakyat seperti ludruk, ketoprak, lenong, wayang kulit, wayang golek, dan sebagainya. Unsur humor di dalam kelompok kesenian menjadi unsur penunjang, bahkan menjadi unsur penentu daya tarik. Humor yang dalam istilah lainnya sering disebut dengan lawak, banyolan, dagelan, dan sebagainya (Widjaja, 1993).

Kegiatan humor yang berkembang saat ini mengambil model *stand up comedy*. Pada acara

stand up comedy terlihat bahwa pelakunya didominasi oleh remaja. Hal ini merupakan salah satu bukti kemampuan humor telah dimiliki oleh remaja dan melalui humor remaja mencoba mengaktualisasikan dirinya. Fenomena penggunaan humor di masyarakat khususnya di kalangan remaja dalam interaksi sosial merupakan sesuatu yang menarik di teliti. Tema dan jenis dari humor yang digunakan oleh remaja juga beragam jenisnya, ada yang seputar percintaan, kehidupan sosial masyarakat sehari-hari, hingga politik sering dikemas dalam bentuk humor.

Remaja memiliki populasi yang besar dibandingkan dengan jumlah penduduk dunia. Menurut World Health Organization (WHO) sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja yang berusia 10-19 tahun. Sekitar 900 juta remaja berada di

negara berkembang. Data lebih lanjut menunjukkan bahwa remaja merupakan populasi terbesar di Indonesia. Jumlah remaja yang berusia 10-24 tahun mencapai 64 juta jiwa pada tahun 2007 atau sekitar 26.64% dari jumlah penduduk Indonesia (BAPPENAS, 2005).

Masa remaja ditandai oleh beberapa perubahan fisik dan psikologis, termasuk perubahan dalam menyelesaikan tugas perkembangan untuk mencari identitas diri (Papalia & Feldman, 2012). Masa remaja juga merupakan masa dimana remaja dihadapkan pada berbagai hal dan tantangan, seperti tuntutan dalam menyelesaikan tugas akademik, tuntutan dalam hubungan pertemanan, dan dalam relasi dengan orangtua (Papalia & Feldman, 2012).

Tuntutan-tuntutan dapat menjadi sebuah *stressor* bagi remaja hingga

memicu munculnya stres ketika remaja tersebut tidak berhasil untuk memenuhi tuntutan yang diterimanya (Papalia & Feldman, 2012). Kondisi stres yang tidak ditangani dapat berdampak negatif pada diri individu. Untuk menghindari kondisi negatif tersebut, diperlukan suatu usaha untuk mengatasi stres yang dikenal dengan istilah *coping*.

Lazarus dan Folkman (dalam Davison, Neale, & Kring, 2006) mengidentifikasi *coping* dalam dua dimensi. Pertama, *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) yaitu mencakup tindakan secara langsung untuk mengatasi masalah. Kedua adalah *coping* yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) atau merujuk pada berbagai upaya untuk mengurangi reaksi emosional negatif terhadap stres. Kebanyakan remaja

cenderung untuk menggunakan *emotion focused coping* terlebih dahulu ketika berhadapan dengan stres, seperti dengan berhumor.

Fuad Hasan dalam tulisan "humor dan kepribadian" (1981) membagi humor dalam dua kelompok besar, yaitu humor yang pada dasarnya berupa tindakan agresif dengan maksud untuk melakukan agresi terhadap seseorang dan humor yang merupakan tindakan untuk melampiaskan perasaan tertekan melalui cara yang ringan dan dapat dimengerti dan berdampak pada berkurangnya ketegangan jiwa. Remaja menggunakan kedua kelompok humor ini dalam pergaulannya sehari-hari.

Berangkat dari penelitian-penelitian sebelumnya, Wijaya dan Basaria (2016) mencoba mengaitkan humor dengan aspek psikologis lain

yang belum banyak diteliti yakni berkaitan dengan kecerdasan emosi.

Goleman (1995) menyebutkan kemampuan humor merupakan salah satu ciri dari individu yang memiliki kecerdasan emosi baik. Lebih lanjut ia menyatakan bahwa humor berhubungan dengan emosi yang menyenangkan dan penerimaan diri seutuhnya. Humor tidak selalu berfokus pada sesuatu di luar diri individu tetapi juga berfokus pada diri sendiri.

Wijaya dan Basaria (2016) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara humor netral dengan kecerdasan emosi pada remaja. Maka perlu kiranya dilakukan pembuatan norma alat ukur *sense of humor* dan juga norma alat ukur kecerdasan emosi untuk dapat dijadikan sebagai alat ukur yang lebih valid dan kompeten sesuai dengan

populasi, yaitu para remaja berusia 11-19 tahun.

Kajian Pustaka

Kecerdasan Emosi

Kata emosi berasal dari bahasa Latin yaitu *emovere* yang berarti menggerakkan. Arti bergerak yang dimaksud adalah kecenderungan untuk bertindak (Goleman, 1995). Emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Secara umum, emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu. Emosi merupakan dorongan untuk bertindak untuk mengatasi masalah, yang terkait dengan pengalaman individu dari waktu ke waktu.

Goleman (1995) menyebutkan bahwa emosi berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran, sehingga emosi menjadi salah

satu aspek penting dalam kehidupan manusia, karena emosi dapat merupakan motivator perilaku dalam arti meningkatkan tetapi juga dapat mengganggu perilaku manusia (Prawitasari, 1995).

Beberapa tokoh mengemukakan tentang berbagai macam emosi, antara lain Descrates, Watson, dan Goleman. Menurut Descrates (dalam Bertans, 1989) emosi terbagi atas: hasrat (*desire*), benci (*hate*), sedih/duka (*sorrow*), heran (*wonder*), cinta (*love*), dan kegembiraan (*joy*). Sedangkan menurut Watson (1928) tiga macam emosi yaitu: ketakutan (*fear*), kemarahan (*rage*), dan cinta (*love*).

Goleman (1995) mengemukakan beberapa macam emosi yang tidak berbeda jauh dengan kedua tokoh di atas yaitu: (a) amarah seperti beringas, mengamuk, benci, jengkel,

kesal hati; (b) kesedihan seperti pedih, sedih, muram, suram, mengasihi diri, putus asa; (c) rasa takut seperti cemas, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, waspada, tidak tenang, ngeri; (d) kenikmatan seperti bahagia, gembira, riang, puas, senang, terhibur, bangga; (e) cinta seperti penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, dan kemesraan; (f) terkejut seperti terkesiap, terkejut; (g) jengkel seperti hina, jijik, muak, mual, tidak suka; dan (h) malu seperti malu hati, kesal.

Menurut Salovey dan Mayer (1990) aspek-aspek kecerdasan emosi yaitu: (a) refleksi regulasi emosi atau *reflectively regulating emotions*; (b) memahami dan menganalisis emosi atau *understanding emotions*; (c) emosi sebagai sarana berpikir logis atau *assimilating emotion in thought*;

dan (d) persepsi, penilaian, dan ekspresi perasaan atau *perceiving and expressing emotion.*

Aspek kecerdasan emosi yang pertama adalah refleksi regulasi emosi. Aspek ini terdiri dari: (a) kemampuan individu untuk tetap terbuka terhadap perasaan yang menyenangkan dan tidak menyenangkan; (b) kemampuan individu untuk merefleksikan dengan menahan atau melepaskan penggunaan informasi yang sifatnya emosional; (c) kemampuan individu untuk memantau emosi dalam hubungannya dengan diri sendiri dan orang lain, (d) kemampuan individu untuk mengelola emosi dalam diri sendiri dan orang lain dengan moderator emosi negatif serta meningkatkan emosi positif, tanpa menekan atau melebih-lebihkan informasi yang disampaikannya.

Aspek kedua adalah memahami dan menganalisis emosi menggunakan pengetahuan emosional. Aspek ini terdiri dari: (a) kemampuan untuk memahami label-label emosi dan mengenali hubungan antara kata dan emosi itu sendiri, misalnya hubungan antara menyukai dan mencintai; (b) kemampuan untuk menafsirkan makna bahwa hubungan emosi menyampaikan tentang sesuatu hal, misalnya kesedihan yang sering menyertai kehilangan; (c) kemampuan untuk memahami perasaan kompleks, seperti simultan-perasaan cinta dan benci, sedangkan kegaguman sebagai kombinasi dari rasa takut dan terkejut; dan (d) kemampuan untuk mengenali kemungkinan transisi antara emosi, seperti transisi dari kemarahan terhadap kepuasan, atau dari marah sampai malu.

Aspek ketiga adalah emosi sebagai sarana berpikir logis. Aspek ini terdiri dari: (a) emosi yang memprioritaskan pikiran dengan mengarahkan perhatian pada informasi penting, (b) emosi cukup jelas dan tersedia untuk dapat dihasilkan individu sebagai alat bantu untuk penilaian dan memori tentang perasaan, (c) mengubah emosi suasana hati perspektif individu dari optimis ke pesimis serta mendorong pertimbangan sudut pandang ganda, dan (d) keadaan emosi yang berbeda mendorong pendekat permasalahan yang spesifik seperti ketika kebahagiaan memfasilitasi penalaran dan kreativitas secara induktif.

Aspek yang terakhir adalah persepsi, penilaian, dan ekspresi perasaan. Aspek ini terdiri dari: (a) kemampuan untuk mengidentifikasi emosi berdasarkan keadaan fisik, perasaan, dan pikiran individu; (b)

kemampuan untuk mengidentifikasi emosi pada orang lain, desain, karya seni, dan lain-lain, melalui bahasa, suara, penampilan, dan perilaku; (c) kemampuan untuk mengekspresikan emosi secara akurat dan mengekspresikan kebutuhan yang berhubungan dengan perasaan; dan (d) kemampuan untuk membedakan antara ekspresi yang akurat, tidak akurat, atau tidak jujur.

Menurut Steiner (1997) kecerdasan emosi adalah kemampuan individu untuk dapat mengerti emosi diri sendiri dan orang lain, serta mengetahui mengekspresikan emosi diri sendiri. Serupa dengan definisi tersebut, Mayer dan Solovey (dalam Goleman, 1995; Davies, Stankov, & Roberts, 1998) mengungkapkan bahwa kecerdasan emosi sebagai kemampuan untuk memantau dan mengendalikan perasaan diri sendiri

dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan tersebut untuk memandu pikiran dan tindakan.

Sedikit berbeda dengan pendapat sebelumnya, Patton (1998) mengemukakan kecerdasan emosi sebagai kemampuan untuk mengetahui emosi secara efektif guna mencapai tujuan dan membangun hubungan yang produktif untuk dapat meraih keberhasilan. Sementara itu, Baron dan Byrne (2000) menyatakan bahwa kecerdasan emosi merupakan suatu rangkaian emosi, pengetahuan emosi dan kemampuan-kemampuan yang mempengaruhi seluruh kemampuan individu untuk mengatasi masalah tuntutan lingkungan secara efektif.

Goleman (1995) juga mendefinisikan dasar mengenai kecerdasan emosional. Menurutnya, kecerdasan emosial terbagi menjadi

lima wilayah utama yaitu: (a) mengenali emosi diri, (b) mengelola emosi, (c) memotivasi diri sendiri, (d) mengenali emosi orang lain, dan (e) membina hubungan.

Mengenali emosi diri. Kesadaran diri, mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi, yang merupakan dasar dari kecerdasan emosional.

Mengelola emosi. Menangani perasaan supaya perasaan tersebut dapat terungkap secara pas merupakan kemampuan yang bergantung pada kesadaran diri.

Memotivasi diri sendiri. Kendali diri emosional, menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, merupakan dasar keberhasilan dalam berbagai bidang.

Mengenali emosi orang lain. Individu yang empatik lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial tersembunyi, yang mengisyaratkan

kebutuhan atau kehendak orang lain.

Membina hubungan. Seni membina hubungan sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain.

Humor

Humor telah menjadi salah satu objek penelitian semenjak awal abad ke-20. Berbagai artikel mengenai humor telah diterbitkan oleh para ilmuwan dari berbagai cabang ilmu sosial, terutama dari perspektif psikologi (Hendarto, 1990). Humor berasal dari bahasa Inggris yang berarti kelucuan atau kejelakaan. Dari perspektif psikologis secara teoritis dan secara operasional, humor didefinisikan dalam beberapa cara melibatkan kognitif, emosi, perilaku, psikologis, dan sosial. Tertawa adalah ekspresi perilaku yang paling umum dari pengalaman lucu dan tawa juga

biasanya dikaitkan dengan emosi yang menyenangkan (Martin, 2001).

Humor dapat didefinisikan secara luas sebagai pendekatan untuk diri sendiri dan orang lain, yang ditandai dengan pandangan yang fleksibel, sehingga memungkinkan individu untuk menemukan, mengekspresikan, atau menghargai segala sesuatu yang bersifat lucu (Neumann, Hood, & Neumann, 2009). Secara emosional, humor merupakan jalan untuk menghilangkan konflik yang terpendam dan menyediakan (Rosenheim & Golan, 1986). Dari beberapa definsi di atas, dapat disimpulkan bahwa humor adalah segala sesuatu (tindakan, ucapan, tulisan, peristiwa, serta stimulus lainnya) yang membangkitkan rasa senang.

Teori humor dibagi dalam tiga kelompok (Manser, 1989) yang

meliputi: (a) teori superioritas dan meremehkan, yaitu jika yang menertawakan berada pada posisi super, sedangkan objek yang ditertawakan berada pada posisi degradasi (diremehkan atau dihina).

Plato, Cicero, Aristoteles, dan Francis Bacon (dalam Gauter, 1988) menyatakan bahwa individu tertawa jika terdapat sesuatu hal yang menggelikan dan di luar kebiasaan. (b) teori mengenai ketidakseimbangan atau putus harapan. Menurut Arthur Koestler (dalam Setiawan, 1990) hal yang mendasari semua bentuk humor adalah bisosiasi, yaitu mengemukakan dua situasi atau kejadian yang mustahil terjadi bersamaan yang dapat menimbulkan bermacam-macam asosiasi; dan (c) teori mengenai pembebasan ketegangan atau pembebasan dari tekanan. Humor dapat muncul dari

sesuatu kebohongan dan tipu muslihat yang dapat muncul berupa rasa simpati dan pengertian, dapat menjadi simbol pembebasan ketegangan dan tekanan.

Setiawan (dalam Suhadi, 1989) menyebutkan bahwa humor merupakan rasa atau gejala yang merangsang individu untuk tertawa atau cenderung tertawa secara mental, yang dapat berupa rasa atau kesadaran di dalam diri individu (*sense of humor*), serta dapat berupa suatu gejala atau hasil cipta dari dalam maupun dari luar diri individu. Bila dihadapkan pada humor, individu bisa langsung tertawa lepas atau cenderung tertawa saja; misalnya tersenyum atau merasa tergelitik di dalam batin saja.

Jenis humor menurut Setiawan (1990) dapat dibedakan menurut kriteria bentuk ekspresi. Sebagai

bentuk ekspresi dalam kehidupan individu, humor dapat dibagi menjadi tiga jenis yakni (a) humor personal, yaitu kecenderungan tertawa pada diri individu, misalnya ketika individu melihat sebatang pohon yang bentuknya aneh; (b) humor dalam pergaulan, misalnya senda gurau diantara teman, kelucuan yang diselipkan dalam pidato atau ceramah di depan umum; (c) humor dalam kesenian, atau seni humor. Humor dalam kesenian dibagi menjadi humor lakuan, humor grafis, dan humor literatur. Humor lakuan misalnya lawak, tari humor, dan pantomim lucu. Humor grafis misalnya kartun, karikatur, foto jenaka, dan patung lucu. Humor literatur, misalnya: cerpen lucu, esei satiris, sajak jenaka, dan semacamnya.

Humor menurut kriterium inderawi terdiri dari (a) humor verbal,

(b) humor visual, dan (c) humor auditif. Humor menurut kriteri umbahan adalah (a) humor politis, (b) humor seks, (c) humor sadis, dan (d) humor teka-teki. Humor kriterium etis dapat dibedakan sebagai humor sehat atau humor yang edukatif dan humor yang tidak sehat. Humor berdasarkan kriterium estetis dapat dipisahkan menjadi humor tinggi (yang lebih halus dan tak langsung) dan humor rendah (yang kasar dan terlalu eksplisit).

Jaya Suprana, sebagai tokoh humor, mengatakan bahwa dalam situasi yang tidak tepat, humor bukan sesuatu yang lucu. Bahkan, humor belum tentu menyebabkan orang tertawa misalnya humor seks. Bagi sebagian orang yang puritan, humor jenis itu dianggap tabu dan kampungan sehingga dianggap tidak lucu dan tidak menyebabkan tertawa.

Humor menjadi kurang ajar bila menggunakan kondisi fisik orang sebagai objek. Humor yang baik adalah humor yang bisa membawa atau menuju kearah kebaikan.

Bapak Psikoanalisis, Freud (dalam Suhadi, 1989) mengelompokkan humor berdasarkan dua variabel yaitu motivasi yang berwujud komik (tergolong sebagai lelucon tanpa motivasi karena kelucuan hanya diperoleh dari teknik melulu saja dan humor yang tergolong lelucon dengan motivasi) dan kelompok sasaran yang dijadikan lelucon, humor terdiri atas humor etnik, humor seks, dan humor politik. Sedangkan menurut Pramono (1983) humor dapat digolongkan menjadi humor menurut penampilannya, terdiri atas humor lisan, humor tulisan atau gambar, dan humor gerakan tubuh; serta menurut tujuan pembuatan atau pesannya,

terdiri atas humor kritik, humor meringankan beban pesan, dan humor semata-mata pesan.

Menurut Sujoko (1982) humor dapat berfungsi untuk: (a) melaksanakan segala keinginan dan segala tujuan gagasan atau pesan, (b) menyadarkan individu bahwa dirinya tidak selalu benar, (c) mengajar individu untuk melihat persoalan dari berbagai sudut, (d) menghibur, (e) melancarkan pikiran, (f) membuat individu mentoleransi sesuatu, dan (g) membuat individu memahami soal pelik.

Beberapa fungsi humor yang sudah dikenal masyarakat sejak dulu antara lain adalah fungsi pembijaksanaan dan penyegaran yang membuat individu mampu memusatkan perhatian dalam jangka waktu yang lama. Fungsi tersebut terdapat dalam pertunjukkan wayang

saat punakawan muncul untuk menyegarkan suasana. Humor punakawan biasanya mendidik serta membijaksanakan orang (Hendarto, 1990). Dari keterangan tersebut, dijelaskan bahwa penyaluran ketegangan lewat humor sangat positif karena membawa kesejahteraan jiwa. Jika semua perasaan tidak puas dan ketegangan yang dialami tidak disalurkan, maka dapat berdampak negatif.

Remaja

Santrock (2003) mendefinisikan remaja sebagai masa perkembangan transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa awal yang dimulai sekitar usia 10-12 tahun dan berakhir di usia 18-22 tahun. Papalia dan Feldman (2012) menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan perkembangan yang berlangsung

sejak individu berusia sekitar 10 atau 11 tahun, atau bahkan lebih awal sampai masa remaja akhir atau usia dua puluhan awal, serta melibatkan perubahan besar dalam aspek fisik, kognitif, dan psikososial yang saling berkaitan.

Metode

Subyek Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk membuat norma alat ukur kecerdasan emosi dan norma alat ukur *sense of humor*. Subyek dalam penelitian ini dipilih dengan menggunakan metode *purposive sampling*, yaitu subyek dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria subyek sebagai responden dalam penelitian ini adalah remaja

berusia 11-20 tahun. Jenis kelamin, tingkat pendidikan, agama, dan status sosial ekonomi tidak dibatasi. Jumlah responden direncanakan sejumlah 1000 orang remaja dari lima wilayah di DKI Jakarta.

Instrumen Penelitian

Instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Terdapat dua kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner kecerdasan emosi dan kuesioner *sense of humor*. Kedua alat ukur tersebut merupakan alat ukur yang dikembangkan di Bagian Riset dan Pengukuran Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara.

Alat ukur kecerdasan emosi yang digunakan merupakan pengembangan dari teori Goleman (1995). Dimensi pertama yaitu *self-awareness* yang memiliki nilai koefisien internal

consistency reliability 0,711. Dimensi kedua yaitu *managing emotions* yang memiliki nilai koefisien internal consistency reliability 0,661. Dimensi ketiga yaitu *motivating oneself* yang memiliki nilai koefisien internal consistency reliability 0,847. Dimensi keempat yaitu *empathy skills* yang memiliki nilai koefisien internal consistency reliability 0,729. Dimensi kelima yaitu *handling relationship* yang memiliki nilai koefisien internal consistency reliability 0,756.

Alat ukur *sense of humor* terdiri dari tiga dimensi. Dimensi pertama yaitu *humor cognitive* yang memiliki nilai koefisien internal consistency reliability 0,860. Dimensi kedua yaitu humor netral yang memiliki nilai koefisien internal consistency reliability 0,825. Dimensi ketiga yaitu *humor superiority* yang memiliki nilai

koefisien *internal consistency reliability* 0,827.

Hasil

Setelah seluruh data terkumpul, diperoleh hasil uji normalitas data bahwa ketiga variabel penelitian yaitu kecerdasan emosi, humor *cognitive*, humor netral, dan humor *superiority* tidak terdistribusi normal. Hal tersebut dikarenakan dari hasil uji normalitas data dengan uji Kolmogorov Smirnov menunjukkan nilai *p* (*sig*) < 0.05, hanya variabel kecerdasan emosi yang memiliki nilai *p* (*sig*) > 0.05. Hasil pengolahan uji normalitas data dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Kriteria Norma Masing-masing Variabel

Kriteria Nilai Norma	Kecerdasan Emosi	Humor Cognitive	Humor Netral	Humor Superiority
Mean	209.5440	45.8930	40.7230	35.6940
Median	210.0000	45.0000	41.0000	35.0000
Mode	218.00	52.00	44.00	40.00
Std. Deviation	20.14850	8.33084	6.57095	6.75796
Variance	405.962	69.403	43.177	45.670
Minimum	121.00	18.00	12.00	13.00
Maximum	287.00	65.00	55.00	50.00
Percentil 27 es	198.0000	40.0000	37.0000	31.0000
73	221.0000	52.0000	44.0000	40.0000

Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan oleh peneliti pada 1000 orang subyek, dinyatakan bahwa lebih banyak variabel dengan distribusi data yang tidak normal. Dengan demikian, pembuatan norma alat ukur menggunakan *percentile score* dengan teknik pembagian 27 dan 73. Hal tersebut didefinisikan dengan penggolongan bahwa di bawah 27% norma dikategorikan rendah, 27-73% norma dikategorikan sedang, dan terakhir di atas 73% dikategorikan tinggi.

Berdasarkan hasil pengolahan data, maka kategori untuk penilaian norma masing-masing variabel penelitian diperoleh bahwa untuk kecerdasan emosi, nilai standar yang diberikan skor di bawah 27% norma (kategori/golongan rendah) adalah subyek yang memiliki RS (*Raw Score*) <198. Sedangkan yang

diberikan skor 27%-73% norma (kategori/golongan sedang) adalah subyek yang memiliki RS <198-221. Terakhir untuk yang diberikan skor di atas 73% norma (kategori/golongan tinggi) adalah subyek yang memiliki RS >221.

Selanjutnya, hasil pengolahan data tersebut maka kategori untuk penilaian norma masing-masing variabel penelitian diperoleh bahwa untuk humor *cognitive*, nilai standar yang diberikan skor di bawah 27% norma (kategori/golongan rendah) adalah subyek yang memiliki RS <40.

Sedangkan untuk yang diberikan skor 27-73% norma (kategori/ golongan sedang) adalah subyek yang memiliki RS 40-52. Terakhir untuk yang diberikan skor di atas 73% norma (kategori/golongan tinggi) adalah subyek yang memiliki RS >52.

Selanjutnya, hasil pengolahan data tersebut maka kategori untuk penilaian norma masing-masing variabel penelitian diperoleh bahwa untuk humor netral nilai standar yang diberikan skor di bawah 27% norma (kategori/golongan rendah) adalah subyek yang memiliki RS <37. Sedangkan untuk yang diberikan skor 27-73% norma (kategori/golongan sedang) adalah subyek yang memiliki RS 37-44. Terakhir untuk yang diberikan skor di atas 73% norma (kategori/golongan tinggi) adalah subyek yang memiliki RS >44.

Selanjutnya dari hasil pengolahan data tersebut maka kategori untuk penilaian norma masing-masing variable penelitian diperoleh bahwa untuk humor *superiority* nilai standar yang diberikan skor di bawah 27% norma (kategori/golongan rendah) adalah subyek yang memiliki RS <31.

Sedangkan untuk yang diberikan skor 27-73% norma (kategori/ golongan sedang) adalah subyek yang memiliki RS 31-40. Terakhir untuk yang diberikan sekor di atas 73% norma (kategori/golongan tinggi) adalah subyek yang memiliki RS >40.

Selanjutnya untuk penggolongan norma humor *cognitive* skor di bawah 27% norma (kategori/golongan rendah) adalah subyek yang memiliki RS <40. Sedangkan untuk yang diberikan skor 27-73 % norma (kategori/golongan sedang) adalah subyek yang memiliki RS 40-52.

Terakhir untuk yang diberikan skor di atas 73% norma (kategori/golongan tinggi) adalah subyek yang memiliki RS >52.

Selanjutnya untuk penggolongan norma humor netral skor di bawah 27% norma (kategori/golongan rendah) adalah subyek yang memiliki RS <37. Sedangkan untuk yang diberikan skor 27-73 persen norma (kategori/golongan sedang) adalah subyek yang memiliki RS 37-44.

Terakhir untuk yang diberikan skor di atas 73% norma (kategori/ golongan

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh bahwa kategori penggolongan norma untuk kecerdasan emosi adalah skor di bawah 27% norma (kategori/golongan rendah) adalah subyek yang memiliki RS <198. Sedangkan untuk yang diberikan skor 27-73% norma (kategori/ golongan sedang) adalah subyek yang memiliki RS 198-221. Terakhir untuk yang diberikan skor di atas 73% norma (kategori/golongan tinggi) adalah subyek yang memiliki RS >221.

tinggi) adalah subyek yang memiliki RS >44.

Terakhir untuk penggolongan norma humor *superiority* skor di bawah 27% norma (kategori/golongan rendah) adalah subyek yang memiliki RS <31. Sedangkan untuk yang diberikan skor 27-73% norma (kategori/golongan sedang) adalah subyek yang memiliki RS 31-40. Terakhir untuk yang diberikan skor di atas 73% norma (kategori/golongan tinggi) adalah subyek yang memiliki RS >40.

Dari pengolahan data hasil penelitian, diperoleh norma untuk alat ukur *sense of humor* dan kecerdasan emosi pada remaja. Untuk selanjutnya, penelitian dapat dilakukan untuk pembuatan norma alat ukur humor dan kecerdasan emosi untuk remaja dan lansia, mengingat saat ini lansia juga

cenderung menggunakan humor dalam aktivitas sehari-hari sehingga pada lansia memiliki kecerdasan emosi yang baik. Penelitian ini sudah menghasilkan norma sehingga alat ukur *sense of humor* dan kecerdasan emosi dapat mulai digunakan dalam penelitian-penelitian terkait. Penggunaan alat ukur *sense of humor* dan kecerdasan emosi ini dapat disandingkan dengan variabel psikologis lainnya, misalnya dengan variabel inteligensi ataupun *subjective well-being*.

Daftar Pustaka

- Baron, R. A., & Byrne, D. (2000). *Social psychology* (9th ed.). America, USA: Allyn and Bacon.
- Davies, M., Stankov, L., & Roberts, R. D. (1998). Emotional intelligence: In search of an elusive construct. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(4), 989-1015.
- Davison, C. G., Neale, J. M., & Kring, A. M. (2006). *Abnormal Psychology* (11th edition). NY: Jhon Willey and Sons, Inc.

- Gauter, D. (1988). *The Humor of Cartoon*. New York: A Pegridge Book.
- Goleman D. (1995). *Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Hassan, F. (20 April, 1981). *Humor dan kepribadian*. Jakarta: Harian Kompas.
- Hendarto, P. (1990). *Filsafat humor*. Jakarta: Karya Megah.
- Manser, J. (1989). *Dictionary of Humor*. Los Angeles: Diego and Blanco Publisher Inc.
- Martin, R. A. (2001). Humor, laughter, and psysicalm health: Methodological issues and reseach finding. *Psychological Bulletin*. Vol.127, pp.504-519.
- Neumann, D. L., Hood, M., & Neumann, M. M. (2009). Statistics? You must be joking: The application and evaluation of humor when teaching statistics. *Journal of statistics education*, 17(2).
- Papalia, D. E., Duskin-Feldman, R., & Martorell, G. (2012). *Experience human development* (12th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Patton, P. (1998). *Emotional Intelligence*. Alih Bahasa: Zaini Dahlan. Jakarta: Pustaka Delapratasa.
- Pramono. (1983). *Karikatur-karikatur 1970-1980*. Jakarta: Sinar Harapan.
- Rosenheim, E., & Golan, G. (1986). Patients' reactions to humorous interventions in psychotherapy. *Am. J.Pschother*, 40(1), 110-124.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). *Emotional intelligence, imagination, cognition, and personality*. Jakarta: Gramedia Pusaka Utama.
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence* (8th ed.). North America: McGraw-Hill.
- Setiawan, A. (1990). *Teori Humor*. Jakarta: Majalah Astaga, No.3 Th.III, hal.34- 35.
- Steiner. (1997). *Kecerdasan emosional*. Diunduh dari <https://fientino.wordpress.com/>
- Suhadi. (1989). *Humor dalam Kehidupan*. Jakarta: Gema Press.
- Sujoko. (1982). *Perilaku Manusia dalam Humor*. Jakarta: Karya Pustaka
- Sumartha. (1983). *Anekdote-anekdot dalam kehidupan sehari-hari*. Jakarta: Sinar Buana Press.
- Watson. J. B. (1928). *Psychological care of infant and child*. London: Allen and Unwin.
- Widjaja, A.W. (1993). *Komunikasi dan Hubungan Masyarakat*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wijaya, E. & Basaria, D. (Mei, 2016). *Hubungan antara kecerdasan emosi dan humor pada remaja*. Provitae, 7(1), 1-20.